

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Industri garmen merupakan salah satu sektor strategis dalam perekonomian Indonesia, yang berkontribusi secara signifikan terhadap penyerapan tenaga kerja dan devisa negara (Kumbara, 2020). Menurut Kementerian Perindustrian (2024), pertumbuhan industri tekstil dan pakaian jadi pada tahun 2024 mencapai 7,43% pada triwulan III tahun 2024 meningkat dibandingkan triwulan I dan II. Pertumbuhan ini menandakan bahwa industri garmen nasional terus berkembang dan memiliki daya saing di pasar global. Namun, pertumbuhan yang pesat ini juga membawa tantangan, terutama dalam hal produktivitas tenaga kerja yang harus ditingkatkan untuk memenuhi permintaan pasar yang terus berkembang (Maulana, 2023).

Dalam konteks ini, produktivitas tidak hanya bergantung pada keterampilan individu, tetapi juga pada sistem kerja yang diterapkan, di mana penetapan target produksi yang realistis dan optimal menjadi krusial untuk menjaga kesejahteraan pekerja (Dewa et al., 2024). Penelitian oleh Panjaitan & Lestari (2025) menunjukkan bahwa penetapan target yang tidak mempertimbangkan kapasitas dan kondisi nyata pekerja dapat menyebabkan tekanan berlebih, kelelahan, dan penurunan kualitas kerja. Hal ini menjadi semakin relevan terhadap pekerja industri garmen yang merasa terbebani untuk mengejar target yang tidak sesuai dengan kondisi kerja mereka, yang sering kali mengharuskan mereka untuk lembur dan bekerja dibawah tekanan tinggi. Hasil penelitian oleh Dewi & Devi (2024) memperkuat hal tersebut, di mana 25 dari 28 operator *sewing* di salah satu perusahaan garmen di Yogyakarta mengalami beban kerja mental yang tinggi hingga sangat tinggi.

Kondisi ini tidak hanya memengaruhi aspek fisik, tetapi juga berdampak signifikan terhadap beban kerja mental para pekerja. Penelitian oleh Fadillah (2024) mengungkapkan bahwa tekanan untuk menyelesaikan

target dalam waktu terbatas dapat menyebabkan stres psikologis yang berkepanjangan. Beban kerja mental ini dapat mengganggu konsentrasi, menurunkan motivasi, serta memicu kelelahan kognitif yang berdampak pada penurunan dan kualitas hasil kerja (Loudoe et al., 2023). Temuan ini membuktikan bahwa sistem kerja yang tidak mempertimbangkan kapasitas mental pekerja dapat menimbulkan tekanan psikologis yang signifikan.

CV XYZ sebagai salah satu industri garmen yang bergerak di bidang produksi pakaian jadi, menghadapi tantangan serupa pada tenaga kerja bagian produksi. Proses produksinya meliputi beberapa tahapan utama, seperti *Cutting*, *Sewing*, *Quality Control* (QC), dan *Finishing*. Dalam pelaksanaannya, penetapan target harian dilakukan berdasarkan waktu pengerjaan oleh pembuat sampel, yaitu pekerja yang memiliki tingkat keterampilan dan kecepatan kerja di atas rata-rata. Namun, penetapan target ini mengabaikan variasi kemampuan pekerja reguler yang menjalankan proses produksi secara nyata di lini produksi. Berikut data penetapan target harian dari pekerja bagian produksi yang ditunjukkan pada tabel 1.1.

Tabel 1. 1 Target Harian

Proses	Target Harian								
	Waktu Proses (Detik)	QTY/ 1 Jam	07.30 - 08.30	08.30 - 09.30	09.30 - 10.30	10.30 - 11.30	11.30 - 13.30	13.30 - 14.30	14.30 - 15.30
<i>Spreading</i> (Gelar)	25	137	128	100	36	19			
<i>Bundling</i>	480	7		6	1	3			
Pasang lapisan	105	32					13	11	
Kelim sisi	180	19	4	5	5	6	1		
Lipit bawah	494	7		4	4	4	4		
Nitik lubang kancing	45	76	14	14	14	14	14	14	14
Lubang kancing	108	55	26	26	26	26	26	26	21
Memasukkan pakaian ke plastik <i>packing</i>	19	180		24	24				
Menutup plastik <i>packing</i>	5	686		24	24				

Sumber: Data Historis Perusahaan (2025)

Berdasarkan data tabel 1.1 dapat diketahui bahwa dari beberapa kali proses produksi dalam satu hari dan pada target tiap jamnya, pekerja tidak bisa mencapai target yang ditetapkan. Hal ini menyebabkan ketidakseimbangan antara target yang ditetapkan dengan kemampuan aktual dari jumlah tenaga kerja yang tersedia. Akibat dari ketidakseimbangan tersebut, pekerja sering kali dihadapkan pada situasi di mana mereka harus melakukan lembur untuk memenuhi target harian. Hal tersebut didukung dengan data rekap lembur bulan Mei di CV XYZ yang ditunjukkan pada tabel 1.2.

Tabel 1. 2 Rekap Lembur Bulan Mei

Rekap Lembur Bulan Mei			
Departemen	Jumlah Pekerja	Jumlah Lembur (x)	Rata-Rata Durasi Lembur (jam)
<i>Cutting</i>	2	22	1,4
<i>Sewing</i>	11	98	1,8
<i>Quality Control</i>	2	25	1,5
<i>Finishing</i>	7	27	1,6

Sumber: Data Historis Perusahaan (2025)

Situasi tersebut menciptakan tekanan yang signifikan bagi pekerja. Tekanan ini muncul karena jumlah target yang ditetapkan sangat banyak, sementara jumlah tenaga kerja yang ada terbatas. Selanjutnya, jika pekerja tidak dapat mencapai target yang ditetapkan, mereka berisiko mengalami pemotongan gaji. Kebijakan ini menambah beban psikologis bagi pekerja, yang sudah merasa tertekan akibat tuntutan kerja yang tinggi. Berdasarkan hasil wawancara dengan pekerja *Quality Control* (QC) dan *Sewing* diketahui bahwa pekerja merasa stres, yang dapat berpotensi menyebabkan penurunan kualitas kerja dan kesejahteraan mental. Indikator stres yang dirasakan pekerja meliputi tuntutan atau tekanan dari atasan, ketersediaan waktu yang tidak sesuai untuk menyelesaikan pekerjaan, serta beban target yang melebihi kapasitas aktual pekerja (Mukhtar, 2021).

Dalam kasus ini, penambahan kapasitas produksi menjadi pilihan yang memungkinkan karena sistem produksi di CV XYZ menggunakan sistem *make to order*. Pada sistem ini, target produksi ditentukan berdasarkan jumlah pesanan yang harus diselesaikan sesuai tenggat waktu yang telah disepakati

dengan pembeli. Oleh karena itu, dilakukan perhitungan kebutuhan tenaga kerja optimal untuk memenuhi target yang ada, sehingga pesanan dapat diselesaikan tepat waktu tanpa menambah beban kerja berlebih pada pekerja yang ada.

Berdasarkan permasalahan tersebut, diperlukan pendekatan yang dapat mengukur beban kerja terhadap kondisi mental pekerja maupun waktu kerja. Untuk mengukur persepsi subjektif pekerja terhadap tekanan yang dirasakan selama bekerja, digunakan metode *National Aeronautics and Space Administration - Task Load Index* (NASA-TLX). Metode ini menilai beban kerja mental berdasarkan enam indikator utama, yaitu *Mental Demand*, *Physical Demand*, *Temporal Demand*, *Performance*, *Effort*, dan *Frustration Level* (Diniaty & Ikhsan, 2018).

Sementara itu, metode *Full Time Equivalent* (FTE) digunakan untuk mengukur beban kerja waktu dan jumlah tenaga kerja yang optimal. Metode ini memungkinkan pengukuran seberapa besar waktu kerja yang dibutuhkan pekerja dan mengubah jam kerja menjadi jumlah orang yang dibutuhkan untuk menyelesaikan pekerjaan (Setyawan et al., 2023). Kombinasi hasil dari kedua metode ini akan memberikan gambaran menyeluruh mengenai kondisi beban kerja yang dialami pekerja secara subjektif maupun objektif.

Dengan demikian, penelitian ini bertujuan untuk mengukur beban kerja mental dan waktu pekerja bagian produksi di CV XYZ. Penelitian ini dilakukan karena ketidaksesuaian target produksi dengan kapasitas aktual pekerja dapat memicu stres, kelelahan mental, dan menurunkan kinerja serta kesejahteraan yang jika terus berlangsung berisiko menyebabkan *burnout* dan *turnover* tinggi (Hariani & Issalillah, 2021). Selanjutnya, penelitian ini akan mengidentifikasi penyebab beban kerja dengan menggunakan *Fishbone Diagram* untuk mengetahui akar permasalahan yang terdiri dari faktor manusia, metode, material, mesin dan lingkungan. Selain itu, penelitian ini juga akan memberikan rekomendasi dengan menggunakan 5W + 1H (*What, Who, Where, When, Why, dan How*).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, adapun rumusan masalah pada penelitian ini, yaitu:

1. Bagaimana tingkat beban kerja mental dari pekerja bagian produksi menggunakan NASA-TLX di CV XYZ?
2. Bagaimana tingkat beban kerja waktu pekerja bagian produksi menggunakan FTE di CV XYZ?
3. Berapa jumlah tenaga kerja yang optimal berdasarkan beban kerja yang diterima oleh pekerja di CV XYZ?
4. Apa saja faktor-faktor penyebab beban kerja pada pekerja bagian produksi di CV XYZ dengan menggunakan *Fishbone Diagram*?
5. Apa saja usulan rekomendasi untuk mengatasi beban kerja pada pekerja bagian produksi menggunakan 5W + 1H di CV XYZ?

1.3 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini, yaitu:

1. Mengetahui tingkat beban kerja mental pekerja bagian produksi di CV XYZ menggunakan metode NASA-TLX.
2. Mengetahui tingkat beban kerja waktu pekerja bagian produksi di CV XYZ menggunakan metode FTE.
3. Menentukan jumlah tenaga kerja yang sesuai dengan beban kerja yang diterima oleh pekerja bagian produksi di CV XYZ.
4. Mengidentifikasi faktor-faktor penyebab beban kerja pada pekerja bagian produksi di CV XYZ menggunakan metode *Fishbone Diagram*.
5. Memberikan rekomendasi untuk mengatasi beban kerja pada pekerja bagian produksi di CV XYZ menggunakan 5W + 1H.

1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini, yaitu:

1. Memberikan informasi kepada perusahaan mengenai kondisi dan faktor-faktor penyebab beban kerja yang dialami pekerja bagian produksi di CV XYZ.
2. Memberikan informasi kepada perusahaan mengenai rekomendasi untuk mengatasi beban kerja yang dialami pekerja bagian produksi di CV XYZ.
3. Membantu perusahaan dalam menentukan jumlah tenaga kerja yang optimal.
4. Menjadi dasar bagi perancangan sistem kerja yang mempertimbangkan keseimbangan antara produktivitas, kemampuan pekerja, dan kesehatan mental.

1.5 Batasan dan Asumsi

1.5.1 Batasan

Adapun batasan dari penelitian ini, yaitu:

1. Subjek penelitian hanya dilakukan pada tenaga kerja bagian produksi di CV XYZ.
2. Penelitian ini tidak mempertimbangkan faktor dari luar pekerjaan yang berpotensi memengaruhi beban kerja.

1.5.2 Asumsi

Adapun asumsi dari penelitian ini, yaitu:

1. Tidak ada penambahan tenaga kerja selama melakukan penelitian.
2. Jumlah order stabil tiap bulan.
3. Penelitian ini dilaksanakan dari bulan Mei - Agustus.