



DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
NASKAH SOAL	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR TABEL	xi
INTISARI	xii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Rumusan Masalah	2
1.3. Asumsi dan Batasan Masalah	2
1.4. Tujuan Penelitian	2
1.5. Manfaat Penelitian	3
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1. <i>Work-Related Musculoskeletal Disorder</i>	4
2.2. RULA (<i>Rapid Upper Limb Assessment</i>)	6
2.3. SNQ	6
BAB 3 LANDASAN TEORI	8
3.1. Ergonomi	8
3.1.1. Pengertian Ergonomi	8
3.1.2. Ruang Lingkup Ergonomi	9
3.2. Sistem Kerangka dan Otot Manusia	9
3.3. Postur	11
3.3.1. Postur Duduk	11
3.3.2. Posisi Badan	12
3.3.3. Posisi Komputer	13



3.4. RULA (<i>Rapid Upper Limb Assessment</i>)	14
3.5. Kelelahan	21
3.6. <i>Standardized Nordic Questionnaire</i> (SNQ)	23
3.7. Antropometri	24
BAB 4 METODE PENELITIAN	28
4.1. Objek Penelitian	28
4.2. Alat dan Metode yang digunakan	28
4.3. Diagram Alir Penelitian	29
BAB 5 PEMBAHASAN	32
5.1. Hasil pengamatan waktu pengguna jasa <i>game center</i>	32
5.2. Analisis hasil SNQ	32
5.3. Analisis Postur Kerja menggunakan metode RULA	34
BAB 6 PENUTUP	61
6.1. Kesimpulan	61
6.2. Saran	61
DAFTAR PUSTAKA	62