

ABSTRAK

Pembelajaran tatap muka ini dirasa berat, walaupun dapat diketahui bahwa ini adalah konsekuensi yang harus diterima oleh beberapa mahasiswa yang sambil bekerja karena terdapat beberapa faktor yang mempengaruhinya seperti kerja lembur, pekerjaan yang berat dan jarak tempat kerja dengan kampus jauh. Pembelajaran tatap muka dapat menyebabkan beban kerja mental yang dirasakan mahasiswa pekerja, sehingga metode yang dapat dipakai dalam beban kerja mental yaitu *Rating Scale Mental Effort* (RSME), yaitu suatu instrumen pengukuran bagi beban kerja mental, akan tetapi cukup berbeda dengan NASA-TLX ataupun SWAT. *Rating Scale Mental Effort* (RSME) merupakan cara yang digunakan untuk menganalisis beban kerja mental yang dihadapi oleh pekerja yang harus melakukan berbagai macam aktivitas di tempat kerja. Indikator beban kerja mental yang memiliki nilai rata-rata yang paling tinggi terdapat pada indikator beban kerja usaha mental kerja (UMK) sebesar 92,69 termasuk kedalam kategori *Very Great Effort* dan terendah pada indikator kegelisahan kerja (KgK) sebesar 71,48 termasuk kedalam kategori *Great Effort*. Rata-rata nilai seluruh indikator beban kerja mental dengan metode RSME (*Rating Scale Mental Effort*) memperoleh nilai sebesar 80,27 dimana representasi usaha yang dilakukan adalah cenderung mendekati skala cukup besar. Mahasiswa pekerja sebaiknya memanfaatkan waktu istirahat sebaik mungkin sehingga pada saat melanjutkan pekerjaan ataupun berkuliah tidak terbebani oleh beban kerja sebelumnya.

Kata Kunci: beban kerja mental, mahasiswa pekerja, *rating scale mental effort*

KARAWANG

ABSTRACT

This face-to-face learning is considered difficult, although it can be seen that this is a consequence that must be accepted by some students while working because several factors influence it such as working overtime, heavy work, and the distance between the workplace and the far campus. Face-to-face learning can cause the mental workload felt by working students, so the method that can be used in mental workload is the Mental Effort Rating Scale (RSME), which is a measurement instrument for mental workload, but it is quite different from NASA-TLX or SWAT. The Mental Effort Rating Scale (RSME) is a method used to analyze the mental workload faced by workers who have to carry out various activities at work. The mental workload indicator that has the highest average value is found in the mental work effort (UMK) indicator of 92.69 which is included in the Very Great Effort category and the lowest is in the work fatigue indicator (KgK) of 71.48 which is included in the Good Business category. The average value of all indicators of mental workload using the RSME (Mental Effort Rating Scale) method obtained a value of 80.27 where the representation of the effort made tends to be close to a fairly large scale. Students should work as best they can during breaks so that when they continue work or study they are not burdened by the previous workload.

Keywords: mental workload, working students, mental effort rating scale

