

ABSTRAK

PT. Janata Marina Indah merupakan sebuah perusahaan yang bergerak dalam bidang teknologi perkapalan yang memadukan antara pembangunan kapal baru, dok maupun perbaikan kapal. Dalam menjalankan aktivitas perusahaan tiap harinya, para karyawan kantor menggunakan komputer untuk membantu pekerjaan mereka khususnya pada departemen personalia. Setelah dilakukan observasi, ternyata para karyawan di departemen personalia mengalami resiko ergonomi berupa gangguan nyeri pada berbagai bagian otot tubuh (*musculoskeletal disorders*). Untuk mengatasi problem tersebut, peneliti menggunakan metode ROSA (*Rapid Office Strain Assessment*) dimana metode ini merupakan salah satu metode pada *office ergonomies* yang mampu mengukur risiko yang berkaitan dengan penggunaan komputer. Melalui penggunaan metode tersebut, diperoleh hasil penelitian yakni didapatkan nilai terkait resiko pada setiap pekerja yaitu pada pekerja A bernilai 9, pekerja B bernilai 8, pekerja C Bernilai 9, pekerja D bernilai 9 dan pekerja E bernilai 7, Yang artinya semua pekerja pada departemen Personalia di PT Janata Marina Indah mempunyai tingkat resiko tinggi atau berada di level berbahaya. Perbaikan yang diusulkan adalah yang pertama pembaharuan fasilitas kerja seperti kursi ergonomis kantor dan protector screen PC serta memberikan sosialisasi penggunaan fasilitas kantor agar karyawan nyaman dalam bekerja. Yang kedua yaitu mengadakan pelatihan ergonomi perkantoran komputer yang baik dan benar untuk mengurangi cedera pada saat penggunaan komputer. Dan yang terakhir yaitu memberikan jaminan kesehatan berupa asuransi guna menghindari penyakit akibat kerja pada para pekerja. Dengan usulan ini diharapkan mampu mengurangi keluhan yang disebabkan karena otot yang dialami pada para pekerja.

Kata kunci : *Rapid Office Strain Assessment, musculoskeletal disorders, departemen personalia*



ABSTRACT

PT. Janata Marina Indah is a company engaged in shipping technology that combines the construction of new ships, docks and ship repairs. In carrying out daily company activities, office employees use computers to help their work, especially in the personnel department. After observation, it turns out that employees in the personnel department experience ergonomic risks in the form of pain disorders in various parts of the body's muscles (musculoskeletal disorders). To overcome this problem, the researchers used the ROSA (Rapid Office Strain Assessment) method which is one of the methods in office ergonomics that is able to measure the risks associated with computer use. Through the use of this method, the results obtained are that the risk-related value for each worker is obtained, namely worker A is worth 9, worker B is worth 8, worker C is worth 9, worker D is worth 9 and worker E is worth 7, which means all workers in the Personnel department PT Janata Marina Indah has a high level of risk or is at a dangerous level. The proposed improvements are the first to renew work facilities such as office ergonomic chairs and PC screen protectors and provide socialization on the use of office facilities so that employees are comfortable at work. The second is to conduct good and correct computer office ergonomics training to reduce injuries when using computers. And the last is to provide health insurance in the form of insurance to avoid occupational diseases in workers. With this proposal is expected to reduce complaints caused by the muscles experienced by the workers.

Keywords: Rapid Office Strain Assessment, musculoskeletal disorders, personnel department

