

**ANALISIS POSTUR KERJA MENGGUNAKAN *RAPID
UPPER LIMB ASSESSMENT (RULA) DAN RAPID
ENTIRE BODY ASSESSMENT (REBA)***
(Studi kasus di UKM Fikri Koleksi)



SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Program Strata-1 Program Studi Teknik Industri Fakultas Teknik
Universitas Muhammadiyah Palembang**

Oleh :

PUTRA PRATAMA

15 2016 006

**PROGRAM STUDI TEKNIK INDUSTRI
FAKULTAS TEKNIK
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALEMBANG
2021**

SKRIPSI

ANALISIS POSTUR KERJA MENGGUNAKAN *RAPID UPPER LIMB ASSESSMENT* (RULA) DAN *RAPID ENTIRE BODY ASSESSMENT* (REBA)

Dipersembahkan dan disusun oleh:

PUTRA PRATAMA
NRP. 152016006

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 25 Februari 2021
SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Pembimbing Utama,



Ir. A. Ansyori Masruri, M.T

Dewan Penguji :

Ketua Penguji



1. Rurry Patradhiani, ST., MT

Anggota Penguji



2. Nidya Wisudawati, ST., MT., M.Eng

Laporan Skripsi ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Sarjana Teknik (S.T.)

Palembang, 5 Maret 2021
Program Studi Teknik Industri
Ketua,



Merisha Hastarina, S.T., M.Eng.
NBM/NIDN : 1240553/0230058401



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALEMBANG
FAKULTAS TEKNIK
PROGRAM STUDI TEKNIK INDUSTRI

Jl. Jendral A. Yani 13 Ulu Palembang 30623, Telp. (0711) 518764, Fax (0711) 519408

Website: ft.umpalembang.ac.id/industri

Bismillahirrahmanirrahim

Nama : PUTRA PRATAMA
NRP : 152016006
Judul Tugas : ANALISIS POSTUR KERJA MENGGUNAKAN *RAPID UPPER LIMB ASSESSEMENT (RULA)* DAN *RAPID ENTIRE BODY ASSESSEMENT (REBA)*

Telah Mengikuti Ujian Sidang Sarjana Program Studi Teknik Industri Periode Ke-6,

Tanggal Dua Puluh Lima Bulan Febuari Tahun Dua Ribu Dua Puluh Satu.

Palembang, 05 Maret 2021

Menyetujui,
Pembimbing Utama

Ir. A. Ansyori Masruri, M.T
NBM/NIDN :1246199/0220125801

Pembimbing Pendamping

Merisha Hastarina, S.T., M.Eng
NBM/NIDN:1240553/0230058401

Mengetahui,
Dekan
Fakultas Teknik

Dr. H. Kiagus A. Roni, M.T.
NBM/NIDN : 7630449/0227077004

Ketua Program Studi
Teknik Industri

Merisha Hastarina, S.T., M.Eng.
NBM/NIDN :1240553/0230058401

Motto dan Persembahan

“Bismillahirrahmanirrahim”

“Wa lā tahinū wa lā taḥzanū wa antumul-a'launa ing kuntum mu`minīn”

Janganlah kamu bersikap lemah dan janganlah pula kamu bersedih hati, padahal

kamulah orang-orang yang paling tinggi derajatnya jika kamu beriman.

(QS. Ali Imran;139)

Skripsi ini kupersembahkan untuk :

- ✚ Ayahanda tercinta Iskandar dan Ibunda tercinta Firdayanti yang telah banyak berkorban dan berdoa demi keberhasilanku.
- ✚ Adik-adikku tercinta Putri Agustin, Ulfa Shafira dan Velita Mutiara yang selalu mendukungku dan memberi motivasi.
- ✚ Keluarga terdekatku Nenek Siti Yulia, Paman Satria dan Tante Yeni Andirani.
- ✚ Sahabat – Sahabatku Rama Ariwijaya, Ricky Aiwan Mainaki, Novan Hexsa Riansyah, Rahmat Maulana Nur yang banyak memberikan motivasi
- ✚ Sahabat seperjuangan Surya Adi Saputra, Hardian Yusuf Bayu, dan Gani Heru yang banyak memberikan dukungan dalam menyelesaikan studi ini.
- ✚ Sahabat seperjuangan satu *basecamp* senja yang banyak memberikan dukungan kepadaku
- ✚ Semua teman – temanku seperjuangan angkatan 2016 Program Studi Teknik Industri Fakultas Teknik Universitas Muhammadiyah
- ✚ Bapak pembimbing skripsiku Ir. A. Ansyori Masruri, M.T Ibu pembimbing pedamping skripsiku Merisha Hastarina, S.T.,M.Eng
- ✚ Almamater Tercinta

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Alhamdulillah Puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Nya serta salawat dan salam tetap tercurah kepada Nabi besar Muhammad SAW, keluarga, para sahabat, dan pengikut-Nya hingga akhir zaman.

Skripsi yang berjudul “**ANALISIS POSTUR KERJA MENGGUNAKAN *RAPID UPPER LIMB ASESSEMENT (RULA) DAN RAPID ENTIRE LIMB ASSESSMENT (REBA)***”. Penyusunan skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar S-1 atau Sarjana Teknik Program Studi Teknik Industri Fakultas Teknik Universitas Muhammadiyah Palembang.

Penulis dapat menyelesaikan skripsi ini berkat bimbingan, pengarah, dan nasehat yang tidak ternilai harganya. Untuk itu, pada kesempatan ini dan selesainya proposal ini, penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Abid Djazuli, S.E., M.M selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Palembang.
2. Bapak Dr. Ir. Kgs. Ahmad Roni, M.T selaku Dekan Fakultas Teknik Universitas Muhammadiyah Palembang.
3. Ibu Merisha Hastarina, S.T.,M.Eng, selaku Ketua Program Studi Teknik Industri di Universitas Muhammadiyah Palembang sekaligus Dosen Pembimbing Pendamping Tugas Akhir
4. Ibu Nidya Wisudawati, S.T.,M.T.,M.Eng, selaku Sekretaris Program Studi Teknik Industri.

5. Bapak Ir. A. Ansyori Masruri, M.T selaku Dosen Pembimbing Utama.
6. Seluruh Dosen Program Studi Teknik Industri dan Staff Universitas Muhammadiyah Palembang.
7. Kedua orang tua yang tidak pernah berhenti untuk mendoakan agar diberi kemudahan dalam menempuh pendidikan.
8. Teman-teman Program Studi Teknik Industri angkatan 2016 di Universitas Muhammadiyah Palembang.

Serta semua pihak dan teman-teman yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu sehingga penelitian ini dapat terselesaikan dengan baik. Semoga Allah SWT membalas budi baik kalian yang telah membantu dalam menyelesaikan skripsi ini, semoga amal ibadah yang kalian lakukan diterima dan mendapatkan balasan dari-Nya Semoga bimbingan, saran, partisipasi dan bahan yang telah diberikan akan bermanfaat bagi penulis dan pembaca.

Wassalamu' alaikum Wr. Wb.

Palembang, Febuari 2021

PERNYATAAN ORISINILITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Putra Pratama
Nim : 152016006
Tempat, Tanggal Lahir : Prabumulih, 20-12-1997
Alamat : Jl. M Yamin No 284 Prabumulih, Prabumulih
Utara. Sumatera Selatan.

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Karya tulis (skripsi) yang saya buat ini adalah asli dan belum pernah diajukan untuk memperoleh gelar akademik baik di Universitas Muhammadiyah Palembang maupun di Perguruan Tinggi lainnya.
2. Karya tulis (skripsi) adalah murni gagasan rumusan dan penelitian saya sendiri dan arahan dari Dosen Pembimbing skripsi.
3. Dalam karya tulis (skripsi) tidak terdapat karya dan pendapat yang telah ditulis atau dipublikasi oleh orang lain, kecuali secara tertulis dengan dicantumkan dalam daftar pustaka dengan disebutkan nama pengarang dan judul buku aslinya.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sungguh-sungguhnya dan apabila dikemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran dalam pernyataan ini maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar

akademik yang telah saya peroleh karena karya tulis ini serta sanksi lainnya yang sesuai dengan peraturan perundang yang berlaku diperguruan tinggi.

Palembang, Febuari 2021



Putra Pratama

ABSTRAK

ANALISIS POSTUR KERJA MENGGUNAKAN *RAPID UPPER LIMB ASSESSEMENT* (RULA) DAN *RAPID ENTIRE BODY ASSESSEMENT* (REBA)

Putra Pratama
Teknik Industri
Universitas Muhammadiyah Palembang
E-mail : putrapratama2@gmail.com

Abstrak. Postur kerja merupakan pengaturan posisi tubuh saat melakukan suatu pekerjaan, postur kerja juga merupakan tolak ukur seberapa efektif seseorang melakukan pekerjaan. Postur kerja yang tidak alamiah dapat memberikan dampak resiko cedera pada tubuh pekerja. Aktivitas tenun songket di Fikri Koleksi masih dilakukan dengan cara tradisional, dilakukan dengan posisi duduk yang lama sehingga menyebabkan keluhan sakit pada punggung. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui kondisi postur kerja dan memberikan saran perbaikan prinsip kerja pada penenun songket di UKM Fikri Koleksi Palembang. Penelitian dilakukan melalui tahapan sebagai berikut: Mengetahui skor, level skor dan tindakan dengan metode RULA, Mengetahui skor, level skor dan tindakan dengan metode REBA, Memberikan saran terhadap risiko ergonomi pada pekerja. Hasil perhitungan RULA dan REBA adalah untuk postur 1 dan postur 2 berada di level skor kecil yang artinya tidak segera memerlukan perbaikan dan untuk postur 3 dan postur 4 berada di level skor sedang yang artinya memerlukan perbaikan segera. Adapun saran yang diberikan adalah dengan memberikan sadaran punggung pada bagian belakang alat tenun dan memberikan saran untuk melakukan perenggangan sebelum atau pun setelah melakukan pekerjaan.

Kata kunci : Postur Kerja, RULA, REBA, Penenun Songket

ABSTRACT

POSTURE ANALYSIS USING RAPID UPPER LIMB ASSESSEMENT (RULA) DAN RAPID ENTIRE BODY ASSESSEMENT (REBA)

Putra Pratama
Industrial Engineering
Palembang Muhammadiyah University
E-mail: putrappratama2@gmail.com

Abstract. Work posture is an adjustment of body position when doing a job, work posture is also a measure of how effectively a person does a job. Unnatural work posture can have an impact on the risk of injury to the worker's body. The songket weaving activity at Fikri Collection is still done in a traditional way, done in a long sitting position, causing complaints of back pain. This study aims to determine the conditions of work posture and provide suggestions for improving the working principle of songket weavers in the Palembang Collection Fikri UKM. The research was carried out in the following stages. Knowing the score, score level and action using the RULA method, Knowing the score, score level and action using the REBA method. Providing advice on ergonomic risks to workers. The results of RULA and REBA calculations are for posture 1 and posture 2 at a small score level, which means that they do not immediately need improvement and for posture 3 and posture 4 are at a moderate score level, which means they need immediate improvement. The advice given is to provide back awareness to the back of the loom and provide suggestions for stretching before or after doing work.

Keywords: Work Posture, RULA, REBA, Songket Weavers

DAFTAR ISI

| | Halaman |
|-------------------------------------|-------------|
| HALAMAN JUDUL..... | i |
| HALAMAN PERSETUJUAN..... | ii |
| HALAMAN PENGESAHAN..... | iii |
| MOTTO DAN PERSEMBAHAN..... | iv |
| KATA PENGANTAR..... | v |
| PERNYATAAN ORISINILITAS..... | vii |
| ABSTRAK | ix |
| ABSTRACT..... | x |
| DAFTAR ISI..... | xi |
| DAFTAR TABEL..... | xiv |
| DAFTAR GAMBAR..... | xvii |
| | |
| BAB 1 PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1. Latar Belakang | 1 |
| 1.2. Rumusan Masalah | 2 |
| 1.3. Batasan Masalah..... | 3 |
| 1.4. Tujuan Penelitian..... | 3 |
| 1.5. Manfaat Penelitian..... | 3 |
| 1.6. Sistematika Penulisan..... | 4 |
| | |
| BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA..... | 6 |
| 2.1. Profil Perusahaan..... | 6 |
| 2.2. Struktur Organisasi..... | 6 |
| 2.3. Pengertian Ergonomi..... | 7 |

| | |
|---|-----------|
| 2.4. Postur Kerja..... | 8 |
| 2.5. Otot Statis dan Otot Dinamis | 9 |
| 2.6. Pengaruh Postur Kerja Terhadap <i>Musculoskeletal Disorders</i> (MDs) 10 | |
| 2.7. <i>Rapid Upper Limb Assessment</i> (RULA)..... | 12 |
| 2.7.1. Postur Tubuh Grup A..... | 15 |
| 2.7.2. Postur Tubuh Grup B..... | 17 |
| 2.8. <i>Rapid Entire Body Assessment</i> (REBA) | 20 |
| 2.8.1. Postur Tubuh Grup A..... | 23 |
| 2.8.2. Postur Tubuh Grup B..... | 24 |
| 2.8.10. <i>Nordic Body Map</i> | 25 |
| BAB 3 METODE PENELITIAN | 26 |
| 3.1. Waktu dan Tempat Penelitian | 26 |
| 3.2. Jenis Data | 26 |
| 3.3. Metode Pengumpulan Data | 27 |
| 3.4. Metode Pengolahan Data | 28 |
| 3.5. Diagram Alir Penelitian | 30 |
| BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN | 31 |
| 4.1. Sekilas Objek Penelitian..... | 31 |
| 4.2. Pengumpulan Data | 32 |
| 4.2.1. Deskripsi Objek Penelitian | 33 |
| 4.2.2. Deskripsi Postur Kerja..... | 33 |
| 4.2.3. Data Waktu Postur Kerja..... | 35 |
| 4.2.4. Data Keluhan | 35 |
| 4.3. Pengolahan Data | 37 |
| 4.3.1. Perhitungan RULA | 37 |
| 1. Postur Duduk dengan tangan terangkat | 37 |
| 2. Postur kerja duduk dengan posisi tangan terlentang ke kanan dan kiri | 42 |
| 3. Postur kerja duduk membungkuk dengan tangan terentang ke depan..... | 46 |

| | |
|---|-----------|
| 4. Postur kerja duduk membungkuk dengan tangan terentang kekiri dan kanan. | 50 |
| 4.3.2. Tabel Kesimpulan RULA..... | 53 |
| 4.3.3. Perhitungan REBA | 55 |
| 1. Postur kerja duduk dengan kedua tangan terangkat | 55 |
| 2. Duduk dengan tangan terentang ke kiri dan ke kanan. | 59 |
| 3. Duduk membungkuk dengan tangan terentang ke depan..... | 63 |
| 4. Duduk membungkuk dengan kedua tangan terentang ke kiri dan kanan | 67 |
| 4.3.4. Tabel Kesimpulan RULA..... | 70 |
| 4.4. Usulan..... | 69 |
| BAB 5 PENUTUP..... | 74 |
| 5.1. Kesimpulan..... | 74 |
| 5.2. Saran..... | 74 |
| DAFTAR PUSTAKA..... | 75 |
| LAMPIRAN | |

DAFTAR TABEL

TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 2.1. Skor Lengan Atas..... | 14 |
| Tabel 2.2. Skor Lengan Bawah..... | 15 |
| Tabel 2.3. Skor Pergelangan Tangan..... | 15 |
| Tabel 2.4. Skor Putaran Pergelangan Tangan..... | 16 |
| Tabel 2.5. Skor Leher..... | 16 |
| Tabel 2.6. Punggung..... | 17 |
| Tabel 2.7. Kaki..... | 18 |
| Tabel 2.8 Skor Beban..... | 18 |
| Tabel 2.9 Batang Tubuh..... | 22 |
| Tabel 2.10 Skor Leher..... | 22 |
| Tabel 2.11 Skor Kaki..... | 23 |
| Tabel 2.12. Skor Lengan Atas..... | 23 |
| Tabel 2.13. Skor Lengan Bawah..... | 23 |
| Tabel 2.13. Skor Pergelangan Tangan..... | 24 |
| Tabel 4.1. Profil Penenun..... | 32 |
| Tabel 4.2. Deskripsi Postur Kerja..... | 33 |
| Tabel 4.3. Data Waktu Postur Kerja..... | 34 |
| Tabel 4.4. Data Keluhan..... | 35 |
| Tabel 4.5. Penilaian Grup A RULA Postur 1..... | 37 |
| Tabel 4.6. Penilaian Grup B RULA Postur 1..... | 39 |

| | |
|---|----|
| Tabel 4.7. Penilaian Grup C RULA Postur 1..... | 39 |
| Tabel 4.8. Kategori Tindakan..... | 40 |
| Tabel 4.9. Penilaian Grup A RULA Postur 2..... | 42 |
| Tabel 4.10. Penilaian Grup B RULA Postur 2..... | 43 |
| Tabel 4.11. Penilaian Grup C RULA Postur 2..... | 44 |
| Tabel 4.12. Penilaian Grup A RULA Postur 3..... | 46 |
| Tabel 4.13. Penilaian Grup B RULA Postur 3..... | 47 |
| Tabel 4.14. Penilaian Grup C RULA Postur 3..... | 48 |
| Tabel 4.15. Penilaian Grup A RULA Postur 4..... | 50 |
| Tabel 4.16. Penilaian Grup B RULA Postur 4..... | 51 |
| Tabel 4.17. Penilaian Grup C RULA Postur 4..... | 52 |
| Tabel 4.18. Tabel Kesimpulan RULA..... | 53 |
| Tabel 4.19. Penilaian Grup A REBA Postur 1..... | 55 |
| Tabel 4.20. Penilaian Grup B REBA Postur 1..... | 56 |
| Tabel 4.21. Penilaian Grup C REBA Postur 1..... | 56 |
| Tabel 4.22. Tabel <i>Risk Level</i> | 57 |
| Tabel 4.23. Penilaian Grup A REBA Postur 2..... | 59 |
| Tabel 4.24. Penilaian Grup B REBA Postur 2..... | 60 |
| Tabel 4.25. Penilaian Grup C REBA Postur 2..... | 60 |
| Tabel 4.26. Penilaian Grup A REBA Postur 3..... | 63 |
| Tabel 4.27. Penilaian Grup B REBA Postur 3..... | 64 |
| Tabel 4.28. Penilaian Grup C REBA Postur 3..... | 64 |
| Tabel 4.29. Penilaian Grup A REBA Postur 4..... | 67 |

| | |
|---|----|
| Tabel 4.30. Penilaian Grup B REBA Postur 4..... | 68 |
| Tabel 4.30. Penilaian Grup C REBA Postur 4..... | 69 |

DAFTAR GAMBAR

GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 2.2. Struktur Organisasi..... | 5 |
| Gambar 2.3 Posisi Lengan Atas..... | 14 |
| Gambar 2.4 Posisi Lengan Bawah..... | 15 |
| Gambar 2.5 Posisi Pergelangan Tangan..... | 15 |
| Gambar 2.6 Perputaran Pergelangan tangan..... | 16 |
| Gambar 2.7 Posisi Leher..... | 16 |
| Gambar 2.8 Posisi Punggung..... | 17 |
| Gambar 2.9 Posisi Kaki..... | 17 |
| Gambar 3.1. Peta Lokasi..... | 20 |
| Gambar 3.2. <i>Worksheet</i> RULA..... | 28 |
| Gambar 3.3. <i>Worksheet</i> REBA..... | 28 |
| Gambar 3.3. <i>Flowchart</i> Penelitian..... | 29 |
| Gambar 4.1. Penenun Songket..... | 30 |
| Gambar 4.2. Kain Songket..... | 31 |
| Gambar 4.3 Postur 1 Penenun RULA..... | 36 |
| Gambar 4.4 Postur 2 Penenun RULA..... | 41 |
| Gambar 4.5 Postur 3 Penenun RULA..... | 45 |
| Gambar 4.6 Postur 4 Penenun RULA..... | 49 |
| Gambar 4.7 Postur 1 Penenun REBA..... | 54 |
| Gambar 4.8 Postur 2 Penenun REBA..... | 58 |

| | |
|--|----|
| Gambar 4.9 Postur 3 Penenun REBA..... | 62 |
| Gambar 4.10 Postur 4 Penenun REBA..... | 66 |

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Palembang memiliki beragam seni dan budaya, salah satunya adalah kain songket. Kain songket adalah kain tenun tradisional dan kain songket telah ada sejak zaman kedatuan Sriwijaya sampai sekarang. Songket Palembang dikenal dengan berbagai jenis dan fungsi yang ditampilkan dalam beragam motif. Motif yang tergambar dalam kain songket memiliki makna tersendiri. Adapun ragam dan jenis Songket Palembang antara lain Songket Lepus, Songket Tabur, Songket Bunga, Songket Limar, Songket Tretes dan Songket Rumpak. (Rukmana, Yarmaidi & Suwarni, 2014)

Fikri Koleksi adalah Usaha Kecil Menengah atau UKM yang bergerak dibidang industri songket. Fikri Koleksi telah berdiri sejak tahun 1997, didirikan Oleh Bapak Kgs. Bahsen Fikri S.A.g. Fikri Koleksi tidak hanya memproduksi kain songket sebagai produksi utama tetapi juga menjual jumputan, batik Palembang kain tanjung dan lainnya.

Aktivitas tenun di Palembang umumnya masih dilakukan secara tradisional termasuk Fikri Koleksi, dimana pekerja bekerja dalam posisi duduk dalam waktu yang lama. Aktivitas duduk yang dilakukan pekerja menyebabkan gangguan pada tubuh pekerja, gangguan tersebut disebabkan karena postur kerja yang tidak alamiah. Postur kerja yang tidak alamiah seperti selalu berdiri, jongkok,

membungkuk, mengangkat dan mengangkat dalam waktu lama akan menyebabkan keluhan pada salah satu anggota tubuh.

Ergonomi adalah suatu cabang keilmuan yang sistematis untuk memanfaatkan informasi mengenai sifat, kemampuan, dan keterbatasan manusia dalam merancang suatu sistem kerja, sehingga orang dapat hidup dan juga bekerja dalam sistem yang baik yaitu untuk mencapai tujuan yang diinginkan dengan melalui pekerjaan yang efisien, efektif, aman dan nyaman. (Sutalaksana, Anggawisastra, & Tjaakratmadja, 1979)

RULA adalah metode yang dikembangkan dalam bidang ergonomi yang menilai posisi kerja yang dilakukan tubuh bagian atas. Sedangkan REBA adalah sebuah metode yang dapat digunakan secara cepat untuk menilai posisi kerja atau postur leher punggung, lengan pergelangan tangan dan kaki seorang pekerja. Berdasarkan latar belakang ini maka penulis bertujuan untuk mengukur tingkat risiko postur kerja pada penenun songket di UKM Fikri Koleksi menggunakan metode RULA dan REBA. (Tiogana, Hartono, 2020)

1.2. Rumusan Masalah

Pada penelitian ini terdapat rumusan masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana analisis postur tubuh penenun songket di Fikri Koleksi menggunakan metode RULA & REBA?
2. Bagaimana usulan yang dapat diberikan untuk mengurangi risiko postur kerja penenun songket?

1.3. Batasan Masalah

Ruang lingkup penelitian perlu dibatasi karena perlu untuk mengarahkan arah pembahasan masalah. Batasan masalah dalam pengerjaan tugas akhir ini adalah:

1. Objek penelitian hanya pada penenun songket yang ada di Fikri Koleksi, karena dari beberapa posisi pekerjaan yang ada di UKM yang memiliki risiko postur kerja tertinggi adalah penenun songket.
2. Hasil penelitian akan berupa usulan, tidak termasuk perancangan atau pembuatan alat.

1.4. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dalam penelitian ini antara lain:

1. Mengetahui kondisi serta tingkat risiko postur kerja pada penenun songket.
2. Dapat memberikan usulan perbaikan prinsip kerja kepada UKM Fikri Koleksi.

1.5. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini yaitu sebagai berikut:

1. Bagi Peneliti

Peneliti dapat menerapkan apa yang telah di pelajari dalam mata kuliah dan mendapatkan pengalaman untuk untuk menyelesaikan masalah di instansi terkait khususnya pada bagian postur kerja.

2. Bagi Universitas

Hasil penelitian ini dapat menjadi referensi tambahan, ilmu pengetahuan, dan menjadi kajian bagi penelitian selanjutnya.

3. Bagi UKM

Dapat mengetahui masalah yang ada pada penenun songket sehingga UKM tersebut dapat mengurangi risiko postur kerja yang kurang tepat, serta menjaga kelestarian para penenun songket dan menjaga kelestarian budaya bangsa.

1.6. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan skripsi ini adalah sebagai berikut:

BAB 1 PENDAHULUAN

Bab ini mengurai sedikit tentang latar belakang penelitian, perumusan masalah, batasan penelitian, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika penulisan.

BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA

Bab ini memuat landasan teori yang digunakan untuk melakukan penelitian dan melakukan analisis.

BAB 3 METODE PENELITIAN

Bab ini memuat objek penelitian, tahap penelitian, metode pengumpulan data hingga analisis, dan juga diagram atau alur penelitian.

BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN

Bab ini berisikan gambaran UKM Fikri Koleksi, pengumpulan data, dan pengolahan data menggunakan metode *Rappid Upper Limb Assesement* dan *Rapid Entire Limb Assesement*.

BAB 5 PENUTUP

Bab ini berisikan kesimpulan dan saran yang berkaitan dengan analisis postur kerja terhadap penenun songket Fikri Koleksi.

DAFTAR PUSTAKA

- Anizar (2009). Teknik Keselamatan dan Kesehatan Kerja di Industri. Yogyakarta: Graham Ilmu
- Ch Desi Kusmindari, Rina Octaviana, Erna Yuliwati (2014) Desain Dayan Ergonomis Untuk Mengurangi *Musculoskeletal Disorders* Pada Pengrajin Songket Dengan Menggunakan Aplikasi *Nordic Body Map* Seminar Nasional Teknik Industri BKSTI 2014
- Halim Mahfud, Santy, Nurfajriah. (2014). Analisis Ergonomi Pada Pembuatan Batik Di Sentra Batik Bogor Tradisiku
- Lueder, R., *A Proposed RULA for Computer Users, Proceedings of the Ergonomics Summer Workshop, UC Berkeley Center for Occupational & Environmental Health Continuing Program, San Fransisco, August 8-9, 1996.*
- McAtamney, L., & Corlett, E. (1993). *a survey method for the investigation of work-related Rapid Upper Limb Disorders.*
- McAtamney, L., & Corlett, E. (1995). *a Rapid Entire Body Asessment method for investigating work related musculoskeletal disorders.*
- Meliana, P, D. (2009). Analisa Postur Kerja Dengan Metode RULA Pada Pegawai Pelayanan Perpustakaan USU Medan.
- Rian Yuni Kurnianto. Mulyono. (2014) Gambaran Postur Kerja dan Risiko Terjadinya Mukuloskeletal Pada Pekerja Bagian *Welding* di Area Workshop Bay 4.2 PT. Alstom Power Energy System Indonesia Vol 1 61-72

- Suma'mur, Dr., P.K., M.Sc., Higene Perusahaan dan Kesehatan Kerja, Cetakan Kelima, Jakarta : Gunung Agung, 1986.
- Sue Hignett and Lynn McAtamney (2000). *Technical:REBA.Applied Ergonomics*. Cornell University of Ergonomics.
- Sutalaksana, I. Z., Anggawisastra, R., & Tjaakratmadja, J. H. (1979). Teknik Tata Cara Kerja. *Institute Teknologi bandung*.
- Tarwaka, Solichul, Sudiajeng, L., Ergonomi untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Produktivitas, Uniba Press, Surakarta, 2004.
- Tarwaka. (2014). Keselamatan dan Kesehatan Manajemen dan Implementasi K3 di Tempat Kerja. *HarapanPress*.
- Tarwaka. 2010. *Ergonomi Industri (Dasar Pengetahuan Ergonomi dan Aplikasi di Tempat Kerja)*. Surakarta: Harapan Press.
- Trijoko. (2012). Hubungan Sikap Kerja Tidak Alamiah Dengan Keluhan Musculoskeletal Disorders Pada Pengrajin Tembaga Dan Kuningan Bagian Pembentukan Di Tumang Cepogo Boyolali. Skripsi. Universitas Sebelas Maret Surakarta
- Wisanggeni, Bambang. (2010). REBA (*Rapid Entire Body Assessment*). <https://bambangwisanggeni.wordpress.com/2010/03/02/REBA-rapid-entire-body-assessment/>, 28 November 2016.