

## ABSTRAK

Aktifitas yang paling sering dilakukan dalam dunia industri adalah pemindahan material secara manual. Di CV Java pemindahan pupuk dilakukan secara manual, dengan postur kerja yang berpotensi menimbulkan *Musculoskeletal Disorders* dan beban rata-rata yang diangkat seberat 50 kg.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis postur kerja sebelum dan setelah usulan perbaikan dengan menggunakan metode *Rapid Upper Limb Assesments* (RULA) dan *Recommended Weight Limit* (RWL). Dari hasil analisa dengan metode RULA diperoleh *Action Level* > 1 sehingga diperlukan perbaikan pada aktifitas tersebut. Untuk Perhitungan RWL dengan nilai *Lifting Indexnya* > 1 maka diketahui bahwa aktifitas tersebut beresiko menimbulkan cedera pada tulang belakang, sehingga diperlukan evaluasi untuk memberikan rekomendasi postur kerja yang aman bagi pekerja.

Hasil penilaian postur kerja sebelum perbaikan dengan metode RULA menunjukkan bahwa perlu adanya investigasi dan perubahan diperlukan secepatnya pada tumpukan 6 sampai 11 karena *Action Levelnya* > 3. Sedangkan dari perhitungan dengan metode RWL menunjukkan bahwa elemen kerja pada tumpukan 6 sampai 11 berisiko menimbulkan cedera pada tulang belakang karena *Lifting Indexnya* > 6. Dari hasil analisis perbaikan variabel RULA dengan postur kerja usulan *Action Level* 2 sedangkan untuk RWL *Lifting Index* antara 4,51 – 4,67 diharapkan dapat menjadi bahan pertimbangan perusahaan agar aktivitas pengangkatan yang cenderung membungkuk dapat dihindari.

***Kata kunci : Musculoskeletal Disorders, RULA, RWL, dan Lifting Index***

## **ABSTRACT**

*the most frequently performed activity in the industrial world is the removal of material manually. CV JAVA unloading removal is done manually, with a working posture that could potentially cause musculoskeletal disorders and the average load is lifted by 50 kg.*

*this study aimed to analyze the posture before and after repair work Rapid Upper Limb Assessments (RULA) dan Recommended Weight Limit (RWL) method. Analyze of the results obtained by the method RULA Action Level > 1 so that the necessary improvement in the activity. RWL for the calculation of the value of Lifting Indexnya > 1 it is known that these activities pose a risk of injury to the spine, so that the necessary evaluation to provide a safe working posture recommendations for.*

*Posture assessment results before repair work with RULA method show the dangers of the need for investigation and necessary changes as soon as possible on a pile of 6 to 11 because the Action Levelnya > 3. Whereas the method of calculation the RWL method indicates that the work element on the stack at risk of causing injury to the spinal cord due to lifting Lifting Indexnya > 6. The improvement of the results of the analysis of the variables RULA with working posture action proposal for RWL Action Level 2 while Lifting Index between 4,51 – 4,67 expected to be taken into consideration that the company activity that tends to bend removal can be avoided.*

***Keywords : Musculoskeletal Disorders, RULA, RWL, dan Lifting Index***