

LAPORAN TUGAS AKHIR
Analisis Postur Kerja Karyawan Untuk Mengurangi
Cedera Otot Menggunakan Metode ROSA (*Rapid Office*
***Strain Assessment*) Di PT. Sinar Semesta**



Rezal Aji Pratama (31601601342)

JURUSAN TEKNIK INDUSTRI
FAKULTAS TEKNOLOGI INDUSTRI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG SEMARANG
SEMARANG
2021

LAPORAN TUGAS AKHIR
Analisis Postur Kerja Karyawan Untuk Mengurangi
Cedera Otot Menggunakan Metode ROSA (*Rapid Office*
***Strain Assessment*) Di PT. Sinar Semesta**

Laporan Ini Disusun Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar
Sarjana Strata Satu (S1) Pada Program Studi Teknik Industri Fakultas Teknologi
Industri Universitas Islam Sultan Agung Semarang



DISUSUN OLEH :

Rezal Aji Pratama

NIM (31601601342)

PROGRAM STUDI TEKNIK INDUSTRI
FAKULTAS TEKNOLOGI INDUSTRI
UNIVERSITAS ISLAM SULTAN AGUNG
SEMARANG

2021

FINAL PROJECT

***Analysis of Employee Work Posture to Reduce Muscle Injury Using
the ROSA (Rapid Office Strain Assessment) Method At PT. Sinar***

Semesta

*Proposed to complete the requirement to obtain a bachelor's degree (S1) at
Department of Industrial Engineering, Faculty of Industrial Technology,
Universitas Islam Sultan Agung Semarang*



Arranged By :

Rezal Aji Pratama

NIM (31601601342)

DEPARTMENT OF INDUSTRIAL ENGINEERING

FACULTY OF INDUSTRIAL TECHNOLOGY

SULTAN AGUNG ISLAMIC UNIVERSITY

SEMARANG

2021

LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING

Laporan Tugas Akhir dengan judul "Analisis Postur Kerja Karyawan Untuk Mengurangi Cedera Otot Menggunakan Metode ROSA (*Rapid Office Strain Asessment*) Di PT.

Sinar Semesta" ini disusun oleh :

Nama : Rezal Aji Pratama

Nim : 31601601342

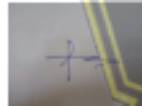
Program Studi : Teknik Industri

Telah disahkan dan disetujui oleh dosen pembimbing pada :

Hari :

Tanggal :

Pembimbing I



Digitally signed
by Eli Mas'idah
Date: 2021.08.19
07:09:46 +0700

Ir. Hj. Eli Mas'idah, MT
NIDN. 061 506 6601

Pembimbing II

Date:

2021.08.18

Wiwiek Fatmawati, ST., MT.
NIDN. 062 017 0001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Teknik Industri



Nuzulia Khoiriyah
2021.08.19 09:49:55 +0700

Nuzulia Khoiriyah, ST., MT.
NIK. 210 603 029

LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

Laporan Tugas Akhir dengan judul “Analisis Postur Kerja Karyawan Untuk Mengurangi Cedera Otot Menggunakan Metode ROSA (*Rapid Office Strain Assessment*) Di PT. Sinar Semesta“ ini telah dipertahankan di depan Penguji Sidang Tugas Akhir pada :


Hari :

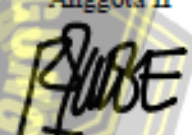
Tanggal :

TIM PENGUJI


Anggota I

Anggota II


Akhmad Syakhroni, ST, M.Eng.
NIP 06-1603-7601


Rieska Ernawati, ST, MT
NIP 06-0809-9201

Ketua Penguji


Ir. Irwan Sukendar, ST, MT, IPM.ASEAN.Eng
NIP. 00-1001-7601

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR

Yang bertanda tangan di bawah ini :
Nama : Rezal Aji Pratama
Nim : 31601601342
Judul Tugas Akhir : Analisis Postur Kerja Karyawan Untuk Mengurangi Cedera Otot Menggunakan Metode ROSA (*Rapid Office Strain Assessment*) Di PT. Sinar Semesta

Dengan ini saya menyatakan bahwa judul dan isi Tugas akhir yang saya buat dalam rangka menyelesaikan pendidikan Strata Satu (S1) Teknik Industri tersebut adalah asli dan belum pernah diangkat, ditulis ataupun dipublikasikan oleh siapapun baik keseluruhan maupun sebagian, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka, apabila dikemudian hari ternyata terbukti bahwa judul tugas akhir tersebut pernah diangkat, ditulis ataupun dipublikasikan, maka saya bersedia dikenakan sanksi akademis. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sadar dan penuh tanggung jawab.



Semarang, 2021

Yang menyatakan

Rezal Aji Pratama



HALAMAN PERSEMBAHAN



Alhamdulillah segala puji bagi Allah SWT Yang Maha Pengasih lagi Maha Penyayang yang telah memberi rohmat, hidayah, dan kesempatan sehingga saya dapat menimba ilmu sejauh ini. Tiada kata yang bisa saya ucapkan selain puji syukur kepada Allah SWT dan semoga senantiasa meridhoi kehidupan saya di dunia dan akhirat. Semoga Allah juga meridhoi saya untuk terus menimba ilmu, mengamalkannya, dan mengajarkannya. Sholawat serta Salam saya haturkan kepada kekasih hati yang sangat saya cintai, rindukan, dan saya dambakan pertemuan dan syafa'atnya yaitu Syaidina Rosulullah Muhammad SAW sebagai Nabi penutup jaman, Nabi yang menjadi uswatun khasanah, Nabi yang menjadi rohmat segala alam, dan Nabi kekasih Allah .

Untuk Ibu dan Bapak tercinta, terimakasih atas segala kasih sayang, doa, dukungan, motivasi dan pengorbanan baik secara lahir maupun batin untuk saya. Tak akan pernah saya bisa membalas kasih sayang serta pengorbanan Ibu dan Bapak. Semoga Allah SWT selalu melimpahkan rahmat, kesehatan, karunia dan keberkahan di dunia dan di akhirat terhadap Ibu dan Bapak. Semoga saya bisa menjadi anak yang sholeh, cerdas, berbakti pada Agama dan Negara, terutama mengabdikan dan membahagiakan orang tua saya di dunia dan akhirat.

Terimakasih juga kepada semua Guru maupun Dosen saya secara agama dan akademik dari kecil hingga saat ini. Semoga anda semua senantiasa dalam ridho Allah SWT serta diberi kebahagiaan di dunia dan akhirat. Dan untuk sahabat-sahabatku , terimakasih banyak telah memberikan semangat, doa dan hiburan dari kalian semua. Semoga kalian sukses dunia dan akhirat

HALAMAN MOTTO

“se-instan-instannya makanan seperti mie instan aja belum bisa langsung dimakan, masih ada step-stepnya. Semua itu butuh proses bukan bimsalabim”

(Rezal Aji Pratama)

“Doa dan Ridho dari kedua orang tua adalah kunci kesuksesan”

“Karena itu, ingatlah kamu kepada-Ku niscaya aku ingat (pula) kepadamu, dan bersyukurlah kepada-Ku, dan janganlah kamu mengingkari (nikmat)-Ku”.

(Q.S Al-Baqarah: 152)



KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Wr. Wb.

Dengan mengucapkan puji dan syukur kehadirat kepada Allah SWT atas segala rahmat, karunia, taufiq dan hidayah-Nya, sehingga saya dapat menyelesaikan laporan Tugas Akhir dengan judul “Analisis Postur Kerja Karyawan Untuk Mengurangi Cedera Otot Menggunakan Metode ROSA (*Rapid Office Strain Assessment*) Di PT. Sinar Semesta”. Tidak lupa shalawat serta salam semoga selalu tercurah kepada Nabi kita Nabi Muhammad SAW.

Selama penyusunan Laporan Tugas Akhir ini, banyak bantuan seperti bimbingan, motivasi, saran dan doa yang saya dapatkan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini dengan segenap kerendahan hati, tak lupa penulis sampaikan rasa hormat dan terima kasih yang mendalam kepada :

1. Allah SWT atas segala karunia-Nya hingga Laporan Tugas Akhir ini dapat diselesaikan.
2. Bapak dan Ibu saya, terima kasih atas semua pengorbanan, dukungan, semangat dan doa-doa yang setiap hari dipanjatkan. Semoga seluruh pengorbanan bapak dan ibu untuk saya dibalas dengan kebaikan dan keberkahan dari Allah SWT. Aamiin.
3. Ibu Ir. Hj. Eli Mas'idah, ST, MT dan ibu Wiwiek Fatmawati, ST.,M.Eng selaku dosen pembimbing yang telah memberikan banyak masukan, bimbingan, serta saran. Mohon maaf atas segala kesalahan, kekhilafan dan keterbatasan yang saya miliki.
4. Selaku dosen penguji yang bersedia memberi masukan berupa saran dan kritik untuk memperbaiki penyusunan laporan tugas akhir.
5. Bapak Ibu Dosen Teknik Industri Universitas Islam Sultan Agung yang telah membimbing dan mengajar selama perkuliahan.
6. Terima kasih kepada Brian Ayu Rahmadani yang selalu mendukung dan menyemangati dalam menyelesaikan tugas akhir ini.

7. Terima kasih kepada pihak PT. Sinar Semesta terutama Bapak Fadli yang telah memberikan izin untuk saya melakukan penelitian.
8. Terima kasih kepada teman – teman yang telah membantu menyelesaikan dan memberi semangat dalam mengerjakan laporan tugas akhir ini Fajar Gendut, dan Mas Teguh yang selalu memberi motivasi.
9. Terima kasih kepada teman saya Yayan, Dhikajono, Tanjung, Raka, Azmi, Septa, Whilda, Viky, Zizi dan crew kontrakan yang sering menjadi tempat curhat saya yang telah memberikan semangat dan dukungan dalam penyusunan laporan tugas akhir ini.
10. Terima kasih kepada teman-teman seperjuangan Teknik Industri 2016 terutama teman– teman kelas C yang sering menghibur dalam setiap candaanya.
11. Terima kasih kepada Om Rudy Ibrahim, Eva Aqwila, Edot Arisna, Maya Sabrina, Evis Renata, Diors Febdalena, Romansa nyess , Trias Musik, dan Camelia atas hiburannya agar saya tidak bosan ketika mengerjakan tugas akhir ini.
12. Serta semua pihak yang telah membantu dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini.

Penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam laporan Tugas Akhir ini, oleh karena itu kritik dan saran dari pembaca masih sangat diharapkan. Penulis berharap semoga laporan Tugas Akhir ini dapat dikembangkan

kembali dan bermanfaat bagi banyak orang. Amiin...

Wassalamu'alaikum. Wr. Wb.

Semarang, 2021
Yang Menyatakan,

Penulis