

SKRIPSI

**ANALISA POSTUR KERJA DENGAN MENGGUNAKAN
METODE *RAPID ENTIRE BODY ASSESSMENT* (REBA) PADA
PROSES PENGEPRESAN ADONAN ROTI
DI RUMAH PRODUKSI *BAKERY Z2* DESA SP3
KECAMATAN AIR KUMBANG KABUPATEN BANYUASIN**

***WORKING POSTURE ANALYSIS WITH RAPID ENTIRE BODY
ASSESSMENT (REBA) METHOD ON BREAD DOUGH
PRESSING AT BAKERY Z2 HOME INDUSTRY SP 3 VILLAGE
AIR KUMBANG DISTRICT BANYUASIN REGENCY***



**Muhammad Gilang Andrala
05021381823069**

**PROGRAM STUDI TEKNIK PERTANIAN
JURUSAN TEKNOLOGI PERTANIAN
FAKULTAS PERTANIAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2022**

SUMMARY

MUHAMMAD GILANG ANDRALA. *Working Posture Analysis With Rapid Entire Body Assessment (REBA) Method On Bread Dough Pressing At Bakery Z2 Home Industry Sp 3 Village Air Kumbang District Banyuasin Regency (Supervised by FARRY APRILIANO HASKARI).*

The purpose of this study is to analyze body posture when pressing bread dough and work risk based on scores using the Rapid Entire Body Assessment (REBA) method as well as to determine the effect of temperature and humidity in the worker's room. The Rapid Entire Body Assessment (REBA) method is a method used to analyze body postures such as the neck, back, upper arms, forearms, legs, and wrists. This study also carried out measurements of Body Mass Index (BMI) which was applied to determine the nutritional condition of the workers, as well as anthropometric measurements to determine the body dimensions of the workers. The Nordic Body Map table is used to find out the pain complaints of the workers where between the two workers many have complaints of pain in the same body part but there is a level of difference between workers 1 and 2 in the back and waist where worker 2 has a higher level of pain. From the results of the study, worker 1 had a lower REBA score than worker 2, namely worker 1 had a REBA score of 6 and worker 2 had a REBA score of 9. The results of measuring temperature and humidity in the worker's room have met the health requirements in the workspace.

Keywords: *Rapid Entire Body Assessment, Bread Dough Pressing, Nordic Body Map, Anthropometry, IMT, Temperature and Humidity*

RINGKASAN

MUHAMMAD GILANG ANDRALA. Analisa Postur Kerja Dengan Menggunakan Metode *Rapid Entire Body Assessment* (REBA) Pada Proses Pengepresan Adonan Roti Di Rumah Produksi *Bakery Z2* Desa Sp3 Kecamatan Air Kumbang Kabupaten Banyuwasin (Dibimbing oleh **FARRY APRILIANO HASKARI**)

Tujuan dari penelitian ini yaitu menganalisa postur tubuh pada saat melakukan pengepresan adonan roti dan resiko kerja berdasarkan skor dengan menggunakan metode *Rapid Entire Body Assessment* (REBA) serta juga mengetahui dan pengaruh suhu serta kelembaban di ruangan pekerja. Metode *Rapid Entire Body Assessment* (REBA) adalah metode yang digunakan untuk menganalisa postur tubuh seperti dibagian leher, punggung, lengan atas, lengan bawah, kaki, dan juga pergelangan tangan. Penelitian ini juga melakukan pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) yang diaplikasikan untuk mengetahui kondisi gizi dari para pekerja, serta juga melakukan pengukuran antropometri untuk mengetahui dimensi tubuh dari para pekerja. Tabel *Nordic Body Map* yang digunakan untuk mengetahui keluhan rasa sakit para pekerja dimana diantara kedua pekerja tersebut banyak memiliki keluhan rasa sakit pada bagian tubuh yang sama tetapi ada tingkat perbedaan antara pekerja 1 dan 2 dibagian punggung serta pinggang dimana pekerja 2 memiliki tingkat sakit yang lebih tinggi. Dari hasil penelitian pekerja 1 memiliki skor REBA yang lebih rendah dibandingkan pekerja 2 yaitu pekerja 1 memiliki skor REBA 6 dan pekerja 2 memiliki skor REBA 9. Hasil dari pengukuran suhu dan juga kelembaban di ruang pekerja ini sudah memenuhi syarat kesehatan di lingkup ruangan kerja.

Kata Kunci: *Rapid Entire Body Assessment*, Pengepresan Adonan Roti, *Nordic Body Map*, Antropometri, IMT, Suhu dan Kelembaban

SKRIPSI

ANALISA POSTUR KERJA DENGAN MENGGUNAKAN METODE *RAPID ENTIRE BODY ASSESSMENT* (REBA) PADA PROSES PENGEPRESAN ADONAN ROTI DI RUMAH PRODUKSI *BAKERY Z2* DESA SP3 KECAMATAN AIR KUMBANG KABUPATEN BANYUASIN

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



Muhammad Gilang Andrala
05021381823069

**PROGRAM STUDI TEKNIK PERTANIAN
JURUSAN TEKNOLOGI PERTANIAN
FAKULTAS PERTANIAN
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2022**

LEMBAR PENGESAHAN

ANALISA POSTUR KERJA DENGAN MENGGUNAKAN METODE *RAPID ENTIRE BODY ASSESSMENT* (REBA) PADA PROSES PENGEPRESAN ADONAN ROTI DI RUMAH PRODUKSI *BAKERY Z2* DESA SP3 KECAMATAN AIR KUMBANG KABUPATEN BANYUASIN

SKRIPSI

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

Oleh :

Muhammad Gilang Andrala
050213818233069

Palembang, November 2022

Menyetujui :

Pembimbing



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

Mengetahui,

Mengetahui,

Dekan Fakultas Pertanian



Dr. H. A. Muslim, M. Agr
NIP. 196412291990011001

Skripsi dengan judul "Analisa Postur Kerja Dengan Menggunakan Metode *Rapid Entire Body Assessment* (REBA) Pada Proses Pengepresan Adonan Roti Di Rumah Produksi *Bakery Z2* Desa Sp 3 Kecamatan Air Kumbang Kabupaten Banyuasin" oleh Muhammad Gilang Andrala telah dipertahankan komisi pengujian Skripsi Fakultas Pertanian Universitas Sriwijaya pada tanggal November 2022 dan telah diperbaiki sesuai saran dan masukan dari tim pengujian.

Komisi Pengujian

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

Pembimbing (.....)

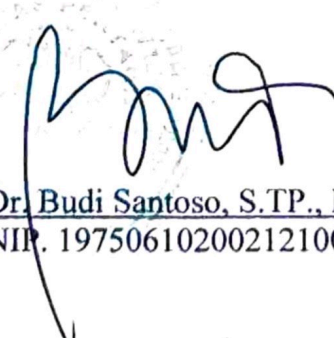



2. Ir. Endo Argo Kuncoro, M.Agr.
NIP. 196107051989031006


Pengujian (.....)

Indralaya, November 2022

Mengetahui,
Ketua Jurusan
Teknologi Pertanian


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

Koordinator Program Studi
Teknik Pertanian


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

PERNYATAAN INTEGRITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Muhammad Gilang Andrala

NIM : 05021381823069

Judul : Analisa Postur Kerja Dengan Menggunakan Metode *Rapid Entire Body Assessment* (REBA) Pada Proses Pengepresan Adonan Roti Di Rumah Produksi *Bakery Z2* Desa Sp3 Kecamatan Air Kumbang 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 kemudian 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, November 2022



Muhammad Gilang Andrala

RIWAYAT HIDUP

Penulis memiliki nama lengkap Muhammad Gilang Andrala. Penulis dilahirkan di kota Palembang pada tanggal 26 juni 2000 dan merupakan anak pertama dari tiga bersaudara dari pasangan Bapak Iramli Udin dan Ibu Eli Sumiyati.

Riwayat pendidikan penulis yaitu penulis pernah menempuh pendidikan di Sekolah Dasar SD Negeri 11 Air Kumbang Kabupaten Banyuasin, Sekolah Menengah Pertama di SMP Negeri 01 Air Kumbang Kabupaten Banyuasin, dan Sekolah Menengah Atas di SMA Puspita Air kumbang Kabupaten Banyuasin dengan jurusan Ilmu Pengetahuan Alam (IPA) dan lulus pada tahun 2018. Sekarang penulis sedang melanjutkan pendidikan S1 di Universitas Sriwijaya, Fakultas Pertanian sebagai mahasiswa aktif Jurusan Teknologi Pertanian, Program Studi Teknik Pertanian.

Penulis juga mengikuti beberapa kegiatan dan organisasi selama perkuliahan di Jurusan Teknologi Pertanian seperti seminar yang dari luar Fakultas Pertanian dan Dari Fakultas Pertanian, penulis juga menjadi asisten dosen pada mata kuliah pengantar teknologi pertanian dan bangunan pertanian. Penulis juga mengikuti organisasi Badan Eksekutif Mahasiswa (BEM) sebagai kepala dinas Aspirasi Mahasiswa Palembang (ASMAPAL) tahun 2019/2020. Penulis sangat berharap dapat menyelesaikan studi S1 dengan cepat juga baik dan mendapatkan pekerjaan yang terbaik.

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa karena dengan rahmat, karunia, serta taufik dan hidayah nya penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian yang berjudul “Tinjauan Analisa Postur Kerja Dengan Menggunakan Metode *Rapid Entire Body Assessment* (REBA) Pada Proses Pengepresan Adonan Roti Di Rumah Produksi *Bakery Z2* Desa Sp3 Kecamatan Air Kumbang Kabupaten Banyuasin” dengan sebatas pengetahuan dan kemampuan yang dimiliki oleh penulis, dan juga penulis sangat berterima kasih kepada Bapak Farry Apriliano Haskari, S.TP., M.Si. Yang telah membimbing saya dalam pembuatan skripsi penelitian sehingga dapat menyelesaikannya dan semoga penulis lebih banyak mendapatkan ilmu pengetahuan ke depannya.

Penulis juga mengucapkan terimakasih kepada kedua orang tua dan keluarga yang selalu memberikan semangat serta dukungan nya kepada saya, dan saya juga mengucapkan terimakasih ke semua pihak yang telah berjasa dalam penulis skripsi saya.

Semoga skripsi ini dapat dipahami bagi pembaca. Sekiranya 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, November 2022

Muhammad Gilang Andrala

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji dan syukur kepada Allah SWT yang telah memberikan ridho dan rahmat-Nya serta kepada Nabi Muhammad SAW yang telah senantiasa mencintai umat-Nya. Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Allah SWT atas rahmat dan karunianya sehingga penulis diberikan nikmat jasmani serta rohani, kekuatan, kelancaran dan kemudahan dalam menjalankan dan menyelesaikan skripsi ini.
2. Kedua orang tua yang saya sayangi, Bapak Iramli Udin dan Eli Sumiyati yang telah mendidik, memberikan semangat, memotivasi, mendukung, dan selalu mendoakan saya. Semoga selalu dilindungi sama Allah SWT, diberikan kesehatan dan selalu diberkahi.
3. Yth. Bapak Dr. Ir. Ahmad Muslim, M.Agr, Dekan Fakultas Pertanian Universitas Sriwijaya.
4. Yth. Ketua Jurusan Teknologi Pertanian Bapak Dr. Budi Santoso, S.TP.,M.Si.
5. Yth. Sekretaris Jurusan Teknologi Pertanian Ibu Dr. Hilda Agustina, S.TP., M.Si.
6. Yth. Koordinator Program Studi Teknik Pertanian Ibu Dr. Puspitahati, S.TP., M.P.
7. Bapak Farry Apriliano Haskari, S.TP., M.Si. sebagai Dosen Pembimbing Akademik dan Dosen Pembimbing skripsi penulis yang telah banyak memberikan arahan, bimbingan, nasehat, motivasi, dan selalu sabar dalam membimbing penulis. Semoga Allah SWT selalu memberikan kesehatan dan melimpahkan rahmat kepada beliau.
8. Bapak Ir. Endo Argo Kuncoro M.Agr. selaku penguji skripsi yang telah memberikan saran dan arahan kepada penulis.
9. Bapak dan Ibu dosen Teknologi Pertanian yang telah memberikan ilmu serta bimbingan kepada penulis.
10. Staf admin jurusan Teknologi Pertanian Indralaya (kak Jhon dan mbak Desi) dan staf admin Fakultas Pertanian Palembang (Mbak Siska dan Mbak Nike) atas semua bantuan dan informasi yang telah diberikan kepada penulis.

11. Terimakasih kepada wakning saya Duarsyah Edo yang telah memberikan saya tempat tinggal selama kuliah dan ilmu-ilmu yang bisa saya pelajari.
12. Terimakasih kepada sepupu saya Dimas, Ronal, Dedek, Jerry dan adik saya Fernando yang telah banyak membantu dan telah meberikan support kepada penulis.
13. Terimakasih kepada teman-teman satu daerah saya Dandi, Billy, dan Edo yang telah banyak membantu dan mendukung penulis.
14. Kepada teman-teman seperjuangan Milta, Ikhsan, dan Yohanda yang telah banyak membantu, memberikan saran dan saling memberikan semangat sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi.
15. Terima kasih kepada teman-teman satu kelas Teknik Pertanian 2018 kampus Palembang yang telah berkontribusi memberikan semangat kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi.
16. Serta semua pihak yang telah banyak berjasa dalam kelancaran skripsi ini yang tidak dapat saya sebutkan semuanya.

DAFTAR ISI

	Halaman
PERNYATAAN INTEGRITAS	i
RIWAYAT HIDUP	ii
KATA PENGANTAR	iii
UCAPAN TERIMA KASIH	iv
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB 1. PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang	1
1.2. Tujuan... ..	2
BAB 2. TINJAUAN PUSTAKA	3
2.1. Ergonomi.....	3
2.2. Antropometri	4
2.3. Indeks Massa Tubuh (IMT)	4
2.4. Postur Kerja.....	5
2.5. <i>Nordic Body Map</i>	6
2.6. <i>Musculoskeletal Disorders</i>	7
2.6.1. Faktor Penyebab <i>Musculoskeletal Disorders</i>	8
2.7. <i>Rapid Entire Body Assessment (REBA)</i>	8
2.8. Perhitungan Pada Metode Rapid Entire Assessment	12
2.9. Rumah Produksi Roti	15
2.10. Suhu dan Kelembaban.....	16

BAB 3. PELAKSANAAN PENELITIAN	18
3.1. Waktu dan Tempat Pelaksanaan	18
3.2. Alat dan Bahan.....	18
3.3. Metode Penelitian.....	18
3.4. Prosedur Penelitian.....	18
3.4.1. Peninjauan Lokasi Penelitian	18
3.4.2 Pengukuran Antropometri Tubuh	19
3.4.3 Pengukuran Massa Indeks Tubuh (IMT)	19
3.4.4. Pengumpulan data <i>Nordic Body Map</i> (NBM).....	19
3.4.5. Melakukan Wawancara Terkait Psikologis Para Pekerja.....	19
3.4.6. Penerapan Metode <i>Rapid Entire Body Assessment</i> (REBA)	19
3.4.7. Parameter Penilaian Postur Tubuh Grup A.....	20
3.4.7.1. Batang Tubuh (<i>Trunk</i>).....	20
3.4.7.2. Leher (<i>Neck</i>).....	21
3.4.7.3. Kaki (<i>Legs</i>).....	21
3.4.7.4. Beban (<i>Load</i>).....	21
3.4.8. Parameter Penilaian Postur Tubuh Grup B	21
3.4.8.1. Lengan Atas (<i>Upper Arms</i>)	22
3.4.8.2. Lengan Bawah (<i>Lower Arms</i>)	22
3.4.8.3. Pergelangan Tangan (<i>Wrist</i>).....	22
3.4.8.4. Genggaman (<i>Coupling</i>).....	23
3.4.8.5. Aktivitas (<i>activity</i>).....	23
3.4.9. Mengukur Suhu dan Kelembaban	23
3.5. Level Akhir Dari Skor REBA	24
BAB 4. HASIL DAN PEMBAHASAN	25
4.1. Observasi Penelitian.....	25

4.2. Metode Indeks Massa Tubuh	26
4.2.1. Indeks Massa Tubuh Pekerja Pengepresan Adonan roti	26
4.3. Antropometri Pekerja Pengepresan Adonan Roti	27
4.4. <i>Nordic Body Map</i>	28
4.5. Metode <i>Rapid Entire Body Assessment</i>	31
4.5.1. Postur Pekerja 1 Pengepresan Adonan Roti.....	31
4.5.2. Postur Pekerja 2 Pengepresan Adonan Roti.....	32
4.6. Rekapitulasi Skor <i>Rapid Entire Body Assessment</i>	34
4.7. Suhu dan Kelembaban Tempat Kerja	34
4.7.1. Perhitungan Suhu dan Kelembaban Ruangn Pekerja 1	35
4.7.2. Perhitungan Suhu dan Kelembaban Ruangn Pekerja 2	36
4.8. Usulan Perbaikan	37
BAB 5. KESIMPULAN DAN SARAN	39
5.1. Kesimpulan	39
5.2. Saran	39
DAFTAR PUSTAKA	40
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Keadaan leher	9
Gambar 2.2 Keadaan Punggung	10
Gambar 2.3 Keadaan Kaki	10
Gambar 2.4 Keadaan Lengan Atas.....	11
Gambar 2.5 Keadaan Lengan Bawah.....	11
Gambar 2.6 Keadaan Pergelangan Tangan	11
Gambar 2.7 Rumah Produksi Roti <i>Bakery Z2</i>	16

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Tabel Kuesioner <i>Nordic Body Map</i>	7
Tabel 2.2 Tabel Perhitungan Bagian A	12
Tabel 2.3 Tabel Perhitungan Beban	12
Tabel 2.4 Tabel Perhitungan Bagian B	13
Tabel 2.5 Genggaman/Kopling	13
Tabel 2.6 Tabel Perhitungan Bagian C	14
Tabel 2.7 Skor Aktivitas	14
Tabel 2.8 Hasil Perhitungan REBA	15
Tabel 3.1 Klasifikasi Indeks Massa Tubuh (IMT)	19
Tabel 3.2 Level Akhir Dari Skor REBA	24
Tabel 4.1 Karakteristik Fisik Pekerja	26
Tabel 4.2 Hasil Perhitungan IMT Pekerja Pengepresan Adonan Roti	26
Tabel 4.3 Antropometri Tubuh Pekerja Pengepresan Adonan Roti 1	27
Tabel 4.4 Antropometri Tubuh Pekerja Pengepresan Adonan Roti 2	28
Tabel 4.5 Data Hasil Kuesioner <i>Nordic Body Map</i> Pekerja 1	29
Tabel 4.6 Data Hasil Kuesioner <i>Nordic Body Map</i> Pekerja 2	30
Tabel 4.9 Rekapitulasi Skor REBA	34
Tabel 4.10 Tingkat Tindakan Skor REBA	34
Tabel 4.11 Rata-Rata Suhu Ruangan Pekerja 1	35
Tabel 4.12 Rata-Rata Kelembaban Ruangan Pekerja 1	35
Tabel 4.13 Rata-Rata Suhu Ruangan Pekerja 2	36
Tabel 4.14 Rata-Rata Kelembaban Ruangan Pekerja 2	36
Tabel 4.15 Rata-Rata Rekapitulasi Suhu dan Kelembaban Pekerja 1 dan 2..	37

Tabel 4.17 Saran Perbaikan.....	38
---------------------------------	----

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1. Tabel 4.8	43
Lampiran 2. Tabel 4.9	44
Lampiran 3. Diagram Alir Rencana Penelitian	45
Lampiran 4. Antropometri Tubuh	46
Lampiran 5. <i>Rapid Entire Body Assessment Worksheet</i>	46
Lampiran 6. Kuesioner Terkait Psikologi Pekerja	47
Lampiran 7. Hasil Kuesioner Terkait Psikologi Pekerja.....	47
Lampiran 8. Gambar	48

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Ergonomi adalah suatu ilmu yang memperhatikan interaksi manusia di suatu lingkup kerja seperti alat, lingkungan, dan cara kerja. Adapun cara yang bisa dilakukan untuk mengurangi atau memperkecil potensi akan terjadinya bahaya serta risiko dalam bekerja yang bisa mempengaruhi produktivitas pekerja, bisa dilakukan dengan lebih memperhatikan serta menciptakan lingkungan, alat, serta cara kerja yang aman dan juga sehat (Yuliarty dan Soegiyanto, 2017).

Rumah Produksi Roti *bakery* Z2 ini berlokasi di Desa SP3 Kecamatan Air Kumbang Kabupaten Banyuasin yang berfokus pada pembuatan roti, dimana di dalam proses pengolahan sudah menggunakan alat akan tetapi ada juga yang masih dilakukan secara manual, seperti pada proses pengepresan adonan roti yang menggunakan alat akan tetapi masih membutuhkan tenaga manusia untuk melakukan proses pengepresan, dimana dalam proses pengepresan adonan roti ini dilakukan oleh dua orang pekerja secara bergantian dalam kurun waktu yang cukup lama yaitu 2 jam lebih dalam tahap pengolahannya, dalam sehari ke dua pekerja melakukan proses pengepresan adonan dengan bahan sebanyak 90 kg, dalam sekali proses pengepresannya ini dilakukan dengan bahan adonan seberat 5 kg dalam posisi yang berdiri serta bentuk tubuh yang membungkuk 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 bisa 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 bisa menimbulkan keluhan *musculoskeletal disorders* (Rosanti *et al.*, 2020).

Musculoskeletal disorders merupakan keluhan yang terjadi dibagian otot skeletal yang bisa dirasakan oleh seorang pekerja berupa keluhan yang ringan serta

dengan keluhan yang terasa sakit. Pada saat melakukan suatu pekerjaan yang ototnya sering menerima beban statis yang terjadi secara berulang-ulang serta dalam waktu yang lama maka bisa menyebabkan keluhan seperti kerusakan pada ligamen, sendi, dan juga tendon. Dengan posisi tubuh yang tidak ergonomis seperti posisi tubuh yang selalu berdiri, dan juga membungkuk dalam waktu yang lama ini bisa menimbulkan ketidaknyamanan serta bisa merasakan nyeri pada beberapa anggota tubuh (Anthony, 2020).

Rapid Entire Body Assessment (REBA) merupakan suatu metode yang telah dikembangkan di dalam bidang ergonomi serta juga bisa 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 kopling atau 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).

Dalam lingkungan kerja ada beberapa faktor yang perlu diperhatikan seperti kelembaban, sirkulasi udara, dan suhu lingkungan kerja, karena dapat mempengaruhi kondisi pekerja tersebut dalam melakukan pekerjaannya, apabila suhu dalam ruangan kerja terlalu panas ini dapat menyebabkan dampak psikologis terhadap pekerja seperti stres, rasa lelah yang berkepanjangan, dan dehidrasi (Lukas *et al.*, 2018).

1.2. Tujuan

Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisa postur tubuh pada saat melakukan pengepresan adonan roti dan risiko kerja berdasarkan skor dengan menggunakan metode *Rapid Entire Body Assessment* (REBA) serta juga mengetahui dan pengaruh suhu serta kelembaban di ruangan pekerja.

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, M. C., Nurwantoro, dan Abduh, S. B. M., 2017. Sifat Fisikokimia Roti Yang Dibuat Dengan Bahan Dasar Tepung Terigu Yang Ditambah Berbagai Jenis Gula. *Jurnal Aplikasi Teknologi Pangan*, 6(1), 52-56.
- Anggraini, D. A. dan Bati, N. C., 2016. Analisa Postur Kerja Dengan Nordic Body Map & Reba Pada Teknisi Painting Di Pt. Jakarta Teknologi Utama Motor Pekanbaru. *Jurnal Photon*, 7(1), 87-97.
- Anthony, M. B., 2020. Analisis Postur Pekerja Pengelasan Di CV. XYZ Dengan Metode Rapid Entire Body Assessment (REBA). *Jurnal Ilmiah Teknik dan Manajemen Industri Universitas Kadiri*, 3(2), 128-139.
- Dewi, N. F., 2020. Identifikasi Risiko Ergonomi Dengan Metode Nordic Body Map Terhadap Perawat Poli Rs X. *Jurnal Sosial Humaniora Terapan*, 2(2), 125-134.
- 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.
- Hignett, S., dan McAtamney, L. 2000. Rapid Entire Body Assessment (REBA). *Applied Ergonomics* 31. 201-205.
- Himawan, R. 2020. Analisa Penilaian Postur Kerja Berdasarkan Metode Quick Exposure Checklist (QEC) Pada Operator Mesin Milling. Skripsi. Universitas Islam Indonesia.
- Hutabarat, Y., 2017. *Dasar-Dasar Pengetahuan Agronomi*. Malang: Media Nusa Creative.
- Kristanto, A. dan Manopo, R., 2010. Perancangan Ulang Fasilitas Kerja Pada Stasiun Cutting Yang Ergonomis Guna Memperbaiki Posisi Kerja Operator Sebagai Upaya Peningkatan Produktivitas Kerja. *Jurnal Informatika*, 4(2), 467-479.
- 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.
- Laksana, A. J. dan Srisantyorini, T., 2020. Analisis Risiko Musculoskeletal Disorders (MSDs) pada Operator Pengelasan (Welding) Bagian Manufaktur di PT X Tahun 2019. *Jurnal Kajian dan Pengembangan Kesehatan Masyarakat*, 1(1), 64-73.
- 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.
- Lestary, L. dan Harmon, 2017. Pengaruh Lingkungan Kerja Terhadap Kinerja Karyawan. *Jurnal Riset Bisnis & Investasi*, 3(2), 94-103.
- Lukas, L., Suoth, L. F. dan Wowor, R., 2018. Hubungan Antara Suhu Lingkungan Kerja Dan Jam Kerja Dengan Stres Kerja di PT. Adhi Karya (PERSERO) TBK Unit Manado Proyek Universitas SAM Ratulangi. *Jurnal KESMAS*, 7(4), 1-9.
- Mayasari, D. dan Saftarina, F., 2016. Ergonomi Sebagai Upaya Pencegahan Musculoskeletal Disorders Pada Pekerja. *JK Unila*, 1(2), 369-379.
- Rezalti, D. T. dan Susetyo, A. E., 2020. Kadar Suhu Dan Kelembaban Di Ruang Produksi Wedang Uwuh Universitas Sarjanawiyata Tamansiswa. *IEJST (Industrial Engineering Journal of The University of Sarjanawiyata Tamansiswa)*, 4(2), 70-78.
- 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 Memenuhi Standar Pengukuran. *Profisiensi*, 2(2), 81-91.
- 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.
- Supriyanto. 2011. Perancangan Postur Kerja Pada Pekerja Bagian Pencucian Dan Penggilingan Kedelai Dengan Pendekatan Rapid Entire Body Assessment (REBA) Untuk Mengurangi Resiko Musculoskeletal Disorders (MSDS). Skripsi. Universitas Sebelas Maret Surakarta.
- Supu, I., Usman, B., Basri, S. dan Sunarmi, 2016. Pengaruh Suhu Terhadap Perpindahan Panas Pada Material Yang Berbeda. *Jurnal Dinamika*, 07(01), 62-73.

- Tarwaka, Bakri, S. H. dan Sudiajeng, L. 2004. *Ergonomi Untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Produktivitas*. Surakarta : UNIBA PRESS.
- 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.
- 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.