

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL	ii
HALAMAN PENGESAHAN PEMBIMBING	iii
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI	iv
HALAMAN PERSEMBAHAN	v
HALAMAN MOTTO	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR	xv
ABSTRAKSI	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan Masalah.....	3
1.3 Pembatasan Masalah	3
1.4 Tujuan Penelitian.....	4
1.5 Manfaat Penelitian.....	5
1.6 Sistematika Penulisan.....	5
BAB II LANDASAN TEORI	7
2.1 <i>Ergonomi</i>	7
2.1.1 Pengertian.....	7
2.1.2 Tujuan dan Pentingnya Ergonomi.....	8
2.1.2.1 Metode Ergonomi.....	9
2.1.2.2 Aplikasi Ergonomi Dalam Bekerja	9
2.1.2.3 Postur Tubuh	10
2.1.2.4 Pemindahan Material Secara Manual	14
2.1.2.5 Kerja Otot <i>Statis</i> dan <i>Dinamis</i>	15
2.1.2.6 Kelelahan.....	17

2.1.2.7 Metode Penilaian Postur Tubuh RULA	18
2.1.2.7.1 Penilaian Postur Tubuh Group A	19
2.1.2.7.2 Penilaian Postur Tubuh Group B	25
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	31
3.1 Lokasi Penelitian dan Waktu Penelitian.....	31
3.2 Metode Penelitian	31
3.3 Instrumen Penelitian.....	32
3.4 Studi Pendahuluan	33
3.4.1 Studi Literatur	33
3.4.2 Studi Lapangan	33
3.5 Perumusan Masalah.....	33
3.6 Tujuan Penelitian	33
3.7 Metode Pengumpulan Data	34
3.8 Pengolahan Data	35
3.9 Analisis dan Evaluasi Pemecahan Masalah	36
3.10 Kesimpulan dan Saran.....	37
3.11 Langkah Penelitian	37
BAB IV PENGOLAHAN DATA DAN ANALISA.....	39
4.1 Gambaran perusahaan	39
4.1.1 Lokasi dan Tata Letak Pabrik	41
4.1.2 Struktur Organisasi Perusahaan	41
4.1.3 Proses Produksi.....	43
4.2 Pengumpulan Data	44
4.2.1 Kegiatan Kerja Operator	44
4.2.2 Kerja Otot Statis dan Dinamis	45
4.2.3 Penyakit Akibat Postur Kerja	46
4.3 Pengolahan Data	47
4.3.1 Postur Kerja	47
4.3.2 Penilaian Postur Kegiatan Menjangkau <i>Crate</i>	53

4.3.3	Penilaian Postur Kegiatan Mengangkat <i>Crate</i>	57
4.3.4	Penilaian Postur Kegiatan Membawa <i>Crate</i>	62
4.3.5	Penilaian Postur Kegiatan Menyusun <i>Crate</i> 1	66
4.3.6	Penilaian Postur Kegiatan Menyusun <i>Crate</i> 2	71
4.3.7	Penilaian Postur Kegiatan Menyusun <i>Crate</i> 3	75
4.3.8	Penilaian Postur Kegiatan Menyusun <i>Crate</i> 4	80
4.3.9	Penilaian Postur Kegiatan Menyusun <i>Crate</i> 5	84
4.4	Pengolahan Data Usulan Perbaikan	89
4.4.1	Postur Kerja Usulan Perbaikan	89
4.4.2	Penilaian Postur Kegiatan Menjangkau <i>Crate</i>	96
4.4.3	Penilaian Postur Kegiatan Mengangkat <i>Crate</i>	100
4.4.4	Penilaian Postur Kegiatan Membawa <i>Crate</i>	105
4.4.5	Penilaian Postur Kegiatan Menyusun <i>Crate</i> 1	109
4.4.6	Penilaian Postur Kegiatan Menyusun <i>Crate</i> 2	114
4.4.7	Penilaian Postur Kegiatan Menyusun <i>Crate</i> 3	118
4.4.8	Penilaian Postur Kegiatan Menyusun <i>Crate</i> 4	123
4.4.9	Penilaian Postur Kegiatan Menyusun <i>Crate</i> 5	127
4.5	Pembahasan	132
4.5.1	Pembahasan Postur Tubuh Berdasarkan Metode RULA ..	132
4.5.2	Pembahasan Postur Kerja dan Fasilitas Saat Ini	137
4.5.3	Posisi Operator dan Komponen Peralatan Saat Ini	139
4.5.4	Lamanya Waktu Istirahat Yang Ada Saat Ini	139
4.5.5	Penentuan Postur Tubuh Yang Menimbulkan Kelelahan	140
4.5.6	Solusi Masalah	141
4.5.7	Pembahasan Usulan Perbaikan Metode RULA.....	143
4.5.8	Pembahasan Sebelum dan Sesudah Perbaikan	148
BAB V PENUTUP		152
5.1	Kesimpulan.....	152
5.2	Saran	154
DAFTAR PUSTAKA		