

ABSTRAK

CV. Sahabat Ternak merupakan sebuah UMKM kambing jenis Etawa dan produk olahannya yang berkembang di Yogyakarta. Pada CV. Sahabat Ternak, jam kerja dan waktu istirahat tidak beraturan menandakan rendahnya budaya tertib dan indikasi lembur. Pada proses produksi, kebiasaan pekerja untuk rapi dan teratur merupakan hal yang masih belum menjadi budaya. Penerapan 5S dapat meningkatkan keteraturan dalam sebuah organisasi kerja serta mampu membangun etika kerja yang lebih kuat antar pekerja. Peran pekerja sebagai sumber daya manusia (SDM) adalah kunci penting dan harus dioptimalkan dengan baik. Pengukuran beban kerja mental merupakan salah satu aspek yang dapat dijadikan acuan dalam pengoptimalan SDM. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penerapan 5S terhadap beban kerja mental dan mengetahui perbedaan pengukuran beban kerja mental antara metode NASA-TLX dan RSME. Uji Wilcoxon digunakan dalam pengujian hipotesis dengan uji statistik non-parametrik. Hasil dari penelitian ini adalah penerapan 5S terhadap beban kerja mental pada pekerjaan produksi susu kambing bubuk di CV. Sahabat Ternak berpengaruh baik terhadap beban kerja mental karena mampu menurunkan skor beban kerja mental yang semula pada metode NASA-TLX dalam kategori tinggi dengan skor 52,2 menjadi dalam kategori agak tinggi dengan skor 46,47 dan pada metode RSME semula pada kategori cukup besar dengan skor 77,2 turun menjadi 68,3 pada kategori usaha yang dilakukan agak besar. Kemudian, hasil pengukuran metode NASA-TLX dan RSME sejalan dalam kasus perbandingan sebelum dan sesudah perlakuan karena hasil pengukuran kedua metode sama-sama menunjukkan penurunan beban kerja mental. Namun, untuk pengukuran beban kerja mental yang tidak melakukan perbandingan berpasangan sebelum dan sesudah perlakuan, akan terdapat perbedaan kesimpulan dari hasil yang diberikan, karena kedua metode menunjukkan beban kerja mental dalam kategori yang berbeda dan hasil pengukuran RSME cenderung memberikan hasil yang lebih tinggi daripada pengukuran dengan NASA-TLX.

Kata Kunci: *Beban kerja mental, 5S, NASA-TLX, RSME, Uji Wilcoxon*