

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA KARAKTERISTIK INDIVIDU, TUGAS, DAN
SISTEM KERJA DENGAN BEBAN KERJA MENTAL
(Studi pada Guru SMKN 2 Surabaya)**



Oleh :

TASYA ENDAH MILINIA

**UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM SARJANA
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
SURABAYA
2022**

SKRIPSI

**HUBUNGAN ANTARA KARAKTERISTIK INDIVIDU, TUGAS, DAN
SISTEM KERJA DENGAN BEBAN KERJA MENTAL
(Studi pada Guru SMKN 2 Surabaya)**



Oleh :

**TASYA ENDAH MILINIA
NIM. 101811133121**

**UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM SARJANA
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT
SURABAYA
2022**

PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Sarjana Program Studi Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga dan
Diterima untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.K.M.)
pada tanggal 7 Juli 2022

Mengesahkan
Universitas Airlangga
Fakultas Kesehatan Masyarakat



Dekan,

Dr. Santi Martini., dr., M.Kes.
NIP. 196609271997022001

Tim Penguji:

- a) Dr. Lilis Sulistyorini, Ir., M.Kes.
- b) Endang Dwiyantri, Dra., M.Kes.
- c) Siti Arum Alia, dr.

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Kesehatan Masyarakat (S.KM.)
Departemen Kesehatan dan Keselamatan Kerja
Program Studi Kesehatan Masyarakat
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Airlangga

Oleh :

TASYA ENDAH MILINIA
101811133121

Surabaya, 15 Juli 2022

Menyetujui,
Pembimbing,



Endang Dwiyantri, Dra., M.Kes.
NIP. 196610231993032001

Mengetahui,

Koordinator Program Studi,



Dr. Muji Sulistyowati S.K.M., M.Kes
NIP. 197311151999032002

Ketua Departemen



Dr. Abdul Rohim Tualeka, Drs., M.Kes
NIP. 196611241998031002

SURAT PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Tasya Endah Milinia
NIM : 101811133121
Program Studi : Kesehatan Masyarakat
Fakultas : Kesehatan Masyarakat
Jenjang : Sarjana (S1)

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penelitian skripsi saya yang berjudul:

HUBUNGAN ANTARA KARAKTERISTIK INDIVIDU, TUGAS, DAN SISTEM KERJA DENGAN BEBAN KERJA MENTAL (Studi pada Guru SMKN 2 Surabaya)

Apabila suatu saat nanti terbukti melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 15 Juli 2022



Tasya Endah Milinia
NIM. 101811133121

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga dapat terselesaikannya Skripsi dengan judul “HUBUNGAN ANTARA KARAKTERISTIK INDIVIDU, TUGAS, DAN SISTEM KERJA DENGAN BEBAN KERJA MENTAL (Studi pada Guru SMKN 2 Surabaya)”, sebagai salah satu persyaratan akademis dalam rangka menyelesaikan kuliah di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.

Dalam skripsi ini dijabarkan tentang hubungan antara karakteristik individu, tugas, dan sistem kerja dengan beban kerja mental pada guru SMKN 2 Surabaya saat pandemi. Beban kerja mental dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu karakteristik individu, kesulitan pekerjaan dan tanggung jawab, dan sistem kerja. Saat pandemi, SMKN 2 Surabaya mengikuti kebijakan pemerintah untuk melakukan pembelajaran luring dan daring. Adanya dua metode pembelajaran yang digunakan untuk melaksanakan pembelajaran luring dan daring membuat beban kerja mental guru bertambah. Penelitian ini menggunakan metode NASA-TLX untuk pengukuran beban kerja mental.

Pada kesempatan ini disampaikan terima kasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada Ibu Endang Dwiyanti, Dra., M.Kes., selaku dosen pembimbing yang telah memberikan petunjuk, koreksi serta saran hingga terwujudnya skripsi ini. Responden yang terhormat, bapak-bapak serta ibu-ibu guru SMKN 2 Surabaya yang telah bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini.

Terimakasih dan penghargaan juga disampaikan pula kepada yang terhormat :

1. Dr. Santi Martini, dr., M.Kes., selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga
2. Dr. Muji Sulistyowati, S.KM., M.Kes. selaku Koordinator Program Studi S1 Kesehatan Masyarakat Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.
3. Dr. Abdul Rohim Tualeka, Drs., M.Kes., selaku Ketua Departemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja Fakultas Kesehatan Masyarakat
4. Seluruh dosen Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga yang telah memberikan ilmu pengetahuan selama masa perkuliahan.
5. Instansi yang terkait SMKN 2 Surabaya yang telah memberikan ijin menjadi tempat pengambilan data dalam penelitian ini.
6. Seluruh Bapak dan Ibu dosen Peminatan Kesehatan dan Keselamatan Kerja, Fakultas Kesehatan Masyarakat yang telah memberikan ilmu dan dukungan.
7. Ayah (Saiful Anwar) dan Ibu (Tiwuk Endah Sinawang) yang telah memberikan doa dan kasih sayang serta membantu pembuatan skripsi

Semoga Allah SWT memberikan balasan pahala atas segala amal yang telah diberikan dan semoga skripsi ini berguna baik bagi diri kami sendiri maupun pihak lain yang memanfaatkan.

Surabaya, 15 Juli 2022

ABSTRACT

The pandemic period changed the entire form of the work system in the education sector. Changes in the work system that used to be offline learning directly to online learning. These changes increase the mental workload of teachers. Factors that affect mental workload are individual characteristics, tasks, and work organization. The purpose of this study was to analyze the relationship between individual characteristics, tasks, and work systems with mental workload of teachers at SMKN 2 Surabaya.

The population in this study were teachers of SMKN 2 Surabaya. The sample size of this study was 85 respondents. Sampling used simple random sampling technique. This study was an analytic observational study with a cross-sectional design. The research instrument used was a questionnaire on the level of work difficulty, responsibility, and NASA-TLX. The variables studied were mental workload, gender, age, nutritional status, level of work difficulty, level of responsibility, and work system. Data analysis used chi-square test and Spearman rank.

The results of statistical tests showed that the majority of respondents feel a heavy mental workload, are male, aged >45 years, have normal nutritional status, have a high level of work difficulty, and have a high level of responsibility. The implementation of the work system at that time was using an online and offline learning system. Factors related to mental workload are level of work difficulty ($p=0.000$), level of responsibility ($p=0.006$), and work system ($p=0.000$). While the factors that are not related to mental workload are gender ($p=0.191$), age ($p=0.286$), and nutritional status ($p=0.760$).

The conclusion of this study is that gender, level of work difficulty, level of responsibility, and work system are related to mental workload. The advice given is to know the perceived workload to manage the workload and divide the time for rest and work.

Keywords: pandemic, work system, mental workload

ABSTRAK

Masa pandemi merubah seluruh bentuk sistem kerja pada sektor pendidikan. Perubahan sistem kerja yang dahulu pembelajaran luring secara langsung menjadi pembelajaran daring. Perubahan tersebut menjadikan penambahan beban kerja mental bagi guru. Faktor yang mempengaruhi beban kerja mental adalah faktor karakteristik individu, tugas, dan organisasi kerja. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara karakteristik individu, tugas, dan sistem kerja dengan beban kerja mental pada guru SMKN 2 Surabaya.

Populasi dalam penelitian ini adalah guru SMKN 2 Surabaya. Besar sampel penelitian ini adalah 85 responden. Pengambilan sampel menggunakan teknik *simple random sampling*. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan rancang bangun *cross-sectional*. Instrumen penelitian yang digunakan adalah kuesioner tingkat kesulitan pekerjaan, tanggung jawab, dan NASA-TLX. Variabel yang diteliti adalah beban kerja mental, jenis kelamin, usia, status gizi, tingkat kesulitan pekerjaan, tingkat tanggung jawab, dan sistem kerja. Analisis data menggunakan uji *chi-square* dan *spearman rank*.

Hasil uji statistik menunjukkan mayoritas responden merasakan beban kerja mental berat, berjenis kelamin laki-laki, berusia >45 tahun, memiliki status gizi normal, memiliki tingkat kesulitan pekerjaan tinggi, dan memiliki tingkat tanggung jawab tinggi. Pelaksanaan sistem kerja pada saat itu adalah menggunakan sistem pembelajaran daring dan luring. Faktor yang berhubungan dengan beban kerja mental adalah tingkat kesulitan pekerjaan ($p=0,000$), tingkat tanggung jawab ($p=0,006$), dan sistem kerja ($p=0,000$). Sedangkan faktor yang tidak berhubungan dengan beban kerja mental yaitu jenis kelamin ($p=0,191$), usia ($p=0,286$), dan status gizi ($p=0,760$).

Kesimpulan dari penelitian ini adalah jenis kelamin, tingkat kesulitan pekerjaan, tingkat tanggung jawab, dan sistem kerja berhubungan dengan beban kerja mental. Saran yang diberikan adalah mengetahui beban kerja yang dirasakan agar dapat mengelola beban kerja dan membagi waktu untuk istirahat dan bekerja.

Kata kunci: pandemi, sistem kerja, beban kerja mental

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iv
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRACT	vii
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN DAN ISTILAH.....	xvi
 BAB I PENDAHULUAN	 1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	5
1.3 Pembatasan dan Rumusan Masalah	8
1.3.1 Pembatasan Masalah	8
1.3.2 Rumusan Masalah	8
1.4 Tujuan dan Manfaat Penelitian	8
1.4.1 Tujuan Umum	8
1.4.2 Tujuan Khusus	9
1.4.3 Manfaat Penelitian	10
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 11
2.1 Sistem Kerja	11
2.1.1 Pembelajaran Daring	11
2.1.2 Pembelajaran Luring	12
2.2 Beban Kerja Mental	13
2.2.1 Definisi Beban Kerja Mental	13
2.2.2 Faktor yang Memengaruhi Beban Kerja Mental	14
2.2.3 Pengukuran Beban Kerja Mental	15
2.2.4 Manfaat Pengukuran Beban Kerja Mental	20
2.3 Guru	21
2.3.1 Definisi Guru	21
2.3.2 Tugas Guru	22
 BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	
PENELITIAN	23
3.1 Kerangka Konseptual Penelitian	23

3.2 Hipotesis	25
BAB IV METODE PENELITIAN	26
4.1 Jenis dan Rancang Bangun Penelitian	26
4.2 Populasi Penelitian	26
4.3 Sampel Penelitian	26
4.3.1 Besar Sampel	26
4.3.2 Cara Penentuan Sampel	27
4.3.3 Cara Pengambilan Sampel	27
4.4 Lokasi dan Waktu Penelitian	27
4.4.1 Lokasi Penelitian	27
4.4.2 Waktu Penelitian	28
4.5 Variabel, Definisi Operasional, Cara Pengukuran, dan Skala Data	28
4.5.1 Variabel Penelitian	28
4.5.2 Definisi Operasional	28
4.6 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	31
4.6.1 Teknik Pengumpulan Data	31
4.6.2 Instrumen Pengumpulan Data	31
4.7 Uji Instrumen	32
4.7.1 Uji Validitas	32
4.7.2 Uji Reliabilitas	32
4.8 Teknik Analisis Data	33
BAB V HASIL PENELITIAN	34
5.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	34
5.1.1 Profil Sekolah	34
5.2 Uji Instrumen Penelitian	35
5.2.1 Uji Validitas	36
5.2.2 Uji Reliabilitas	37
5.3 Beban Kerja Mental pada Guru SMKN 2 Surabaya.....	38
5.4 Karakteristik Individu pada Guru SMKN 2 Surabaya	38
5.4.1 Jenis Kelamin Guru SMKN 2 Surabaya.....	38
5.4.2 Usia Guru SMKN 2 Surabaya	39
5.4.3 Status Gizi Guru SMKN 2 Surabaya.....	40
5.5 Tugas pada Guru SMKN 2 Surabaya	40
5.5.1 Tingkat Kesulitan Pekerjaan Guru SMKN 2 Surabaya ..	40
5.5.2 Tingkat Tanggung Jawab Guru SMKN 2 Surabaya.....	41
5.6 Sistem Kerja pada Guru SMKN 2 Surabaya	42
5.7 Hubungan Karakteristik Individu dengan Beban Kerja Mental pada Guru SMKN 2 Surabaya	42
5.7.1 Hubungan Jenis Kelamin dengan Beban Kerja Mental pada Guru SMKN 2 Surabaya	44

5.7.2 Hubungan Usia dengan Beban Kerja Mental pada Guru SMKN 2 Surabaya	44
5.7.3 Hubungan Status Gizi dengan Beban Kerja Mental pada Guru SMKN 2 Surabaya	46
5.8 Hubungan Tugas dengan Beban Kerja Mental pada Guru SMKN 2 Surabaya.....	48
5.8.1 Hubungan Tingkat Kesulitan Pekerjaan dengan Beban Kerja Mental pada Guru SMKN 2 Surabaya	48
5.8.2 Hubungan Tingkat Tanggung Jawab dengan Beban Kerja Mental pada Guru SMKN 2 Surabaya	51
5.9 Hubungan Sistem Kerja dengan Beban Kerja Mental pada Guru SMKN 2 Surabaya	53
BAB VI PEMBAHASAN	55
6.1 Beban Kerja Mental pada Guru SMKN 2 Surabaya.....	55
6.2 Karakteristik Individu pada Guru SMKN 2 Surabaya.....	57
6.2.1 Jenis Kelamin Guru SMKN 2 Surabaya.....	57
6.2.2 Usia Guru SMKN 2 Surabaya	58
6.2.3 Status Gizi Guru SMKN 2 Surabaya.....	58
6.3 Tugas pada Guru SMKN 2 Surabaya	59
6.3.1 Tingkat Kesulitan Pekerjaan Guru SMKN 2 Surabaya ..	59
6.3.2 Tingkat Tanggung Jawab Guru SMKN 2 Surabaya	60
6.4 Sistem Kerja pada Guru SMKN 2 Surabaya	60
6.5 Hubungan Karakteristik Individu dengan Beban Kerja Mental pada Guru SMKN 2 Surabaya	61
6.5.1 Hubungan Jenis Kelamin dengan Beban Kerja Mental pada Guru SMKN 2 Surabaya	61
6.5.2 Hubungan Usia dengan Beban Kerja Mental pada Guru SMKN 2 Surabaya	63
6.5.3 Hubungan Status Gizi dengan Beban Kerja Mental pada Guru SMKN 2 Surabaya	64
6.6 Hubungan Tugas dengan Beban Kerja Mental pada Guru SMKN 2 Surabaya.....	65
6.6.1 Hubungan Tingkat Kesulitan Pekerjaan dengan Beban Kerja Mental pada Guru SMKN 2 Surabaya	66
6.6.2 Hubungan Tingkat Tanggung Jawab dengan Beban Kerja Mental pada Guru SMKN 2 Surabaya	67
6.7 Hubungan Sistem Kerja dengan Beban Kerja Mental pada Guru SMKN 2 Surabaya	69
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	71
7.1 Kesimpulan	71
7.2 Saran	71

7.2.1 Bagi Guru SMKN 2 Surabaya	72
7.2.2 Bagi Instansi / SMKN 2 Surabaya	72
7.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya	72
DAFTAR PUSTAKA	74
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

<u>Nomor</u>	<u>Judul Tabel</u>	<u>Halaman</u>
4.1	Variabel, Definisi Operasional, Cara Pengukuran, dan Skala Data.	28
5.1	Uji Validitas Kuesioner Tingkat Kesulitan Pekerjaan.....	36
5.2	Uji Validitas Kuesioner Tingkat Tanggung Jawab.....	37
5.3	Uji Reliabilitas.....	37
5.4	Distribusi Responden Berdasarkan Beban Kerja Mental Pada Guru SMKN 2 Surabaya.....	38
5.5	Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Pada Guru SMKN 2 Surabaya.....	39
5.6	Distribusi Responden Berdasarkan Usia Pada Guru SMKN 2 Surabaya.....	39
5.7	Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi Pada Guru SMKN 2 Surabaya.....	40
5.8	Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Kesulitan Pekerjaan Pada Guru SMKN 2 Surabaya.....	41
5.9	Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Tanggung Jawab Pada Guru SMKN 2 Surabaya.....	41
5.10	Distribusi Responden Berdasarkan Sistem Kerja Pada Guru SMKN 2 Surabaya.....	42
5.11	Hubungan Jenis Kelamin dengan Beban Kerja Mental Pada Guru SMKN 2 Surabaya.....	43
5.12	Hubungan Usia dengan Beban Kerja Mental Pada Guru SMKN 2 Surabaya.....	45
5.13	Hubungan Status Gizi dengan Beban Kerja Mental Pada Guru SMKN 2 Surabaya.....	47
5.14	Hubungan Tingkat Kesulitan Pekerjaan dengan Beban Kerja Mental Pada Guru SMKN 2 Surabaya.....	49
5.15	Hubungan Tingkat Tanggung Jawab dengan Beban Kerja Mental Pada Guru SMKN 2 Surabaya.....	51
5.16	Hubungan Sistem Kerja dengan Beban Kerja Mental Pada Guru SMKN 2 Surabaya.....	54

DAFTAR GAMBAR

<u>Nomor</u>	<u>Judul Gambar</u>	<u>Halaman</u>
3.1	Kerangka Konsep Penelitian.....	23

DAFTAR LAMPIRAN

<u>Nomor</u>	<u>Judul Lampiran</u>	<u>Halaman</u>
1.	Informed Consent.....	78
2.	Kuesioner Penelitian.....	79
3.	Ethical Clearance Certificate.....	84
4.	Surat Izin Penelitian.....	85
5.	Surat Balasan Penelitian dari Instansi.....	86
6.	Hasil Uji Validitas Kuesioner.....	87
7.	Hasil Uji Reliabilitas Kuesioner.....	89
8.	Hasil Uji Analisis SPSS.....	91

DAFTAR ARTI LAMBANG, SINGKATAN, DAN ISTILAH

Daftar Arti Lambang

%	= persen
N	= total populasi
n	= sampel
e ²	= derajat kesalahan pangkat dua
<	= kurang dari
>	= lebih dari

Daftar Singkatan

COVID-19	= <i>corona virus disease 2019</i>
PPKM	= pemberlakuan pembatasan kegiatan masyarakat
Inmendagri	= instruksi menteri dalam negeri
WFH	= <i>work from home</i>
WFO	= <i>work from office</i>
NASA-TLX	= <i>nasa task load index</i>
SMK N	= sekolah menengah kejuruan negeri
UN	= ujian nasional
SWAT	= <i>subjective workload assessment technique</i>
KBBI	= kamus besar bahasa Indonesia
SDM	= sumber daya manusia
SPSS	= <i>statistical product and service</i>

Daftar Istilah

dkk	= dan kawan kawan
et al.	= <i>et alia</i>
dll	= dan lain-lain