

**SKRIPSI**

**ANALISA POSTUR KERJA DENGAN MENGGUNAKAN  
METODE *RAPID ENTIRE BODY ASSESSMENT* (REBA) PADA  
PROSES PENGUPASAN SABUT BUAH KELAPA TUA DI DESA  
SALEK MULYA KECAMATAN AIR SALEK KABUPATEN  
BANYUASIN**

***ANALYSIS OF WORKING POSTURE USING THE RAPID ENTIRE  
BODY ASSESSMENT (REBA) METHOD IN THE PEELING  
PROCESS OF OLD COCONUT FRUIT IN SALEK MULYA  
VILLAGE AIR SALEK DISTRICT BANYUASIN REGENCY***



**Andri Eka Saputra  
05021381924048**

**PROGRAM STUDI TEKNIK PERTANIAN  
JURUSAN TEKNOLOGI PERTANIAN  
FAKULTAS PERTANIAN  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
2023**

## **SUMMARY**

**ANDRI EKA SAPUTRA.** *Analysis of Work Posture Using the Rapid Entire Body Assessment (REBA) Method in the Peeling Process of Old Coconut Coir in Salek Mulya Village, Air Salek District, Banyuasin Regency (Supervised by FARRY APRILIANO HASKARI).*

*This study aims to analyze and assess body posture when stripping old coconut husks and work risks based on the Rapid Entire Body Assessment (REBA) score. In this study, 3 subjects were studied, namely the first male worker aged 41 years, the second worker aged 40 years who had experience and the third worker who was a novice aged 22 years. The results of calculating the body mass index obtained from 3 subjects, namely worker 1 has an ideal BMI classification, then worker 2 has an underweight BMI classification and worker 3 (beginner) has an obese BMI classification I. Based on the Nordic Body Map (NBM) questionnaire data there is a similarity body pain between worker 1, worker 2 and worker 3. There are also differences, like worker 1, which is very painful in the right hand, worker 2 is very painful in the right wrist and worker 3 is very sick in both parts. The results of the Rapid Entire Body Assessment method of the three workers have a REBA score level, namely for worker 1 and worker 2 have a REBA score of 7 which is a moderate risk level, while worker 3 has a REBA score of 9 which is a high risk level.*

*Keywords : Rapid Entire Body Assessment, Peeling old coconut coir, Body Mass Index, Anthropometry, Nordic Body Map.*

## RINGKASAN

**ANDRI EKA SAPUTRA.** Analisa Postur Kerja Dengan Menggunakan Metode *Rapid Entire Body Assessment* (REBA) Pada Proses Pengupasan Sabut Buah Kelapa Tua Di Desa Salek Mulya Kecamatan Air Salek Kabupaten Banyuasin (Dibimbing oleh **FARRY APRILIANO HASKARI**).

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisa dan menilai postur tubuh pada saat pengupasan sabut buah kelapa tua dan risiko kerja berdasarkan skor *Rapid Entire body Assessment* (REBA). Pada penelitian ini menggunakan 3 subjek yang diteliti yaitu pekerja pertama laki-laki berusia 41 tahun, serta pekerja yang kedua laki-laki berusia 40 tahun yang sudah berpengalaman dan pekerja ketiga pemula berusia 22 tahun. Hasil dari perhitungan indeks massa tubuh yang di dapatkan dari 3 subjek yaitu pekerja 1 memiliki klasifikasi IMT ideal, lalu pekerja 2 memiliki klasifikasi IMT *underweight* dan pekerja 3 (pemula) memiliki klasifikasi IMT *obesitas* I. Berdasarkan data kuesioner *Nordic Body Map* (NBM) ada persamaan tubuh yang terasa sakit antara pekerja 1, pekerja 2 dan pekerja 3. Ada juga perbedaan seperti pada pekerja 1 yaitu sangat sakit di bagian tangan kanan, pekerja 2 sangat sakit di pergelangan tangan kanan dan pekerja 3 sangat sakit di kedua bagian tersebut. Hasil metode *Rapid Entire Body Assessment* dari ketiga pekerja memiliki tingkat skor REBA yaitu untuk pekerja 1 dan pekerja 2 memiliki skor REBA 7 yang termasuk tingkat resiko sedang, sementara pekerja 3 memiliki skor REBA 9 termasuk ke dalam tingkat resiko tinggi.

Kata Kunci : *Rapid Entire Body Assessment*, Pengupasan sabut buah kelapa tua, Indeks Massa Tubuh, Antropometri, *Nordic Body Map*.

# **SKRIPSI**

## **ANALISA POSTUR KERJA DENGAN MENGGUNAKAN METODE *RAPID ENTIRE BODY ASSESSMENT* (REBA) PADA PROSES PENGUPASAN SABUT BUAH KELAPA TUA DI DESA SALEK MULYA KECAMATAN AIR SALEK KABUPATEN BANYUASIN**

Diajukan Sebagai Syarat untuk Mendapatkan Gelar Sarjana  
Teknologi Pertanian pada Fakultas Pertanian Universitas Sriwijaya



**Andri Eka Saputra**  
**05021381924048**

**PROGRAM STUDI TEKNIK PERTANIAN  
JURUSAN TEKNOLOGI PERTANIAN  
FAKULTAS PERTANIAN  
UNIVERSITAS SRIWIJAYA  
2023**

## LEMBAR PENGESAHAN

**ANALISA POSTUR KERJA DENGAN MENGGUNAKAN  
METODE *RAPID ENTIRE BODY ASSESSMENT* (REBA) PADA  
PROSES PENGUPASAN SABUT BUAH KELAPA TUA DI DESA  
SALEK MULYA KECAMATAN AIR SALEK KABUPATEN  
BANYUASIN**

### SKRIPSI

Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan Gelar Sarjana Teknologi Pertanian  
Pada Fakultas Pertanian Universitas Sriwijaya


Oleh:  
**Andri Eka Saputra**  
05021381924048

Palembang, Agustus 2023

Menyetujui:  
Dosen Pembimbing

  
**Farry Apriano Haskari, S.TP., M.Si.**  
NIP. 197604142003121001

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Pertanian

  
**Prof. Dr. Ir. A. Muslim, M.Agr**  
NIP. 196412291990011001





Skripsi dengan judul " Analisa Postur Kerja Dengan Menggunakan Metode *Rapid Entire Body Assessment* (REBA) Pada Proses Pengupasan Sabut Buah Kelapa Tua Di Desa Salek Mulya Kecamatan Air Salek Kabupaten Banyuasin" oleh Andri Eka Saputra telah dipertahankan komisi penguji Skripsi Fakultas Pertanian Universitas Sriwijaya pada tanggal Agustus 2023 dan telah diperbaiki sesuai saran dan masukan dari tim penguji.

Komisi Penguji

1. Farry Apriliano Haskari, S.TP., M.Si.  
NIP. 197604142003121001

Pembimbing (.....)

2. Ir. Endo Argo Kuncoro, M.Agr.  
NIP. 196107051989031006

Penguji (.....)

Indralaya, Agustus 2023

Mengetahui,  
Ketua Jurusan  
Teknologi Pertanian

Koordinator Program Studi  
Teknik Pertanian

29 AUG 2023

Prof. Dr. Budi Santoso, S.TP., M.Si.  
NIP. 197506102002121002

Dr. Puspitahati, S.TP., M.P.  
NIP. 197908152002122001



## PERNYATAAN INTEGRITAS

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Andri Eka Saputra  
NIM : 05021381924048  
Judul : Analisa Postur Kerja Dengan Menggunakan Metode *Rapid Entire Body Assessment* (REBA) Pada Proses Pengupasan Sabut Buah Kelapa Tua Di Desa Salek Mulya Kecamatan Air Salek Kabupaten Banyuasin.

Menyatakan bahwa semua data dan informasi yang dimuat di dalam skripsi ini merupakan hasil penelitian saya sendiri di bawah supervisi pembimbing kecuali yang disebutkan dengan jelas sumbernya, dan bukan hasil penjiplakan/plagiat. Apabila dikemudian hari ditemukan adanya unsur plagiat dalam skripsi ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar dari Universitas Sriwijaya.

Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar dan tidak mendapat paksaan dari pihak manapun.



Palembang, Agustus 2023



Andri Eka Saputra

## **RIWAYAT HIDUP**

Penulis dilahirkan di Desa Salek Mulya, Kecamatan Air Salek, Kabupaten Banyuasin pada tanggal 14 November 2000. Penulis merupakan anak pertama dari Bapak Sarwani dan Ibu Siti Yati. Penulis juga mempunyai dua adik perempuan.

Pendidikan taman kanak-kanak di selesaikan pada tahun 2007 di TK Karya Ibu. Sekolah dasar di selesaikan pada tahun 2013 di SD Negeri 10 Air Salek. Sekolah menengah pertama di selesaikan pada tahun 2016 di SMP Negeri 2 Air Salek dan sekolah menengah atas di selesaikan pada tahun 2019 di SMA Negeri 11 Palembang.

Sejak tahun 2019, penulis tercatat sebagai Mahasiswa di Universitas Sriwijaya Fakultas Pertanian Jurusan Teknologi Pertanian dengan Program Studi Teknik Pertanian melalui Jalur Ujian Seleksi Mandiri (USM). Saat ini penulis aktif di organisasi Himpunan Mahasiswa Teknologi Pertanian (HIMATETA) di Fakultas Pertanian Universitas Sriwijaya. Penulis sangat berharap dapat menyelesaikan studi S1 dengan cepat dan mendapat pekerjaan yang terbaik.



## KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang mana berkat rahmat dan ridho serta karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Analisa Postur Kerja Dengan Menggunakan Metode *Rapid Entire Body Assessment* (REBA) Pada Proses Pengupasan Sabut Buah Kelapa Tua Di Desa Salek Mulya Kecamatan Air Salek Kabupaten Banyuasin”.

Penulis juga menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Bapak Farry Apriliano Haskari, S.TP., M.Si, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan pengarahan, motivasi, serta masukan dalam penulisan skripsi ini. Kepada kedua orang tua yang selalu mendoakan, memberikan semangat, masukan, serta dukungan baik dalam hal moril maupun materil selama menempuh pendidikan. Ucapan terima kasih juga kepada teman seperjuangan, temen sejurusan, dan semua pihak yang terlibat yang tidak henti-hentinya memberikan dukungan dan membantu dalam keberlangsungan penulisan skripsi ini.

Semoga skripsi dapat dipahami bagi pembaca, serta skripsi yang telah disusun ini agar dapat berguna bagi penulis maupun semua pihak yang akan membacanya. Sebelumnya penulis mohon maaf apabila terdapat kesalahan kata-kata yang kurang berkenan dan penulis sangat mengharapkan kritik dan saran yang membangun, mengingat tidak ada sesuatu yang sempurna tanpa saran yang membangun.

Akhir kata penulis ucapkan terimakasih, wabillahitaufik walhidayah.  
Wassalamu'alaikum Wr. Wb.

Palembang, Agustus 2023

Andri Eka Saputra

## UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan Syukur penulis haturkan kehadiran Allah SWT, atas rahmat, ridho, dan karunia-Nya, Baginda Rasulullah SAW sebagai teladan yang sempurna bagi umatnya, serta kepada orang-orang yang telah berjasa selama masa studi penulis. Ucapan terima kasih penulis sampaikan atas segala bentuk bantuan, dukungan, semangat, bimbingan, kritik, saran dan pengarahan dari berbagai pihak dalam menyelesaikan skripsi ini. Melalui kesempatan ini penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Ir. A. Muslim, M.Agr. selaku Dekan Fakultas Pertanian Universitas Sriwijaya.
2. Bapak Prof. Dr. Budi Santoso, S.TP., M.Si. selaku Ketua Jurusan Teknologi Pertanian.
3. Ibu Dr. Hilda Agustina, S.TP., M.Si. selaku Sekretaris Jurusan Teknologi Pertanian.
4. Ibu Dr. Puspitahati, S.TP., M.P. selaku Koordinator Program Studi Teknik Pertanian.
5. Bapak Farry Apriliano Haskari, S.TP., M.Si. sebagai Dosen Pembimbing Akademik dan Dosen Pembimbing Skripsi penulis yang telah meluangkan banyak waktunya dan telah memberikan motivasi, dukungan, nasehat, arahan, serta selalu sabar dan percaya kepada penulis.
6. Bapak Ir. Endo Argo Kuncoro, M.Agr. selaku Penguji Skripsi yang telah memberikan saran dan arahan kepada penulis.
7. Bapak dan Ibu Dosen Teknologi Pertanian yang telah memberikan ilmu serta bimbingan kepada penulis.
8. Staf Admin Jurusan Teknologi Pertanian Indralaya (kak Jhon dan mbak Nike) dan Staf Admin Fakultas Pertanian Palembang (mbak Siska) atas semua bantuan dan informasi yang telah diberikan kepada penulis.
9. Ayah, ibu, adik, nenek, paman, bibi, sepupu, keponakan dan seluruh keluarga besar yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu yang selalu membimbing,

melindungi, memotivasi, mendidik, mendoakan dan memberikan dukungan kepada penulis.

10. Hamzah, Koko selaku teman seperjuangan skripsi, Rahmat, Bagas, Ema dan Putri selaku teman kuliah yang telah membantu dan memberikan Semangat, Ridho, Iqbal, Irfan, Tedy, Calvin, Dolsi, Panja, Farid, Kartini, Desi, Lutfi teman-teman Teknik Pertanian 2019 Palembang dan Indralaya serta teman-teman satu Angkatan Teknologi Pertanian 2019 yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu.
11. Dita yang telah memberi semangat dan motivasi kepada penulis selama perjalanan kuliah hingga penyelesaian skripsi.
12. Bapak Tang dan Acok yang telah membantu penulis untuk menjadi subjek dalam penelitian ini sebagai pekerja 1 dan pekerja 2.
13. Fanderick, Sardi, Mulyadi, Bagus, Ersya, Akil, Naomi, Angki, dan Ditak yang sudah selalu memberikan semangat dan motivasi kepada penulis.
14. Serta semua pihak yang telah banyak berjasa dalam kelancaran skripsi ini yang tidak dapat saya sebutkan semuanya.

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	i
<b>UCAPAN TERIMA KASIH</b> .....	ii
<b>DAFTAR ISI</b> .....	iv
<b>DAFTAR GAMBAR</b> .....	vii
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	viii
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	ix
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b> .....	1
1.1. Latar Belakang .....	1
1.2. Tujuan .....	3
<b>BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	4
2.1. Buah Kelapa Tua.....	4
2.2. Postur Kerja.....	5
2.3. <i>Musculoskeletal Disorders</i> .....	6
2.4. Ergonomi.....	6
2.4.1. Tujuan Ergonomi .....	6
2.4.2. Prinsip Ergonomi .....	7
2.5. Antropometri .....	8
2.6. <i>Rapid Entire Body Assessment (REBA)</i> .....	8
2.7. Perhitungan Pada Metode <i>Rapid Entire Body Assessment</i> .....	12
2.7.1. Perhitungan Grup A .....	12
2.7.1. Perhitungan Grup B .....	13
2.8. Indeks Massa Tubuh (IMT) .....	15
2.9. Konsumsi Energi.....	15
2.10. <i>Nordic Body Map (NBM)</i> .....	15
<b>BAB 3 PELAKSANAAN PENELITIAN</b> .....	17
3.1. Waktu dan Tempat Penelitian .....	17
3.2. Alat dan Bahan.....	17

3.3.	Metode Penelitian.....	17
3.4.	Prosedur Penelitian.....	17
3.4.1.	Peninjauan Lokasi Penelitian .....	17
3.4.2.	Pengukuran Antropometri Tubuh .....	18
3.4.3.	Pengukuran Massa Indeks Tubuh (IMT) .....	18
3.4.4.	Pengumpulan Data <i>Nordic Body Map</i> (NBM) .....	18
3.4.5.	Melakukan Wawancara Terkait Psikologis Para Pekerja.....	18
3.4.6.	Penerapan Metode <i>Rapid Entire Body Assessments</i> (REBA).....	19
3.4.7.	Parameter Penilaian Postur Tubuh Grup A.....	19
3.4.7.1.	Batang Tubuh ( <i>Trunk</i> ).....	19
3.4.7.2.	Leher ( <i>Neck</i> ).....	20
3.4.7.3.	Kaki ( <i>Legs</i> ).....	20
3.4.7.4.	Batang Tubuh ( <i>Load</i> ).....	20
3.4.8.	Parameter Penilaian Postur Tubuh REBA Grup B .....	21
3.4.8.1.	Lengan Atas ( <i>Upper Arms</i> ) .....	21
3.4.8.2.	Lengan Bawah ( <i>Lower Arms</i> ) .....	21
3.4.8.3.	Pergelangan Tangan ( <i>Wrist</i> ).....	21
3.4.8.4.	Genggaman ( <i>Coupling</i> ).....	22
3.4.8.5.	Aktivitas ( <i>Activity</i> ) .....	22
3.5.	Level Akhir Dari Skor REBA .....	22
<b>BAB 4 HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>		<b>24</b>
4.1.	Observasi Penelitian.....	24
4.2.	Metode Indeks Massa Tubuh (IMT) .....	25
4.2.1.	Indeks Massa Tubuh Pekerja Pengupasan Sabut Buah Kelapa .....	25
4.3.	Antropometri Tubuh Pekerja.....	26
4.4.	<i>Nordic Body Map</i> (NBM) Pekerja .....	28
4.5.	Metode <i>Rapid Entire Body Assessment</i> (REBA) .....	33
4.5.1.	Hasil Postur Pekerja 1 Pada Pengupasan Sabut Buah Kelapa Tua .....	33
4.5.2.	Hasil Postur Pekerja 2 Pada Pengupasan Sabut Buah Kelapa Tua .....	35
4.5.3.	Hasil Postur Pekerja 3 Pada Pengupasan Sabut Buah Kelapa Tua .....	37



4.5.4.	Hasil Rekapitulasi Skor <i>Rapid Entire Body Assessment</i> (REBA) .....	39
4.6.	Usulan Perbaikan Pekerja .....	39
<b>BAB 5 KESIMPULAN DAN SARAN</b> .....		41
5.1.	Kesimpulan .....	41
5.2.	Saran.....	41
<b>DAFTAR PUSTAKA</b> .....		42
<b>LAMPIRAN</b>		

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Pengupasan Buah Kelapa Tua.....	4
Gambar 2.2 Keadaan Leher.....	9
Gambar 2.3 Keadaan Punggung.....	10
Gambar 2.4 Keadaan Kaki .....	10
Gambar 2.5 Keadaan Lengan Atas.....	11
Gambar 2.6 Keadaan Lengan Bawah.....	11
Gambar 2.7 Keadaan Pergelangan Tangan .....	12
Gambar 4.1 Data Pekerja 1 .....	33
Gambar 4.2 Data Pekerja 2 .....	35
Gambar 4.3 Data Pekerja 3 .....	37

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Perhitungan Bagian A .....	12
Tabel 2.2 Perhitungan Bagian B .....	13
Tabel 2.3 Tabel Perhitungan Keseluruhan Skor .....	14
Tabel 2.4 Action Level REBA .....	14
Tabel 3.1 Klasifikasi Indeks Massa Tubuh (IMT) .....	18
Tabel 3.2 Level Akhir Dari Skor REBA .....	23
Tabel 4.1 Karakteristik Subjek .....	25
Tabel 4.2 Perhitungan IMT Pekerja Pengupasan Sabut Buah Kelapa .....	25
Tabel 4.3 Antropometri Tubuh Pekerja 1 .....	26
Tabel 4.4 Antropometri Tubuh Pekerja 2 .....	27
Tabel 4.5 Antropometri Tubuh Pekerja 3 .....	28
Tabel 4.6 Data Hasil Kuesioner <i>Nordic Body Map</i> (NBM) Pekerja 1 .....	30
Tabel 4.7 Data Hasil Kuesioner <i>Nordic Body Map</i> (NBM) Pekerja 2 .....	31
Tabel 4.8 Data Hasil Kuesioner <i>Nordic Body Map</i> (NBM) Pekerja 3 .....	32
Tabel 4.9 Skor Penilaian Postur Pekerja 1 .....	34
Tabel 4.10 Skor Penilaian Postur Pekerja 2 .....	36
Tabel 4.11 Skor Penilaian Postur Pekerja 3 .....	38
Tabel 4.12 Hasil Rekapitulasi Skor REBA .....	39
Tabel 4.13 Saran atau Perbaikan Pada Postur Tubuh Pekerja 1 .....	39
Tabel 4.14 Saran atau Perbaikan Pada Postur Tubuh Pekerja 2 .....	40
Tabel 4.15 Saran atau Perbaikan Pada Postur Tubuh Pekerja 3 .....	40

## DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Diagram Alir Penelitian.....	46
Lampiran 2. <i>Nordic Body Map</i> (NBM).....	47
Lampiran 3. Antropometri Tubuh.....	48
Lampiran 4. <i>Rapid Entire Body Assessment Worksheet</i> .....	48
Lampiran 5. Gambar dan Bentuk Alat .....	49
Lampiran 6. Dokumentasi Penelitian.....	50

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Indonesia adalah negara yang mana memiliki potensi sumber daya alam yang melimpah dan subur. Khususnya pada bidang pertanian seperti perkebunan kelapa. Pada saat ini komoditi pertanian Indonesia cukup dikenal dan diketahui berbagai negara juga permintaannya meningkat sejalan dengan pembangunan teknologi (Nursyam, 2013).

Kelapa (*Cocos nucifera*) adalah anggota tunggal dalam marga *Cocos* dari suku aren-arenan atau *Arecaceae*. Tumbuhan ini dimanfaatkan hampir semua bagiannya oleh manusia sehingga dianggap sebagai tumbuhan serbaguna, terutama bagi masyarakat pesisir. Kelapa juga adalah sebutan untuk buah yang dihasilkan tumbuhan ini. Tumbuhan ini diperkirakan berasal dari pesisir Samudera Hindia di sisi Asia, namun kini telah menyebar luas di seluruh pantai tropika dunia (Manongko dan Rampo, 2016).

Menurut masyarakat di Indonesia khususnya daerah pesisir kelapa dianggap sebagai tumbuhan serbaguna karena tanaman kelapa dimanfaatkan dan digunakan dengan baik untuk keperluan pangan maupun non pangan. Setiap bagian dari tanaman kelapa dapat dimanfaatkan untuk kebutuhan hidup sehari-hari karena kelapa mempunyai nilai ekonomi, sosial dan budaya yang cukup tinggi (Jumiati *et al.*, 2013).

Perkebunan kelapa di Indonesia mencapai 3.712 juta hektar dengan produksi kelapa di Indonesia menempati urutan kedua di dunia yakni sebesar 12.915 milyar butir. Hasil utama kelapa ditingkat petani dimanfaatkan dalam bentuk produk primer berupa kelapa butiran, kopra dan minyak goreng yang diolah secara tradisional (Neeke *et al.*, 2015).

Ergonomi adalah suatu ilmu yang memperhatikan interaksi manusia di suatu lingkup kerja seperti alat, lingkungan, dan cara kerja. Adapun cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi atau memperkecil potensi yang akan terjadinya bahaya



serta risiko dalam bekerja yang bisa mempengaruhi produktivitas pekerja, juga bisa dilakukan dengan memperhatikan serta menciptakan lingkungan, alat, serta kerja yang aman dan sehat (Yuliarty dan Soegiyanto, 2017).

Perkebunan Buah Kelapa ini berlokasi di Desa Salek Mulya Kecamatan Air Salek Kabupaten Banyuwangi yang berfokus pengupasan buah kelapa tua dari sabutnya, dimana pada proses pengolahan menggunakan alat yang dilakukan secara manual, seperti pengupasan sabut kelapa dari buah kelapa. Sehari dua pekerja melakukan pengupasan buah kelapa dimana masing-masing pekerja melakukan pengupasan sebanyak 1000 butir dalam posisi yang berdiri serta bentuk tubuh yang membungkuk maka ini termasuk postur tubuh yang tidak ergonomi karena bisa menimbulkan terjadinya keluhan *musculoskeletal disorders* dan cepatnya terjadi kelelahan karena beban kerja yang diterima oleh pekerja dan berakibat kurang efektif atau akan mempengaruhi dalam proses produktivitas dari pekerja. Dari hasil observasi kepada pekerja ini mendapatkan beberapa keluhan seperti sakit dibagian bahu, pinggang, kaki, dan bagian tangan, ini didasarkan karena postur tubuh pekerja yang kurang baik, kegiatan ini juga berlangsung secara terus menerus dengan posisi yang sama dalam waktu yang cukup lama sehingga menimbulkan keluhan *musculoskeletal disorders* (Rosanti *et al.*, 2020).

*Rapid Entire Body Assessment* (REBA) merupakan suatu metode yang telah dikembangkan di dalam bidang ergonomi serta bisa juga diaplikasikan dengan cepat untuk melakukan penilaian pada posisi pekerja lebih tepatnya pada postur punggung, leher, lengan bawah, lengan atas, pergelangan tangan, dan kaki. Pada metode REBA ini juga dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti faktor genggam dan juga beban eksternal yang ditopang oleh tubuh pekerja dalam melakukan aktivitas pekerjaan. Dalam melakukan penilaian dengan menggunakan metode *Rapid Entire Body Assessment* ini tidak memerlukan waktu yang lama agar dapat melakukan *scoring general* serta melengkapi skor pada daftar aktivitas yang ditandai bahwa perlu dilakukan pengurangan risiko yang disebabkan oleh tidak alamiah postur seorang pekerja (Anggraini dan Bati, 2016).

## 1.2 Tujuan

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisa tubuh pada saat melakukan pengupasan buah kelapa tua dari sabutnya dan risiko kerja berdasarkan skor dengan menggunakan metode *Rapid Entire Body Assessment* (REBA).

## DAFTAR PUSTAKA

- Abdurrasyid, F. R., dan Nurfajriah. 2019. Perancangan Perbaikan Alat Kerja pada Pabrik Tahu Pak Utar dengan Pendekatan Ergonomi. *Seminar Nasional Teknik Industri Universitas Gadjah Mada 2019*, 19–22.
- Andriani , M., dan Subhan . 2016. Perancangan Peralatan Secara Ergonomi Untuk Meminimalkan Kelelahan Di Pabrik Kerupuk. *Seminar Nasional Sains dan Teknologi*, 3.
- Anggraini, D. A. dan Bati, N. C. 2016. Analisa Postur Kerja Dengan Nordic Body Map dan Reba Pada Teknisi Painting Di Pt. Jakarta Teknologi Utama Motor Pekanbaru. *Jurnal Photon*, 7(1), 87-97.
- Bahri , S., dan Gunawan. 2012. Analisis Penentuan Waktu Istirahat Pendek Berdasarkan Beban Kerja Fisik Dan Asupan Energi. *Industrial Engineering Journal*, 1(1), 30-35.
- Batubara , H., Rahayuni , T., dan Budiman , R. 2014. Rancang Bangun Mesin Perajang Singkong Untuk Meningkatkan Efisiensi Waktu Perajangan dan Menurunkan Keluhan Musculoskeletal. *Jurnal Elkha*, 2(1), 28-30.
- Dzikrillah, N. dan Yuliani, E. N. S., 2015. Analisis Postur Kerja Menggunakan Metode Rapid Upper Limb Assessment (Rula) Studi Kasus Pt. Tj Forge Indonesia. *Jurnal*, 3(3), 150-155.
- Fatimah, 2012. Penentuan Tingkat Resiko Kerja Dengan Menggunakan Score Reba. *Industrial Engineering Journal*, 1(1), 25-29.
- Fernando , F. 2013. Rancang Ulang Alat Pengupas Nanas Yang Ergonomis (Studi Kasus: UD Berkat Bersama). *Tugas Akhir (Skripsi)*.
- Hignett, S., dan McAtamney, L. 2000. Rapid Entire Body Assessment (REBA). *Applied Ergonomics*, 31(2),201–205.
- Himawan, R. 2020. Analisa Penilaian Postur Kerja Berdasarkan Metode Quick Exposure Checklist (QEC) Pada Operator Mesin Milling. Skripsi. Universitas Islam Indonesia.
- Jumiati, Eliy, Dwidjono Hadi Darwanto, Selamat Hartono dan Mashuriy. 2013. Analisis Saluran Pemasaran dan Marjin Pemasaran Kelapa Dalam di Daerah Perbatasan Kalimantan Timur. *Jurnal AGRIFOR*. Vol. 12 No. 1.

- Kurniawan, E., Prawira N. K, M. A., Yanti A, N. P. N. dan Artha, L. P. W., 2017. Faktor Yang Berhubungan Terhadap Keluhan Muskuloskeletal Pada Mahasiswa Universitas Udayana Tahun 2016. *Journal of Industrial Hygiene and Occupational Health*, 1(2), 101-118.
- Lasabuda, T., M. Wowor, P. dan Mewo, Y., 2015. Gambaran Indeks Massa Tubuh (IMT) Jamaah Mesjid Al- Fatah Malalayang. *Jurnal e-Biomedik*, 3(3), 794-797.
- Manongko, J., dan Rampo, J. 2016. Rancang Bangun Model Mesin Pengupas Kelapa Untuk Petani Kelapa di Desa Wiau Kabupaten Minahasa Tenggara Propinsi Sulawesi utara. *Jurnal UMJ*, 1-8.
- Megawati, E., Saputra, W. S., Attaqwa, Y., dan Fauzi, S. 2021. Edukasi Pengurangan Resiko Terjadinya Musculoskeletal Disorders (MSDs) Dini, Pada Penjahit Keliling Di Ngaliyan Semarang. *Jurnal Budimas*, 3(2), 453.
- Neeke, H., Antara, M., dan Laapo, A. 2015. Analisis Pendapatan dan Nilai Tambah Kelapa Menjadi Kopra di Desa Bolubung Kecamatan Bulagi Utara Kabupaten Banggai Kepulauan. *e-journal Agrotekbis*, 3(4), 532-542.
- Nursyam. 2013. Analisis Titik Pulang Pokok Virgin Coconut Oil Di Desa Ampibabo Kecamatan Ampibabo Kabupaten Marigi Mautong. E- Jurnal Agro Teknologi Bisnis, Vol. 1(4):384-390.
- Purbasari, A., Azista, M., dan Siboro, B. A. 2019. Analisis Postur Kerja Secara Ergonomi Pada Operator Pencetakan Pilar Yang Menimbulkan Risiko Muskuloskeletal. *Jurnal Sigma Teknika*, 2(2), 145-146.
- Rahdiana, N. 2017. Identifikasi Risiko Ergonomi Operator Mesin Potong Guillotine Dengan Metode Nordic Body Map (Studi Kasus Di PT.XZY). *Jurnal Industry Xplore*, 2(1), 4.
- Rosanti, E., Iqbal F, M., Andhika A. R, R. dan Arifah, A. D., 2020. Penilaian Postur Kerja Dan Prevalensi Msds Pada Tenaga Kerja Bagian Packing Pabrik Roti X Di Ponorogo. *Journal of Industrial Hygiene and Occupational Health*, 4(2), 22-31.
- Santoso, A., Anna, B., dan Purbasari, A. 2014. Perancangan Ulang Kursi Antropometri Untuk Menenuhi Standar Pengukuran. *Jurnal Program Studi Teknik Industri*, 2(2), 82.
- Sulaiman, F. dan Sari, Y. P., 2016. Analisis Postur Kerja Pekerja Proses Pengesahan Batu Akik Dengan Menggunakan Metode Reba. *Jurnal Teknovasi*, 3(1), 16-25.

- Wijaya, M. A., Siboro, B. A. H. dan Purbasari, A., 2016. Analisa Perbandingan Antropometri Bentuk Tubuh Mahasiswa Pekerja Galangan Kapal Dan Mahasiswa Pekerja Elektronika. *Profisiensi*, 4(2), 108-117.
- Winarno, F. G, 2014. Kelapa Pohon Kehidupan. Jakarta. PT Gramedia Pustaka Utama.
- Yuliarty, P. dan Soegiyanto, S., 2017. Analisis Tingkat Risiko Ergonomi Pada Poin Kerja Chassis And Tire Dengan Metode Rapid Entire Body Assessment (REBA) Di Departemen Assembly Frame Pt. X (Industri Perakitan Mobil). *Seminar Nasional Sains dan Teknologi*, 1(2), 1-11.