

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iv
PRAKATA.....	v
ABSTRAK .....	vi
<i>ABSTRACT</i> .....	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR RUMUS .....	vii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Batasan Masalah dan Asumsi .....	5
1.5 Sistematika Penulisan.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Beban Kerja .....	7
2.2.1 Beban Kerja Fisik.....	8
2.2.2 Beban Kerja Mental .....	8
2.2 <i>Shift</i> Kerja.....	9
2.3 CVL .....	10
2.4 Brouha .....	12
2.5 NASA-TLX .....	12
2.6 Penelitian Terdahulu.....	14
2.7 Posisi Penelitian.....	17
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	19
3.1 Objek Penelitian .....	19
3.2 Alat dan Bahan .....	19

3.3 Diagram Alir Penelitian.....	20
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>25</b>
4.1 Pengumpulan Data.....	25
4.1.1 Pengumpulan Data Beban Kerja Fisik .....	26
4.1.2 Pengumpulan Data Beban Kerja Mental.....	34
4.2 Pengolahan Data .....	40
4.2.1 Pengolahan Data Beban Kerja Fisik .....	40
4.2.2 Pengolahan Data Beban Kerja Mental .....	46
4.3 Analisa Hasil.....	54
4.3.1 Analisa Hasil Beban Kerja Fisik .....	54
4.3.2 Analisa Hasil Beban Kerja Mental.....	57
4.4 Rekomendasi Perbaikan .....	59
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>63</b>
5.1 Kesimpulan.....	63
5.2 Saran .....	64
<b>DAFTAR RUJUKAN .....</b>	<b>65</b>
<b>LAMPIRAN</b>	