

## **ABSTRAK**

*Sentra Kerajinan Rajut Borobudur Knitting Yogyakarta merupakan ukm yang memproduksi pakaian rajut. Postur kerja penting untuk diperhatikan, mengingat pekerjaan di ukm ini dilakukan berulang dan terus menerus terutama pada mesin obras, sehingga postur kerja yang kurang baik akan menyebabkan kelelahan dan keluhan musculoskeletal pada pekerja. Tujuan penelitian ini adalah memperbaiki postur kerja untuk mengurangi kelelahan dan keluhan musculoskeletal.*

*Untuk memperbaiki postur kerja agar mengurangi kelelahan dan keluhan musculoskeletal digunakan metode Rapid Upper Limb Assessment (RULA). RULA merupakan metode yang digunakan untuk menganalisis postur tubuh pekerja pada bagian atas dan menilai kemungkinan resiko kelelahan dan keluhan musculoskeletal (McAtamney, 1993). Langkah-langkah yang dilakukan pada penilaian postur kerja yaitu membentuk sudut tubuh pekerja pada gambar posisi kerja, mengidentifikasi dan menilai postur kerja untuk menentukan level tindakan, selanjutnya dilakukan perbaikan usulan dimensi stasiun kerja/fasilitas kerja menggunakan data-data antropometri pekerja.*

*Dari hasil penilaian RULA didapatkan skor 6 yang artinya level resikonya sedang dan diperlukan tindakan dalam waktu dekat. Untuk mengurangi kelelahan dan keluhan musculoskeletal pada pekerja dilakukan perbaikan desain kursi yang sesuai dengan ukuran operator dan dilakukan perbaikan. Setelah dilakukan perbaikan kursi operator, penilaian RULA sebelumnya didapatkan skor 3 yaitu level resiko kecil dan tindakan yang diambil adalah diperlukan beberapa waktu ke depan. Hasil produktivitas stasiun kerja obras mengalami peningkatan sebesar 12 unit/hari dengan presentase peningkatan produktivitas 46,15%. Hal ini menunjukkan bahwa setelah dimensi stasiun kerja diperbaiki, maka postur kerja juga akan baik dan tentunya kelelahan dan keluhan musculoskeletal yang akan timbul juga kecil.*

**Kata kunci :** *Postur kerja, Musculoskeletal, Rapid Upper Limb Assessment (RULA).*

## **ABSTRACT**

*Sentra crafts Borobudur Knitting Yogyakarta is home industry that produce knitwear. Working posture is important to note, remembered a job at home industry is done repeatedly and continuously especially on obras work station, so that poor working posture will cause fatigue and musculoskeletal complaints of workers. The purpose of this research is to improve work posture to reduce fatigue and musculoskeletal complaints.*

*To correct working posture to reduce fatigue and musculoskeletal complaints used methods Rapid Upper Limb Assessment (RULA) . Rula is a method used to analyze the posture of workers at the top and assess the possible risks of fatigue and musculoskeletal complaints (McAtamney, 1993) . The measures undertaken on the assessment of the working posture that makes an angle of the worker's body in the picture working position, identify and assess work postures to determine the level of action , be further improvements proposed dimensions of work station/work facility using anthropometric data of workers.*

*Rula assessment of the results obtained a score of 6, which means the level of risk is moderate and required actions in the near future. To reduce fatigue and musculoskeletal complaints in workers be improved seat design that matches the size of the operator and carried out repairs. After repairs the operator's seat, Rula ratings previously obtained a score of 3, namely the level of risk is small and the action taken is needed some time to come. The results of the work station obras productivity increased by 12 units / day with a percentage of 46.15 % increase in productivity. This shows that after the dimensions of the work stations repaired, the posture of the work will also be good and of course fatigue and musculoskeletal complaints that will arise too small .*

**Keywords :** *Working Posture, Musculoskeletal, Rapid Upper Limb Assessment (RULA).*