

***IMPLEMENTASI POSTUR KERJA SAAT  
MEMANGGANG KEMPLANG DENGAN METODE  
RAPID UPPER LIMB ASSESMENT (RULA) DAN RAPID  
ENTIRE BODY ASSESSEMNT (REBA)  
(STUDI KASUS UMKM RIZKI KEMPLANG)***



**SKRIPSI**

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

**Oleh**

**ANGGA PRATAMA  
15 2018 057**

**PROGRAM STUDI TEKNIK INDUSTRI  
FAKULTAS TEKNIK  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PALEMBANG  
2022**

**SKRIPSI**

**IMPLEMENTASI POSTUR KERJA SAAT MEMANGGANG KMPLANG  
MENGUNAKAN METODE *RAPID UPPER LIMB ASSESMENT (RULA)*  
DAN *RAPID ENTIRE BODY ASSESMENT (REBA)***

Dipersembahkan dan disusun oleh :

**ANGGA PRATAMA**  
152018057

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji pada tanggal 22 Agustus 2022

**SUSUNAN DEWAN PENGUJI**

**Pembimbing Utama**



**Ir. A Ansyori Masruri, M.T**

**Dewan Penguji  
Ketua penguji**



**Nidya Wisudawati S.T., M.T., M.Eng**

**Anggota Penguji**



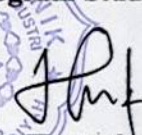
**Rurry Patradhiani, S.T., M.T**

Laporan Skripsi Ini Telah Diterima Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk  
Memperoleh Gelar Sarjana Teknik (S.T)

**Palembang, 31 Agustus 2022**

**Ketua Program Studi Teknik Industri**



  
**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 : ANGGA PRATAMA  
NRP : 152018057  
Judul Skripsi : *IMPLEMENTASI POSTUR KERJA SAAT  
MEMANGGANG KEMPLANG MENGGUNAKAN  
METODE RAPID UPPER LIMB ASSESMENT (RULA) DAN  
RAPID ENTIRE BODY ASSESMENT (REBA)*

---

Telah Mengikuti Ujian Sidang Sarjana Program Studi Teknik Industri Periode Ke-9, Tanggal Dua Puluh Dua Agustus Tahun Dua Ribu Dua Puluh Dua

---

Menyetujui,  
Pembimbing Utama

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

Palembang, 31 Agustus 2022

Pembimbing Pendamping

Masayu Rosyidah, S.T., M.T  
NBM/NIDN: 1189341/0210117503

---

Mengetahui,

Dekan  
Fakultas Teknik

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

Ketua Program Studi  
Teknik Industri

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

## MOTTO DAN PERSEMBAHAN

“Berpikirlah positif, tidak peduli seberapa keras kehidupanyang menerjang mu”  
(Ali bin Abi Thalib)

“Jangan bersedih, sesungguhnya pertolongan akan datang bersama kesabaran”  
(HR. Ahmad)

“Jangan pernah sekalipun kehilangan harapan karena jika kamu kehilangan harapan, maka hilanglah seluruh kekuatan kamu untuk menghadapi pahitnya kehidupan”

### **Skripsi ini saya persembahkan kepada:**

- ❖ Allah SWT atas segala rahmat dan hidayah-Mu sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
- ❖ Kedua Orang Tua Ayahanda Suyono dan Ibunda Zumari serta yang selalu memberikan Do'a, nasihat dan semangat dalam penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas semua yang telah diberikan kepada saya hingga saat ini.
- ❖ Seluruh Dosen Program Studi Teknik Industri yang telah memberikan ilmunya sehingga saya dapat membuat skripsi ini.
- ❖ Untuk orang yang selalu menemani susah senang selalu ada dan selalu memberi support motivasi untuk tidak menyerah apa yang sudah dimulai harus diselesaikan hingga akhir (mbk nita, kak adi, putri, dan anita carolina)
- ❖ Seluruh teman – teman Kampus C yang saling memberikan dukungan, saran dan berjuang sama – sama dalam menyelesaikan skripsi.
- ❖ Semua teman – teman seperjuangan angkatan 2018 Program Studi Teknik Industri yang mengambil skripsi (nanda, fatih, andi, rifki, jayen, sindi)

## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayahnya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “*Implementasi Postur Kerja Saat Memanggung Kemplang Menggunakan Metode Rapid Upper Limb Assesment (RULA) Dan Rapid Entire Body Assessment (REBA)*”. Penyusunan Skripsi ini untuk memenuhi syarat dalam memperoleh gelar sarjana Teknik Pada Fakultas Teknik Universitas Muhammadiyah Palembang. Penulis menyadari bahwa penyusunan skripsi ini tidak akan terwujud tanpa adanya bantuan dan dorongan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada yang terhormat :

1. Bapak Dr. Abid Djazuli, S.E., M.M selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Palembang.
2. Bapak Dr. Ir. Kiagus Ahmad Roni, M.T IPM selaku Dekan Fakultas Teknik Universitas Muhammadiyah Palembang.
3. Ibu Merisha Hastarina, S.T., M.Eng selaku Ketua Prodi Teknik Industri Universitas Muhammadiyah Palembang.
4. Ibu Nidya Wisudawati, S.T., M.T., M.Eng selaku Sekretaris Prodi Teknik Industri.
5. Bapak Ir. H. A. Ansyori Masruri, MT. selaku pembimbing utama dan Ibu Rurry Patradhiani, S.T., M.T.selaku pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan arahan dan bimbingan.
6. Bapak Suyono dan seluruh karyawan UMKM Rizki Kemplang selaku pembimbing lapangan
7. Kedua orang tua yang selalu mendoakanku.

Demi kesempurnaan skripsi ini, saran dan kritik yang sifatnya membangun sangat penulis harapkan. Semoga skripsi ini bermanfaat dan dapat memberikan sumbangan yang berarti bagi pihak yang membutuhkan.

Palembang, Agustus 2022

(Angga Pratama)



## PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : ANGGA PRATAMA  
NIM : 152018057  
Tempat Tanggal Lahir : Palembang, 1 Agustus 1998  
Alamat : Jl. Puncak sekuning Lrg Gaang pulau no  
1256 Rt 21 Rw 06

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 dipublikasikan 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, 31 Agustus 2022



Angga Pratama

## ABSTRAK

# IMPLEMENTASI POSTUR KERJA SAAT MEMANGGANG KEMPLANG DENGAN METODE *RAPID UPPER LIMB ASSESMENT* DAN *RAPID ENTIRE BODY ASSESEMNT (REBA)* (STUDI KASUS UMKM RIZKI KEMPLANG)

Angga Pratama  
Teknik Industri  
Universitas Muhammadiyah Palembang  
[ptmangga981@gmail.com](mailto:ptmangga981@gmail.com)

Rizki kemplang merupakan salah satu jenis UMKM yang sudah ada sejak tahun 2015. Rizki Kemplang untuk pertama kali berhasil memproduksi kemplang sebanyak 1000 keping. seiring berjalannya waktu usaha tersebut lama kelamaan semakin meningkat. Terkait hasil wawancara yang dilakukan penulis, pemilik UMKM menyatakan merasakan pegal-pegal di area pinggang, tangan, bahu, kaki dan mata berair. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui postur kerja sehingga dapat diukur posisi kerja pada saat memanggng kemplang menggunakan metode *RULA* dan *REBA*. Bagaimana Postur kerja karyawan pada proses pemanggangan di UMKM Rizki Kemplang Palembang dan bagaimana *implementasi* postur kerja yang baik pada saat memanggng menggunakan metode *RULA* dan *REBA*. dari penelitian ini ada beberapa tahapan yang dilakukan yaitu mengetahui skor sudut posisi kerja menggunakan *RULA* dan *REBA*. Dari hasil penelitian ini menunjukkan gerakan awal yang menciptakan nilai aktivitas lainnya yang memiliki nilai postur kerja 5-6 yang termasuk pada kategori yang memerlukan tindakan segera. Dari hasil *implementasi* yang dilakukan didapatkan kesimpulan aktivitas kerja diterapkan postur kerja yang memiliki nilai 3-4 yang termasuk pada kategori mungkin diperlukan. Memberikan sanggahan atau sandaran punggung pada bagian kursi kecil, sehingga memungkinkan pemanggng kemplang bersandar ketika merasa lelah pada bagian tubuh atau sebelum memulai memanggng untuk melakukan peregangan sebelum dan sesudah.

**Kata kunci** : *Implementasi* pemanggng kemplang, Postur Kerja, *RULA*, dan *REBA*,



## ABSTRAK

# **IMPLEMENTASI POSTUR KERJA SAAT MEMANGGANG KEMPLANG DENGAN METODE *RAPID UPPER LIMB ASSESMENT* DAN *RAPID ENTIRE BODY ASSESEMNT (REBA)* (STUDI KASUS UMKM RIZKI KEMPLANG)**

Angga Pratama  
Teknik Industri  
Universitas Muhammadiyah Palembang  
[ptmangga981@gmail.com](mailto:ptmangga981@gmail.com)

Rizki Kemplang is one type of MSME that has existed since 2015. Rizki Kemplang for the first time succeeded in producing 1000 pieces of kemplang. As time goes by, the business is increasing. Regarding the results of interviews conducted by the author, MSME owners stated that they felt sore in the waist, hands, shoulders, feet and watery eyes. This study aims to determine the working posture so that the working position can be measured when baking kemplang using the RULA and REBA methods. How is the work posture of employees in the roasting process at MSME Rizki Kemplang Palembang and how to implement a good work posture when baking using the RULA and REBA methods. From this research, there are several stages that are carried out, namely knowing the score of the work position angle using RULA and REBA. From the results of this study, the initial movement that creates value for other activities has a work posture value of 5-6 which is included in the category that requires immediate action. From the results of the implementation, it can be concluded that work activities are applied to work postures that have a value of 3-4 which are included in the category may be needed. Provide support or backrest on a small chair, allowing the kemplang grill to lean back when you feel tired in a part of your body or before starting grilling to stretch before and after.

Key words : Implementation of kemplang grill, Work Posture, RULA, and REBA

## HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Yang bertanda tangana dibawah ini :

Nama : Angga Pratama

Nim : 152018057

Judul Skripsi : *Implementasi* Postur Kerja Saat Memanggag Kemplang  
Menggunakan Metode *Rapid Upper Limb Assesment (RULA)* Dan  
*Rapid Entire Body Assesment (REBA)*

Memberikan izin kepada pembimbing dan Universitas Muhammadiyah  
Palembang untuk mempublikasikan hasil penelitian saya untuk kepentingan akademik.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tanpa ada paksaan  
dari siapapun.

Palembang, 31 Agustus 2022

(Angga Pratama)

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>ii</b>
<b>MOTO DAN PERSEMBAHAN .....</b>	<b>iv</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>v</b>
<b>PERNYATAAN ORISINALITAS.....</b>	<b>viI</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>viiI</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>ix</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PEBLIKASI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR TABEL.....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xviii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Batasan Masalah .....	3
1.4 Tujuan Penelitian .....	3
1.5 Manfaat Penelitian.....	4
1.6 Sistematika Penulisan.....	4
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>6</b>
2.1 Pengertian Ergonomi .....	6
2.2 Postur Kerja .....	7
2.3 Otot Statis dan Otot Dinamis .....	8
2.4 Pengaruh Postur Kerja Terhadap <i>Musculoskeletal Disorders</i> .....	9
2.5 <i>Rapid Upper Body Assessment (REBA)</i> .....	11
2.5.1 Postur Tubuh Grub A .....	13
2.5.2 Postur Tubuh Grub B .....	14
2.6 <i>Rapid Upper Limb Assessment (RULA)</i> .....	16
2.6.1 Postur Tubuh Grub A .....	18



2.6.2 Postur Tubuh Grub B .....	21
2.6 Kajian Peneliti Terdahulu .....	24
<b>BAB 3 METODE PENELITIAN.....</b>	<b>25</b>
3.1 Waktu dan Tempat Penelitian.....	25
3.2 Jenis Data.....	25
3.3 Metode Pengumpulan Data .....	26
3.4 Metode Pengolahan Data.....	27
3.5.1 Pengolahan Data <i>RULA &amp; REBA</i> .....	27
3.5 Diagram Alir Penelitian.....	29
<b>BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>30</b>
4.1 Objek Penelitian UKM .....	30
4.2 Tahapan proses pemanggangan kemplang .....	30
4.3 Pengumpulan Data.....	32
4.3.1 Postur Kerja.....	33
4.3.2 Data Waktu Postur Kerja.....	34
4.3.3 Data Keluhan.....	35
4.4 Pengolahan Data .....	36
4.5 Pehitungan Rula.....	36
4.6 Postur Awal .....	40
4.6.1 Responden 1 .....	40
4.6.2 Responden 2 .....	45
4.6.3 Responden 3 .....	49
4.7 Postur Implementasi .....	53
4.7.1 Responden 1 .....	53
4.7.2 Responden 2 .....	57
4.7.3 Responden 3 .....	61
4.8 Perhitung Reba .....	65
4.9 Postur Awal .....	70

4.9.1 Responden 1 .....	70
4.9.2 Responden 2 .....	74
4.9.3 Responden 3 .....	78
4.10 Postur Implementasi .....	82
4.10.1 Responden 1 .....	82
4.10.2 Responden 2 .....	86
4.10.3 Responden 3 .....	90
4.11 Pembahasan RULA .....	93
4.12 Pembahasan REBA.....	94
4.13 Usulan Kepada UKM .....	95
<b>BAB 5 PENUTUP.....</b>	<b>99</b>
5.1 Kesimpulan.....	99
5.2 Saran .....	100
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>101</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Skor Batang Tubuh .....	12
Tabel 2.2 Sskor Leher .....	13
Tabel 2.3 Skor Kaki .....	13
Tabel 2.4 Skor Lengan Atas.....	14
Tabel 2.5 Skor Lengan Bawah .....	14
Tabel 2.6 Skor Pergelangan Tangan .....	14
Tabel 2.7 Skor Lengan Atas.....	18
Tabel 2.8 Sskor Lengan Bawah .....	18
Tabel 2.9 Skor Pergelangan Tangan .....	19
Tabel 2.10 Skor Perputaran Tangan.....	20
Tabel 2.11 Skor Leher.....	20
Tabel 2.12 Skor Punggung.....	21
Tabel 2.13 Skor Kaki .....	22
Tabel 2.14 Peneliti Terdahulu .....	23
Tabel 4.1 Skor Profil Pemanggang .....	31
Tabel 4.2 Postur Kerja.....	32
Tabel 4.3 Waktu Postur Kerja.....	34
Tabel 4.4 Keluhan .....	34
Tabel 4.5 Skor Lengan Atas.....	35
Tabel 4.6 Sskor Lengan Bawah .....	36
Tabel 4.7 Skor Pergelangan Tangan .....	36
Tabel 4.8 Skor Perputaran Tangan.....	37
Tabel 4.9 Skor Leher.....	37
Tabel 4.10 Skor Batang Tubuh .....	38
Tabel 4.11 Skor Kaki .....	38
Tabel 4.12 Pengkategorian Skor Rula.....	39
Tabel 4.13 Grub A Rula .....	40



Tabel 4.14 Grub B Rula .....	42
Tabel 4.15 Grub C Rula .....	42
Tabel 4.16 Kategori Tindakan.....	43
Tabel 4.17 Grub A Rula.....	45
Tabel 4.18 Grub B Rula .....	46
Tabel 4.19 Grub C Rula .....	47
Tabel 4.20 Kategori Tindakan.....	48
Tabel 4.21 Grub A Rula.....	49
Tabel 4.22 Grub B Rula .....	50
Tabel 4.23 Grub C Rula .....	51
Tabel 4.24 Kategori Tindakan.....	51
Tabel 4.25 Grub A Rula.....	53
Tabel 4.26 Grub B Rula .....	54
Tabel 4.27 Grub C Rula .....	55
Tabel 4.28 Kategori Tindakan.....	55
Tabel 4.39 Grub A Rula.....	57
Tabel 4.30 Grub B Rula .....	58
Tabel 4.31 Grub C Rula .....	58
Tabel 4.32 Kategori Tindakan.....	59
Tabel 4.33 Grub A Rula.....	61
Tabel 4.34 Grub B Rula .....	62
Tabel 4.35 Grub C Rula .....	62
Tabel 4.36 Kategori Tindakan.....	63
Tabel 4.37 Tubuh Bagian Leher.....	64
Tabel 4.38 Tubuh Bagian Batang Tubuh .....	64
Tabel 4.39 Tubuh bagian Kaki.....	65
Tabel 4.40 Penambahan Beban.....	65
Tabel 4.41 Tubuh Bagian Lengan Atas.....	66
Tabel 4.42 Tubuh Bagian Lengan Bawah.....	66

Tabel 4.43 Tubuh Bagian Pergelangan Tangan .....	67
Tabel 4.44 Skor Pegangan.....	67
Tabel 4.45 Skor Aktivitas .....	68
Tabel 4.46 Pengkategorian Skor Reba .....	68
Tabel 4.47 Grub A Reba .....	70
Tabel 4.48 Grub B Reba.....	71
Tabel 4.49 Grub C Reba.....	71
Tabel 4.50 Tabel Risk Level .....	72
Tabel 4.51 Grub A Reba .....	74
Tabel 4.52 Grub B Reba.....	75
Tabel 4.53 Grub C Reba.....	75
Tabel 4.54 Tabel Risk Level .....	76
Tabel 4.55 Grub A Reba .....	78
Tabel 4.56 Grub B Reba.....	79
Tabel 4.57 Grub C Reba.....	79
Tabel 4.58 Tabel Risk Level .....	80
Tabel 4.59 Grub A Reba .....	82
Tabel 4.60 Grub B Reba.....	83
Tabel 4.61 Grub C Reba.....	83
Tabel 4.62 Tabel Risk Level .....	84
Tabel 4.63 Grub A Reba .....	86
Tabel 4.64 Grub B Reba.....	87
Tabel 4.65 Grub C Reba.....	87
Tabel 4.66 Tabel Risk Level .....	88
Tabel 4.67 Grub A Reba .....	90
Tabel 4.68 Grub B Reba.....	91
Tabel 4.69 Grub C Reba.....	91
Tabel 4.70 Tabel Risk Level .....	92





## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Lengan Atas.....	18
Gambar 2.2 Posisi Lengan Atas.....	18
Gambar 2.3 Posisi Pergelangan Tangan.....	19
Gambar 2.4 Perputaran Pergelangan Tangan.....	20
Gambar 2.5 Posisi Leher.....	20
Gambar 2.6 Posisi Punggung.....	21
Gambar 2.7 Posisi Kaki.....	22
Gambar 3.1 Tempat Penelitian.....	25
Gambar 3.2 Diagram Alir.....	29
Gambar 4.1 Proses Penjemuran.....	25
Gambar 4.2 Proses Sangrai.....	29
Gambar 4.3 Proses Pemanggangan Kemplang.....	92
Gambar 4.4 Desain Kursi Kerja.....	92

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Usaha Mikro Kecil Menengah (UMKM) adalah usaha yang punya peranan penting dalam perekonomian negara Indonesia baik dari sisi lapangan kerja yang tercipta maupun dari sisi jumlah usahanya. Sektor UMKM juga telah mampu memberikan kontribusi dalam mendorong pertumbuhan ekonomi selama ini. Kedudukan yang strategis dari sektor UMKM juga karena sektor ini mempunyai beberapa keunggulan dibandingkan dengan usaha besar. Keunggulan sektor-sektor ini antara lain mampu menyerap tenaga kerja dan menggunakan sumber daya lokal, serta usahanya relatif lebih fleksibel (Anggraeni et al., 2013)

Usaha kecil menengah juga memegang peranan strategis dalam pertumbuhan ekonomi suatu daerah, peran usaha kecil menengah juga memberikan kontribusi untuk meningkatkan lapangan kerja bagi tenaga kerja yang menganggur. Dalam hal ini Usaha Mikro Kecil Menengah mempunyai kontribusi untuk memajukan daerah masing-masing dengan meningkatkan usaha kecil menengah menjadi usaha yang berkembang serta mendorong perekonomian setiap daerah untuk menjadi daerah yang baik lagi.

Rizki kemplang merupakan salah satu jenis UMKM yang sudah ada sejak tahun 2015. Rizki Kemplang untuk Pertama kali berhasil memproduksi kemplang sebanyak 1000 Keping. seiring berjalannya waktu usaha tersebut lama kelamaan semakin meningkat, lonjakan permintaan produksi dari kemplang terjadi pada 2018

dimana penjualan usaha tersebut berhasil mencapai 6.000 Keping per hari, akan tetapi pada tahun 2020-2022 sekarang, penjualan dari kemplang mengalami penurunan yang drastis dengan total produksi 1.750 sampai 2.500 keping per hari. Hal tersebut dikarenakan pertumbuhan usaha dari pesaing baru kerupuk kemplang yang sama dengan usaha Rizki Kemplang. Ada banyak faktor yang harus ditingkatkan agar usaha Rizki Kemplang semakin baik dibanding dengan pesaing diluar. Salah satu cara untuk meningkatkan penjualan dari usaha Rizki Kemplang. yaitu dengan senantiasa menjaga kualitas produk dan kepercayaan konsumen.

Terkait hasil wawancara yang dilakukan penulis, pemilik UMKM menyatakan merasakan pegal-pegal di area pinggang, tangan, bahu, kaki dan mata berair. Dengan kendala terus jumlah produksi menurun. Maka hal inilah yang menyebabkan seringnya terjadi kekurangan dalam pengantaran jumlah pesanan dalam skala yang besar, Seperti survei yang saya lakukan beberapa waktu yang lalu pegal-pegal itu memang kerap dirasakan para pegawai salah satunya pada bu nanik, beliau sudah menekuni pekerjaan ini sudah beberapa tahun.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut permasalahan ini dan dijadikan sebuah karya ilmiah Skripsi yang berjudul “*IMPLEMENTASI POSTUR KERJA SAAT MEMANGGANG KEMPLANG*” lokasi di Puncak Sekuning Ilir Barat 1 Kota Palembang. dengan menggunakan metode *Rapid Upper Limb Assesment (RULA)* dan *Rapid Entire Body Assessment (REBA)*.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas maka rumusan masalah yang didapat didalam penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1. Bagaimana Postur kerja karyawan pada proses pemanggangan di UMKM Rizki Kemplang Palembang?
2. Bagaimana *Implementasi* terbaik untuk membantu karyawan pada saat memanggang kemplang menggunakan metode *Rapid Upper Limb Assesment (RULA)* dan *Rapid Entire Body Assesment (REBA)*?

## 1.3 Batasan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang akan dibahas maka peneliti membatasi penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1. Penelitian ini didasarkan pada persepsi pegawai Rizki Kemplang.
2. Analisis masalah menggunakan pendekatan metode *Rapid Upper Limb Assesment (RULA)* dan *Rapid Entire Body Assesment (REBA)*.

## 1.4 Tujuan Penelitian

Adapun tujuan yang ingin dicapai dari penelitian ini yaitu sebagai berikut :

1. Untuk mengetahui postur kerja pada saat proses memanggang saat ini.
2. Memberikan *implementasi* postur kerja yang baik pada saat memanggang menggunakan metode *Rapid Upper Limb Assesment (RULA)* dan *Rapid Entire Body Assesment (REBA)*.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat yang diharapkan dari penelitian ini yaitu sebagai berikut :

### 1. Manfaat bagi Peneliti

Peneliti dapat mengaplikasikan secara nyata ilmu pengetahuan yang diperoleh selama masa *study*.

### 2. Manfaat bagi UMKM

Dapat rekomendasi perbaikan metode baru untuk UMKM Rizki kemplang.

### 3. Manfaat bagi Universitas

Dapat digumakan menjadi bahan acuan untuk penelitian selanjutnya.

## **1.6 Sistematika Penulisan**

Untuk memberikan gambaran secara umum tentang penelitian yang akan dilakukan. Sistematika penulisan ini adalah sebagai berikut:

### **BAB 1 : PENDAHULUAN**

Dalam bab ini memberikan uraikan latar belakang masalah penelitian, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan penelitian dan manfaat penelitian dan sistematikan penulisan.

### **BAB 2 : TINJAUAN PUSTAKA**

Bab ini menjelaskan tentang landasan teori yang digunakan untuk melakukan pengolahan data dari berbagai sumber buku atau jurnal terdahulu yang melandasi penelitian ini, dimana teori ini didukung dari berbagai referensi.

**BAB 3 : METODE PENELITIAN**

Dalam bab ini menguraikan tentang objek penelitian, metode pengumpulan data dan langkah-langkah penelitian berdasarkan teori sampai tahap kesimpulan.

**BAB 4 : HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berisikan data-data yang akan dikumpulkan yang akan digunakan dalam proses pengolahan data. Membahas hasil penelitian dan mengemukakan hasil data dan pemecahan masalah yang ada.

**BAB 5 : PENUTUP**

Pada bab ini merupakan tahap akhir, yang mana berisi kesimpulan dari hasil penelitian serta saran-saran yang diharapkan berguna untuk umkm.



## DAFTAR PUSTAKA

- Adrian, A. (2013). *Pengaruh Skeptisme Profesional, Etika, Pengalaman, dan Keahlian Audit Terhadap Ketepatan Pemberian Opini Oleh Auditor* (Articles,).
- Anizar. (2012). *Teknik Keselamatan dan Kesehatan Kerja di Industri*.
- Fitri Ayu and Nia Permatasari. (2018). perancangan sistem informasi pengolahan data PKL pada divisi humas PT pegadaian. *Jurnal Infra Tech*, 2(2), 12–26. <http://journal.amikmahaputra.ac.id/index.php/JIT/article/download/33/25>
- Lubis, S. R. H. (2018). Analisis Faktor Risiko Ergonomi terhadap Keluhan Musculoskeletal Disorders (MSDs) pada Teller Bank. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*, 7(02), 63–73. <https://doi.org/10.33221/jikm.v7i02.107>
- Mutiah, A. (2013). Analisis Tingkat Risiko Musculoskeletal Disorders (Msd) Dengan The Briefm Survey Dan Karakteristik Individu Terhadap Keluhan Msd Pembuat Wajan Di Desa Cepogo Boyolali. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro*, 2(2), 18726.
- Syafira, S. (2019). Analisis Risiko Dan Penerapan Ergonomi Dengan Metode REBA Pada Pekerja New Installation Lift PT.X Proyek Citra Tower Jakarta Tahun 2019. *Skripsi*, 122. <http://repository.binawan.ac.id/260/1/K3 - SILLA SYAFIRA - 2019 repo.pdf>
- Tarwaka. (2011). *Ergonomi Untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Produktivitas*.
- Tarwaka. (2014). *Keselamatan dan Kesehatan Kerja : Manajemen dan Implementasi K3 Tempat Kerja*.
- Wijaya, I. S. A., & Muhsin, A. (2018). Analisa Postur Kerja Dengan Metode Rapid Upper Limb Assessment (Rula) Pada Oparator Mesin Extruder Di Stasiun Kerja Extruding Pada Pt Xyz. *Opsi*, 11(1), 49. <https://doi.org/10.31315/opsi.v11i1.2200>
- Bintang, A. N., & Dewi, S. K. (2017). Analisa Postur Kerja Menggunakan Metode OWAS dan RULA. *Jurnal Teknik Industri*, 18(1), 43. <https://doi.org/10.22219/jtiumm.vol18.no1.43-54>

- Devita Sari, N., & Irwan Iftadi, dan. (2019). *Analisis Postur Kerja Pada Operator Cell Produk Electricity Meter Dengan Metode Rula Dan Reba Di PT. XYZ. 2010, 1–6.*
- Masitoh, D 2016. *Analisis Postur Tubuh Dengan Metode Rula Pada Pekerja Welding Di Area Sub Assy PT. Fuji Technica Indonesia Karawang.* Tugas Akhir Universitas Sebelas Maret
- Nugraha, Harvian Adhi, Murti Astuti dan Arif Rahman. 2014. *Analisis perbaikan postur kerja operator menggunakan metode RULA untuk mengurangi resiko musculoskeletal disorders,* Malang : Universitas Brawijaya.
- Oktri Mohammad Firdaus, Sutrio. 2011 *Analisis Pengukuran RULA Dan REBA Petugas Pada Pengangkatan Barang Di Gudang Dengan Menggunakan Software Ergointelligence.* Bandung : Universitas Widyatama.
- Putri, M. A., & Astuti, R. D. (2020). Usulan Perbaikan Fasilitas Kerja Berdasarkan Analisis RULA dan REBA di PT Eco Smart Garment IndonesiaKlego. *Seminar Dan Konferensi Nasional IDEC 2020, 2579– 6429(November), 1–10.*
- Taofik, I. M., & Mauluddin, Y. (2015). Evaluasi Ergonomi Menggunakan Metode Rula (Rapid Upper Limb Assessment) Untuk Mengidentifikasi Alat Bantu Pada Mesin Roasting Kopi. *Jurnal Kalibrasi, 13(1).* <https://doi.org/10.33364/kalibrasi/v.13-1.204>
- Tiogana, V., & Hartono, N. (2020). Analisis Postur Kerja dengan Menggunakan REBA dan RULA di PT X. *Journal of Integrated System, 3(1), 9–25.* <https://doi.org/10.28932/jis.v3i1.2463>