

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL/SAMPUL.....	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
INTISARI.....	xvi
ABSTRACT.....	xvii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar belakang.....	1
1.2 Perumusan masalah.....	2
1.3 Batasan masalah.....	2
1.4 Tujuan.....	3
1.5 Manfaat.....	3
BAB II LANDASAN TEORI.....	5
2.1 <i>Musculoskeletal Disorders (MSDs)</i>	5
2.2 Ergonomi.....	6
2.3 RULA (<i>Rapid Upper Limb Assesment</i>).....	6

2.3 REBA (<i>Rapid Entire Body Assesment</i>).....	7
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	11
3.1 Tempat dan waktu kerja praktik.....	11
3.2 Instrumen Penelitian.....	11
3.3 Ruang Lingkup Kajian.....	12
3.4 Tahapan Pelaksanaan.....	12
3.4.1 Tahap Identifikasi Masalah.....	13
3.4.2 Tahap Pengumpulan Data.....	15
3.4.3 Tahap Pengolahan Data.....	15
3.4.4 Tahap Analisa dan Implementasi.....	21
3.4.5 Tahap Penentuan Saran Perbaikan.....	21
3.4.6 Tahap Kesimpulan dan Saran.....	22
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	23
4.1 Sejarah Perusahaan.....	23
4.2 Tahapan Proses Kerja.....	24
4.3 Penilaian Postur Kerja.....	26
4.3.1 Penilaian pada Aktivitas Pencampuran Bahan.....	28
1. Elemen Kerja Pencampuran Bahan.....	28
2. Elemen Kerja pemindahan adonan.....	31
4.4 Pembahasan.....	34
4.5 Saran Perbaikan.....	36
4.4.1 Postur Pemindahan Adonan dari Bowl.....	37
4.4.2 Postur Pemotongan dan Penimbangan Adonan.....	40

BAB V PENUTUP.....	44
5.1 Kesimpulan.....	44
5.2 Saran.....	44
DAFTAR PUSTAKA.....	46
LAMPIRAN.....	47

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Tabel A REBA <i>Worksheet</i>	14
Tabel 3.2 Tabel B REBA <i>Worksheet</i>	15
Tabel 3.3 Tabel C REBA <i>Worksheet</i>	16
Tabel 3.4 Level Penilaian Postur Kerja.....	17
Tabel 4.1 Profil dan Aktivitas Pekerja.....	22
Tabel 4.2 Penilaian Grup A pada gambar 4.1.....	23
Tabel 4.3 Penilaian Grup B pada gambar 4.1.....	24
Tabel 4.4 Penilaian Grup A pada gambar 4.2.....	25
Tabel 4.5 Penilaian Grup B pada gambar 4.2.....	26
Tabel 4.6 Tabulasi data hasil penilaian postur kerja.....	27
Tabel 4.7 Perbandingan skor postur pemindahan sebelum dan sesudah usulan.....	31
Tabel 4.8 Perbandingan skor postur pemotongan dan penimbangan adonan sebelum dan sesudah usulan.....	34
Tabel L1.1 Penilaian grup A pada gambar L1.1.....	49
Tabel L1.2 Penilaian grup B pada gambar L1.1.....	50
Tabel L1.3 Penilaian grup A pada gambar L1.2.....	52
Tabel L1.4 Penilaian grup B pada gambar L1.2.....	53
Tabel L2.1 Penilaian grup A pada gambar L2.1.....	55
Tabel L2.2 Penilaian grup B pada gambar L2.1.....	56
Tabel L2.3 Penilaian grup A pada gambar L2.2.....	58

Tabel L2.4 Penilaian grup B pada gambar L2.2.....	59
Tabel L3.2 Penilaian grup A pada gambar L3.1.....	61
Tabel L3.2 Penilaian grup B pada gambar L3.1.....	62
Tabel L3.3 Penilaian grup A pada gambar L3.2.....	64
Tabel L3.4 Penilaian grup B pada gambar L3.2.....	65
Tabel L3.5 Penilaian grup A pada gambar L3.3.....	67
Tabel L3.6 Penilaian grup B pada gambar L3.3.....	68
Tabel L4.3 Penilaian grup A pada gambar L4.1.....	70
Tabel L4.2 Penilaian grup B pada gambar L4.1.....	71
Tabel L4.3 Penilaian grup A pada gambar L4.2.....	73
Tabel L4.4 Penilaian grup B pada gambar L4.2.....	74
Tabel L5.4 Penilaian grup A pada gambar L5.1.....	76
Tabel L5.2 Penilaian grup B pada gambar L5.1.....	78
Tabel L6.5 Penilaian grup A pada gambar L6.1.....	79
Tabel L6.2 Penilaian grup A pada gambar L6.1.....	80

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kondisi badan (<i>Trunk</i>).....	6
Gambar 2.2 Kondisi leher (<i>Neck</i>).....	7
Gambar 2.3 Kondisi kaki (<i>leg</i>).....	7
Gambar 2.4 Kondisi Lengan atas (<i>upper arm</i>).....	8
Gambar 2.5 Kondisi lengan bawah (<i>lower arm</i>).....	8
Gambar 2.6 Kondisi pergelangan tangan (<i>wrist</i>).....	8
Gambar 3.1 Tahapan pelaksanaan.....	12
Gambar 3.2 Tahapan pelaksanaan (lanjutan).....	13
Gambar 4.1 Postur kerja pencampuran bahan.....	23
Gambar 4.2 Postur kerja pemindahan adonan.....	25
Gambar 4.3 Desain meja usulan.....	29
Gambar 4.4 Rancangan posisi peralatan sebelum usulan.....	30
Gambar 4.5 Rancangan posisi peralatan sesudah usulan.....	30
Gambar 4.6 Postur kerja sebelum dan sesudah usulan.....	31
Gambar 4.7 Posisi peralatan pemotongan dan pemindahan adonan sebelum usulan.....	32
Gambar 4.8 Rancangan posisi peralatan usulan.....	32
Gambar 4.9 Posisi sebelum perbaikan dan setelah usulan.....	33
Gambar L 1.1 postur kerja pemotongan dan penimbangan adonan.....	48
Gambar L1.2 postur kerja pembentukan adonan.....	51
Gambar L2.1 postur pemipihan adonan.....	54
Gambar L2.2 postur penataan adonan.....	57

Gambar L3.1 postur pembagian adonan.....	60
Gambar L3.2 postur penataan adonan.....	63
Gambar L3.3 postur penarikan adonan.....	66
Gambar L4.1 postur kerja persiapan isi selai.....	69
Gambar L4.2 postur kerja pengisian.....	72
Gambar L5.1 postur kerja pembentukan.....	75
Gambar L6.1 postur kerja garnishing.....	78

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Penilaian postur kerja lanjutan.....	48
1. Penilaian pada aktivitas pemotongan adonan	48
2. Penilaian pada aktivitas pemipihan	54
3. Penilaian pada aktivitas pembagian adonan	60
4. Penilaian pada aktivitas pengisian	69
5. Penilaian pada aktivitas pembentukan	75
6. Penilaian pada aktivitas garnishing	78
Lampiran 2 Peta Proses Operasi.....	82
Lampiran 3 REBA <i>Worksheet</i>	84
Lampiran 4 Antropometri masyarakat Indonesia	85