

## ABSTRAK

Postur kerja yang kurang baik dan dilaksanakan secara repetitif (berulang-ulang) pada sistem kerja akan mengakibatkan lebih cepatnya timbul kelelahan ataupun sakit yang diakibatkan postur kerja yang kurang baik pada operator. Salah satu penyakit akibat kerja yang disebabkan oleh proses kerja yang tidak ergonomis adalah keluhan *myalgia*. *Myalgia* adalah nyeri pada otot yang meliputi ligamen, tendon dan fasia, jaringan lunak yang menghubungkan otot, tulang, dan organ. Penyebab umum *myalgia* adalah penggunaan otot yang salah atau otot yang terlalu tegang pada saat bekerja.

Pada penelitian ini dilakukan analisis postur kerja kepada 12 orang operator di *4 line assembly plant* perusahaan manufaktur mobil. Metode analisis postur kerja yang digunakan adalah metode *Ovako Working Posture Analysis System* (OWAS). Metode ini digunakan untuk mengklasifikasikan postur kerja dan beban yang digunakan selama proses kedalam beberapa kategori fase kerja. Selain itu operator juga diminta melakukan pengisian kuesioner yaitu Instrumen Survei Gangguan Otot Rangka yang merupakan kuesioner sederhana yang digunakan untuk menilai tingkat keparahan atas terjadinya gangguan atau cedera pada sistem muskuloskeletal.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pekerjaan dengan postur kerja yang kurang baik dan memerlukan perbaikan secepatnya pada postur kerja operator. Perbaikan yang dilakukan adalah rekomendasi perubahan postur kerja yang lebih baik yang didukung dengan modifikasi alat pelindung diri (APD) yang digunakan oleh operator. Hasil perbaikan menunjukkan postur kerja menjadi lebih baik dan menurunkan risiko terjadinya sakit akibat kerja.

**Kata kunci:** *Postur Kerja, Myalgia, Ovako Working Posture Analysis System (OWAS), Instrumen Survei Gangguan Otot Rangka.*

## ABSTRACT

A bad working posture that is carried out repetitively during work performance will result in fatigue or pain encountered by the operator. One of the occupational diseases caused by non-ergonomic working processes is myalgia. Myalgia describes muscle aches, which can involve ligaments, tendons and fascia, the soft tissues that connect muscles, bones and organs. A common cause of myalgia is the use of wrong muscles or muscles that are too tense at work.

In this study, an analysis of working posture was carried out to 12 operators in four assembly lines in the plants of vehicle manufacturing company. The working posture analysis method used was Ovako Working Posture Analysis System (OWAS). This method was used to classify working postures and pressures used during the process into several work phase categories. In addition, operators were also asked to fill in a questionnaire namely the Muscle Disorders Survey Instrument which is a simple questionnaire used to assess the severity of the occurrence of disorders or injuries on the musculoskeletal system.

The results showed that there were jobs with bad working postures and immediate improvement to the operator's working posture was needed. The recommendation was to modify the Personal Protective Equipment (PPE) used by the operator in order to improve the working posture. The results of improvement lead to better working posture and reduce the risk of pain due to work.

**Keywords:** *Working Posture, Myalgia, Ovako Working Posture Analysis System (OWAS), Skeletal Muscle Disorder Survey Instrument*