

DAFTAR ISI

COVER	i
HALAMAN JUDUL INDONESIA	ii
HALAMAN JUDUL INGGRIS	iii
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING	iv
LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI	v
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR	vi
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	vii
HALAMAN PERSEMBAHAN	viii
HALAMAN MOTTO	ix
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvii
ABSTRAK	xviii
<i>ABSTRACT</i>	xix
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan Masalah	4
1.3 Pembatasan Masalah	4
1.4 Tujuan Penelitian	4
1.5 Manfaat Penelitian	5
1.6 Sistematika Penulisan	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA DAN LANDASAN TEORI	7
2.1 Tinjauan Pustaka	7
2.2 Landasan Teori	18
2.2.1 Beban Kerja	18
2.2.2 Metode Cardiovascular Load (CVL)	20
2.2.3 Metode Rapid Entire Body Assessment (REBA)	23
2.2.3.1 Definisi Rapid Entire Body Assessment (REBA)	23

2.2.3.2 Langkah – langkah Pemberian Skor REBA.....	25
2.2.4 Metode Nordic Body Map (NBM).....	33
2.2.4.1 Definisi Metode <i>Nordic Body Map</i> (NBM)	33
2.3 Hipotesis dan Kerangka Teoritis	35
2.3.1 Hipotesis.....	35
2.3.2 Kerangka Teoritis.....	36
BAB III METODE PENELITIAN.....	37
3.1 Pengumpulan Data	37
3.2 Teknik Pengumpulan Data	37
3.3 Pengujian Hipotesa.....	38
3.4 Metode Analisis.....	38
3.5 Pembahasan.....	38
3.6 Penarikan Kesimpulan.....	39
3.7 Diagram Alir Penelitian	39
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	41
4.1 Pengumpulan Data	41
4.1.1 Proses Produksi	41
4.1.2 Kuesioner Nordic Body Map (NBM)	43
4.1.3 Denyut Nadi Pekerja	45
4.1.4 Data REBA	47
4.2 Pengolahan Data.....	47
4.2.1 Perhitungan CVL	47
4.2.2 Perhitungan Jumlah Tenaga Kerja Optimal	49
4.2.3 Perhitungan Konsumsi Oksigen	49
4.2.4 Perhitungan konsumsi Energi Kerja	51
4.2.5 Penggunaan Software Ergofellow 3.0.....	53
4.2.6 Data Sudut Yang Terbentuk.....	57
4.2.7 Perolehan Skor Pergerakan REBA.....	57
4.2.8 Penentuan Skor Tabel A.....	58
4.2.9 Penentuan Skor Tabel B.....	58
4.2.10 Penentuan Grand Total Score Table.....	59

4.2.11	Klasifikasi kategori Skor REBA	60
4.3	Usulan Perbaikan Postur Kerja	61
4.3.1	Penggunaan Software Ergofellow	61
4.3.2	Data Sudut Yang Terbentuk.....	64
4.3.3	Perolehan Skor Pergerakan REBA.....	64
4.3.4	Penentuan Skor Tabel A.....	65
4.3.5	Penentuan Skor Tabel B.....	65
4.3.6	Penentuan Grand Total Score Table	66
4.3.7	Klasifikasi kategori Skor REBA Usulan.....	67
4.4	Analisa.....	68
4.4.1	Analisa Nilai Kuesioner NBM.....	69
4.4.2	Analisa Nilai CVL.....	70
4.4.3	Analisa Nilai Konsumsi Oksigen.....	71
4.4.4	Analisa Nilai Konsumsi Energi Kerja.....	72
4.4.5	Analisa REBA.....	73
BAB V PENUTUP.....		75
5.1	Kesimpulan.....	75
5.2	Saran.....	76
DAFTAR PUSTAKA		77
LAMPIRAN		

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keluhan Otot Para Pekerja Tiap Proses UD.Sumber Rezeki	4
Tabel 2.1 Tinjauan pustaka.....	10
Tabel 2.2 Klasifikasi Nilai CVL.....	22
Tabel 2.3 Skor bagian leher (neck).....	26
Tabel 2.4 Skor bagian batang tubuh	27
Tabel 2.5 Skor bagian kaki (legs).....	27
Tabel 2.6 Tabel A	28
Tabel 2.7 Skor Beban	28
Tabel 2.8 Skor bagian lengan atas (upper arm).....	29
Tabel 2.9 Skor bagian lengan bawah (lower arm).....	30
Tabel 2.10 Skor bagian pergelangan tangan (wrist).....	30
Tabel 2.11 Skor tabel B	31
Tabel 2.12 Skor pegangan.....	31
Tabel 2.13 Tabel C	32
Tabel 2.14 Skor Aktivitas.....	32
Tabel 2.15 Pengkategorian Skor REBA.....	33
Tabel 2.16 Kategori Tingkat Rasa Sakit.....	35
Tabel 2.17 Kategori Tingkat Resiko dan Perbaikan.....	35
Tabel 4.1 proses produksi.....	41
Tabel 4.2 Hasil Kuesioner Pak Rukan.....	43
Tabel 4.3 Klasifikasi Tingkat Resiko	44
Tabel 4.4 Pengkategorian Tingkat Resiko Pekerja	45
Tabel 4.5 Input DNI dan DNK Pekerja	45
Tabel 4.6 Denyut Nadi per Menit.....	46
Tabel 4.7 Perhitungan CVL.....	48
Tabel 4.8 Klasifikasi CVL.....	48
Tabel 4.9 Klasifikasi Nilai CVL Pekerja.....	49
Tabel 4.10 Input Konsumsi Oksigen	50
Tabel 4.11 Perhitungan Konsumsi Oksigen	50

Tabel 4.12 Klasifikasi Konsumsi Oksigen	51
Tabel 4.13 Klasifikasi Nilai Konsumsi Oksigen Pekerja	51
Tabel 4.14 Perhitungan Konsumsi Energi Kerja.....	52
Tabel 4.15 Klasifikasi Konsumsi Energi.....	52
Tabel 4.16 Nilai Konsumsi Energi	52
Tabel 4.17 Rekapitulasi Sudut Postur Pekerja Sortir	57
Tabel 4.18 Nilai Kategori Bagian Sortir	58
Tabel 4.19 Penentuan skor tabel A.....	58
Tabel 4.20 Penambahan Nilai Beban Tabel A	58
Tabel 4.21 Tabel B	59
Tabel 4.22 Penambahan Skor Pegangan	59
Tabel 4.23 Nilai Grand Total Tabel C.....	60
Tabel 4.24 Skor Aktivitas.....	60
Tabel 4.25 Pengkategorian Skor REBA.....	60
Tabel 4.26 Rekapitulasi Nilai REBA Pekerja	61
Tabel 4.27 Rekapitulasi Sudut Postur Pekerja Sortir	64
Tabel 4.28 Nilai Kategori Bagian Sortir	64
Tabel 4.29 Penentuan skor tabel A.....	65
Tabel 4.30 Penambahan Nilai Beban Tabel A	65
Tabel 4.31 Tabel B	65
Tabel 4.32 Penambahan Skor Pegangan	66
Tabel 4.33 Nilai Grand Total Tabel C.....	66
Tabel 4.34 Skor Aktivitas.....	67
Tabel 4.35 Pengkategorian Skor REBA.....	67
Tabel 4.36 Rekapitulasi Nilai REBA Pekerja	68

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1.1 Penyortiran.....	3
Gambar 2.1 Tabel REBA.....	24
Gambar 2.2 Postur tubuh bagian leher (neck)	26
Gambar 2.3 Postur tubuh bagian batang tubuh	26
Gambar 2.4 Postur tubuh bagian kaki (legs)	27
Gambar 2.5 Postur tubuh bagian lengan atas (<i>upper arm</i>).....	29
Gambar 2.6 Postur tubuh bagian lengan bawah (<i>lower arm</i>)	30
Gambar 2.7 Postur tubuh bagian pergelangan tangan (<i>wrist</i>)	30
Gambar 2.8 Kuesioner <i>Nordic Body Map</i>	34
Gambar 4.1 pengnyortiran.....	41
Gambar 4.2 pengepressan.....	42
Gambar 4.3 Finishing	42
Gambar 4.4 sudut leher pak zaenal.....	54
Gambar 4.5 sudut punggung pak zaenal.....	55
Gambar 4.6 sudut lengan atas Pak Zaenal.....	55
Gambar 4.7 sudut lengan bawah pak zaenal.....	56
Gambar 4.8 sudut pergelangan tangan pak zaenal	57
Gambar 4.9 sudut leher.....	62
Gambar 4.10 sudut punggung.....	62
Gambar 4.11 sudut lengan atas.....	63
Gambar 4.12 sudut lengan bawah.....	63
Gambar 4.13 sudut pergelangan tangan	64