

## DAFTAR ISI

|                                                                   | Halaman |
|-------------------------------------------------------------------|---------|
| <b>HALAMAN JUDUL</b> .....                                        | i       |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....                                   | ii      |
| <b>KATA PENGANTAR</b> .....                                       | iii     |
| <b>DAFTAR ISI</b> .....                                           | iv      |
| <b>DAFTAR GAMBAR</b> .....                                        | vi      |
| <b>DAFTAR TABEL</b> .....                                         | vii     |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....                                      | viii    |
| <b>ABSTRAK</b> .....                                              | ix      |
| <b>ABSTRACT</b> .....                                             | x       |
| <br>                                                              |         |
| <b>BAB I PENDAHULUAN</b>                                          |         |
| 1.1 Latar Belakang Masalah .....                                  | I-1     |
| 1.2 Perumusan Masalah .....                                       | I-4     |
| 1.3 Tujuan Penelitian .....                                       | I-4     |
| 1.4 Asumsi dan Batasan Masalah .....                              | I-4     |
| 1.5 Manfaat Penelitian .....                                      | I-5     |
| 1.6 Sistematika Penelitian .....                                  | I-5     |
| <b>BAB II LANDASAN TEORI</b>                                      |         |
| 2.1 Ergonomi .....                                                | II-1    |
| 2.1.1 Pengertian Ergonomi .....                                   | II-1    |
| 2.2 Pengertian Postur Kerja .....                                 | II-2    |
| 2.2.1 Pengaruh Postur Kerja terhadap Ergonomi .....               | II-2    |
| 2.2.2 Pengaruh Postur Kerja terhadap <i>Musculoskeletal</i> ..... | II-4    |
| 2.3 Analisis Postur .....                                         | II-5    |
| 2.4 <i>Rapid Entire Body Assessment</i> (REBA).....               | II-7    |
| 2.5 <i>Nordic Body Map</i> .....                                  | II-17   |
| 2.6 Antropometri .....                                            | II-19   |
| 2.7 Pengukuran Data Antropometri.....                             | II-22   |
| 2.8 Pengujian Data.....                                           | II-27   |
| 2.9 Persentil .....                                               | II-29   |
| 2.10 Penelitian Terdahulu .....                                   | II-30   |
| <b>BAB III METODOLOGI PENELITIAN</b>                              |         |
| 3.1 Obyek Penelitian.....                                         | III-1   |

|                                                    |       |
|----------------------------------------------------|-------|
| 3.2 Pengumpulan Data.....                          | III-1 |
| 3.3 Data yang Dibutuhkan .....                     | III-2 |
| 3.4 Kerangka Penelitian.....                       | III-3 |
| 3.5 Pengolahan Data .....                          | III-5 |
| 3.6 Analisis Hasil.....                            | III-9 |
| 3.5 Kesimpulan dan Saran .....                     | III-9 |
| <b>BAB IV PENGOLAHAN DAN ANALISIS HASIL</b>        |       |
| 4.1 Pengumpulan Data.....                          | IV-1  |
| 4.2 Pengolahan Data .....                          | IV-1  |
| 4.2.1 Tahap Penilaian .....                        | IV-1  |
| 4.2.2 Tahap Penilaian Ulang Menggunakan REBA ..... | IV-14 |
| 4.3 Analisis Hasil.....                            | IV-19 |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>                  |       |
| 5.1 Kesimpulan.....                                | V-1   |
| 5.2 Saran .....                                    | V-2   |

**DAFTAR PUSTAKA**

**LAMPIRAN**

## DAFTAR GAMBAR

|             | Halaman                                                         |
|-------------|-----------------------------------------------------------------|
| Gambar 2.1  | <i>Range</i> pergerakan punggung ..... II-10                    |
| Gambar 2.2  | <i>Range</i> pergerakan leher ..... II-11                       |
| Gambar 2.3  | <i>Range</i> pergerakan kaki ..... II-12                        |
| Gambar 2.4  | <i>Range</i> pergerakan lengan atas ..... II-13                 |
| Gambar 2.5  | <i>Range</i> pergerakan pergelangan lengan tangan ..... II-14   |
| Gambar 2.6  | <i>Range</i> pergerakan pergelangan tangan ..... II-14          |
| Gambar 2.7  | REBA <i>Scoring</i> ..... II-16                                 |
| Gambar 2.8  | <i>Nordic Body Map</i> ..... II-18                              |
| Gambar 2.9  | Dimensi Tubuh 1 ..... II-23                                     |
| Gambar 2.10 | Dimensi Tubuh 2 ..... II-23                                     |
| Gambar 2.11 | Dimensi Tubuh 3 ..... II-23                                     |
| Gambar 2.12 | Dimensi Tubuh 4 ..... II-24                                     |
| Gambar 2.13 | Dimensi Tubuh 5 ..... II-24                                     |
| Gambar 2.14 | Dimensi Tubuh 6 ..... II-24                                     |
| Gambar 2.15 | Dimensi Tubuh 7 ..... II-25                                     |
| Gambar 2.16 | Dimensi Tubuh 8 ..... II-25                                     |
| Gambar 2.17 | Dimensi Tubuh 9 ..... II-25                                     |
| Gambar 3.1  | Kerangka penelitian ..... III-4                                 |
| Gambar 4.1  | Rekapitulasi data keluhan pekerja ..... IV-2                    |
| Gambar 4.2  | Penarikan sudut aktivitas pengisian rasa pada bakpao ..... IV-6 |
| Gambar 4.3  | Desain Usulan Kursi ..... IV-13                                 |
| Gambar 4.4  | Desain Usulan Meja ..... IV-14                                  |
| Gambar 4.5  | Penarikan sudut aktivitas pengisian rasa ..... IV-15            |

## DAFTAR TABEL

|            | Halaman                                                            |
|------------|--------------------------------------------------------------------|
| Tabel 2.1  | <i>Range</i> pergerakan punggung ..... II-11                       |
| Tabel 2.2  | <i>Range</i> pergerakan leher ..... II-11                          |
| Tabel 2.3  | <i>Range</i> pergerakan kaki..... II-12                            |
| Tabel 2.4  | Pembobotan Grup A ..... II-12                                      |
| Tabel 2.5  | <i>Range</i> pergerakan lengan atas..... II-13                     |
| Tabel 2.6  | <i>Range</i> pergerakan pergelangan lengan tangan..... II-14       |
| Tabel 2.7  | <i>Range</i> pergerakan pergelangan tangan ..... II-14             |
| Tabel 2.8  | Pembobotan Grup B..... II-15                                       |
| Tabel 2.9  | Pembobotan grup C ..... II-16                                      |
| Tabel 2.10 | Level resiko dan tindakan ..... II-17                              |
| Tabel 2.11 | Keterangan Dimensi Tubuh ..... II-26                               |
| Tabel 3.1  | Rangkuman Persentase Keluhan Pekerja..... III-5                    |
| Tabel 4.1  | Pengumpulan Data ..... IV-1                                        |
| Tabel 4.2  | Rekapitulasi data keluhan pada stasiun kerja pemberian rasa ..IV-3 |
| Tabel 4.3  | Kombinasi Skor Tabel A REBA pengisian rasa ..... IV-7              |
| Tabel 4.4  | Kombinasi Skor Tabel B REBA aktivitas pengisian rasa..... IV-8     |
| Tabel 4.5  | Kombinasi Skor Tabel C REBA aktivitas pengisian rasa..... IV-9     |
| Tabel 4.6  | Data-data Antropometri pekerja yang dibutuhkan..... IV-11          |
| Tabel 4.7  | Kombinasi Skor Tabel A REBA aktivitas pengisian rasa ..... IV-16   |
| Tabel 4.8  | Kombinasi Skor Tabel B REBA aktivitas pengisian rasa..... IV-17    |
| Tabel 4.9  | Kombinasi Skor Tabel C REBA aktivitas pengisian rasa..... IV-18    |
| Tabel 4.10 | Gambar perbandingan fasilitas kerja ..... IV-23                    |

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran A. Kuesioner *Nordic Body Maps*
- Lampiran B. Perhitungan Antropometri
- Lampiran C. Foto *Prototype* Meja dan Kursi
- Lampiran D. Foto Proses Produksi Bakpao
- Lampiran E. Gambar 2D Rancangan Kursi dan Meja