

INTISARI

Keberadaan Ergonomi dan K3 (Keselamatan dan Kesehatan Kerja) adalah dua hal yang tidak dapat dipisahkan dan mengarah pada tujuan yang sama yakni peningkatan kualitas kerja. Seiring dengan peningkatan pada kualitas kerja, maka hal ini akan menuju pada peningkatan produktifitas pekerja dan pada akhirnya aplikasi rancangan kerja yang ergonomis dapat meningkatkan efisiensi, efektifitas dan produktivitas kerja, serta dapat menciptakan sistem serta lingkungan kerja yang aman dan nyaman. Dengan memahami pentingnya Ergonomi dalam setiap rancangan kerja, maka dilakukan suatu evaluasi ergonomi terkait dengan postur kerja dan kondisi lingkungan kerja untuk mengetahui sejauh mana rancangan kerja yang ada mampu mengakomodasi dengan baik kebutuhan para pekerjanya.

Berdasarkan *Standardized Nordic Questionnaire* yang diberikan kepada ketiga orang pekerja ($n=3$), menunjukkan selama 12 bulan dan 7 hari terakhir, gejala MSD tertinggi terjadi pada bagian bahu yang dialami oleh ketiga orang pekerja tersebut, diikuti dengan leher, punggung bawah, dan pergelangan tangan sebanyak 2 orang pekerja. Dari hasil evaluasi lingkungan kerja, menunjukkan tingkat pencahayaan di ruangan hanya berkisar rata-rata 103-104 lux dan kurang memenuhi syarat pencahayaan di ruang kerja komputer sesuai standar SNI 03-6197-2000 yakni sebesar 350 lux. Temperatur ruangan rata-rata berada pada kisaran 26-28°C, dan tingkat kelembaban ruangan rata-rata berada pada kisaran 51-54%.

Berdasarkan hasil analisis postur kerja dengan menggunakan RULA, menunjukkan bahwa untuk jenis pekerjaan mengetik dan *mousing*, keduanya berada pada level tindakan 2, yakni perlu adanya investigasi lebih lanjut dan mungkin perlu dilakukannya perubahan. Dengan aplikasi rekomendasi rancangan meja yang telah di desain untuk perbaikan postur, maka dengan menggunakan *software* ManneQuinPRO untuk memodelkan postur manusia setelah diberikan rekomendasi perbaikan, di dapatkan bahwa untuk kegiatan mengetik, nilai akhir RULA untuk bagian tubuh kanan dan kiri turun menjadi 1 dan berada pada level tindakan 1. Sedangkan untuk kegiatan *mousing*, terjadi penurunan nilai pada tubuh bagian kiri dan kanan yang semula bernilai 4, turun menjadi bernilai 2 (kanan) dan 1 (kiri) dan berada pada level tindakan 1.

Kata kunci : postur kerja, *standardized nordic questionnaire*, RULA