

## DAFTAR ISI

JUDUL .....	I
LEMBAR PENGESAHAN .....	II
LEMBAR ORISINALITAS.....	III
ABSTRAK.....	IV
<i>ABSTRAK</i> .....	V
KATA PENGANTAR.....	VI
DAFTAR ISI.....	VII
DAFTAR TABEL.....	X
DAFTAR GAMBAR .....	XII
DAFTAR LAMPIRAN.....	XIII
BAB 1 PENDAHULUAN .....	1
1.1    Latar Belakang .....	1
1.2    Rumusan Masalah.....	11
1.3    Tujuan Penelitian.....	12
1.4    Manfaat Penelitian .....	12
1.5    Batasan Penelitian.....	13
BAB II LANDASAN TEORI.....	15
2.1    Tinjauan Pustaka .....	15
2.1.1    Ergonomi.....	25
2.1.2 <i>Manual Material Handling</i> (MMH) .....	26
2.1.3    Sistem Kerja.....	27
2.1.4    Beban Kerja.....	28

2.1.5	Sistem <i>Musculoskeletal</i> Manusia .....	29
2.1.6	<i>Musculoskeletal Disorders</i> (MSDs) .....	30
2.1.7	Faktor Resiko MSDs .....	30
2.1.8	<i>Nordic Body Map</i> (NBM) .....	32
2.1.9	<i>Rapid Entire Body Assessment</i> (REBA).....	32
2.1.10	Antropometri .....	39
2.1.11	Sistem Hidrolik .....	45
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....		49
3.1	Subjek dan Objek Penelitian .....	49
3.2	Alur Penelitian .....	49
3.3	Pengumpulan Data .....	51
3.4	Teknik Analisis Data .....	52
3.5	Jadwal Kegiatan .....	53
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....		54
4.1	Hasil .....	54
4.1.1	Karakteristik Responden .....	54
4.1.2	<i>Nordic Body Map</i> (NBM) .....	54
4.1.3	<i>Rapid Entire Body Assesment</i> (REBA) .....	61
4.1.4	Antropometri .....	69
4.2	Pembahasan.....	72
4.2.1	Usulan Perbaikan Metode Kerja .....	73
4.2.2	Rancangan Alat .....	73
4.2.3	Mekanisme Hidrolik Otomatis .....	82
4.2.4	Mekanisme Kerja Alat.....	91

4.2.5 Analisis REBA Setelah Menggunakan Alat.....	94
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	103
5.1 Kesimpulan .....	103
5.2 Saran.....	104
DAFTAR PUSTAKA.....	105
LAMPIRAN.....	110