

LAPORAN KERJA PRAKTEK
ANALISIS POSTUR KERJA KARYAWAN
DENGAN METODE *RAPID OFFICE STRAIN*
ASSESMENT
(STUDI KASUS: CV. INNA JAYA ENGINEERING)



Disusun Oleh :

Nama : Amanda Dwi Rachmadanti

NIM : 220601060

PROGRAM STUDI TEKNIK INDUSTRI
FAKULTAS TEKNIK
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH GRESIK

2025

LEMBAR PERSETUJUAN
ANALISIS POSTUR KERJA KARYAWAN
DENGAN METODE *RAPID OFFICE STRAIN*
ASSESSMENT
(STUDI KASUS: CV. INNA JAYA ENGINEERING)

Disusun Oleh:

Nama : Amanda Dwi Rachmadanti

NIM : 220601060

Dengan Nilai :

Menyetujui,

Pembimbing di Perusahaan

Menyetujui,

Dosen Pembimbing


Andri Setiawan
Project Manager


Deny Andesta, S.T., M.T.
NIP. 197401112005011002

Mengetahui,

Ketua program studi




Akhmad Wasiur Rizqi, S.T., M.T.
NIP. 06111809221

LEMBAR PENGESAHAN

Telah dipertahankan di depan Dewan Penguji

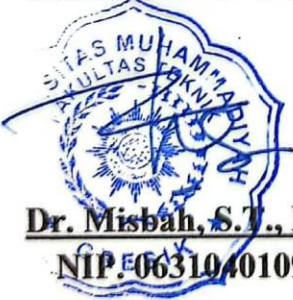
Pada Tanggal : 09 Juli 2025

Dengan Nilai :

Penguji,


Akhmad Wasiur Rizqi, S.T., M.T.
NIP. 06111809221

Mengetahui
Dekan Fakultas Teknik


Dr. Misbah, S.T., M.T
NIP. 06310401095

Mengetahui
Ketua Program Studi


Akhmad Wasiur Rizqi,
S.T., M.T.
NIP. 06111809221

PRAKATA

Segala puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas limpahan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan laporan Kerja Praktek yang berjudul “ANALISIS POSTUR KERJA KARYAWAN DENGAN METODE *RAPID OFFICE STRAIN ASSESMENT* (STUDI KASUS: CV. INNA JAYA ENGINEERING)” dengan lancar dan tepat waktu.

Penyusunan laporan ini merupakan bagian dari pemenuhan salah satu syarat kurikulum dalam menempuh Program Studi Teknik Industri, Fakultas Teknik, Universitas Muhammadiyah Gresik. Dalam proses penyusunan laporan ini, penulis banyak menerima bantuan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak yang sangat berarti. Oleh karena itu, pada kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar - besarnya kepada :

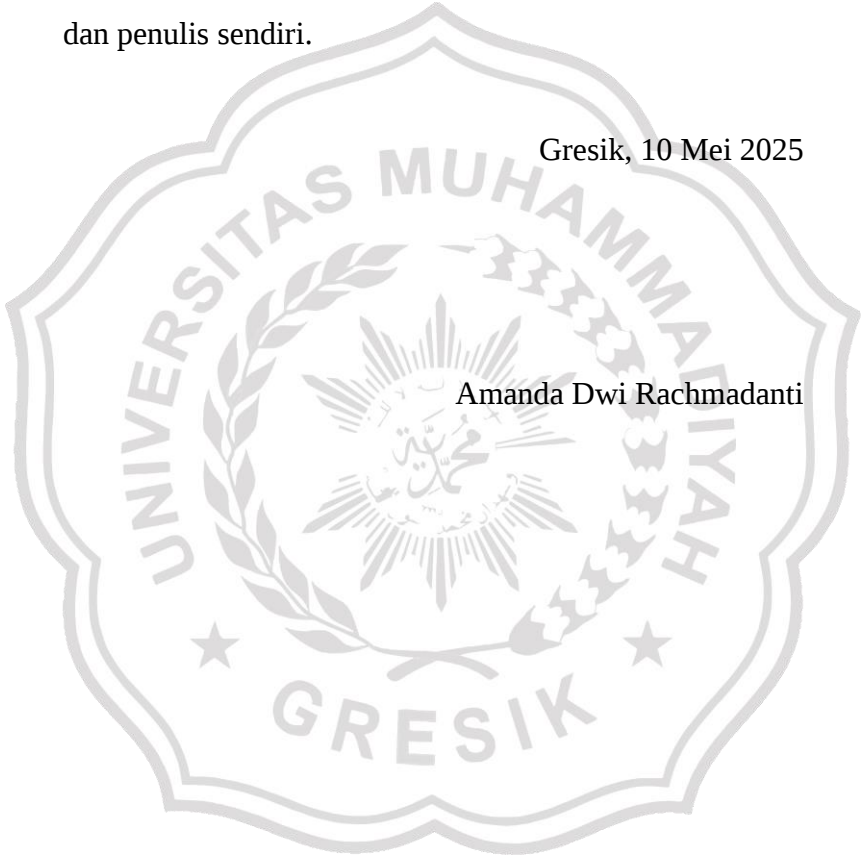
1. Tuhan yang maha esa.
2. Keluarga orang tua penulis serta keluarga yang selalu memberikan doa, semangat, serta dukungan dengan tulus ikhlas dan kasih sayang dalam menyelesaikan laporan ini.

3. Bapak Akhmad Wasiur Rizqi, S.T., M.T. selaku ketua Program Studi Teknik Industri Universitas Muhammadiyah Gresik.
4. Bapak Deny Andesta, S.T., M.T. selaku dosen pembimbing yang telah membimbing dan meluangkan waktu selama proses bimbingan.
5. Bapak Andri Setiawan selaku pembimbing lapangan di CV. Inna Jaya Engineering yang telah membimbing dan memberi dukungan.
6. Segenap karyawan CV. Inna Jaya Engineering yang telah memberikan arahan dan semangat selama kegiatan kerja praktek.
7. Teman-teman semua yang telah membantu dalam penyusunan dan pembuatan laporan.
8. Semua pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungan sehingga Laporan Kerja Praktek ini bisa tersusun sebagaimana mestinya.

Penulis menyadari bahwa laporan kerja praktek ini masih terdapat kekurangan dan belum sepenuhnya sempurna. Semoga nantinya kekurangan ini dapat diperbaiki agar laporan ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan penulis sendiri.

Gresik, 10 Mei 2025

Amanda Dwi Rachmadanti

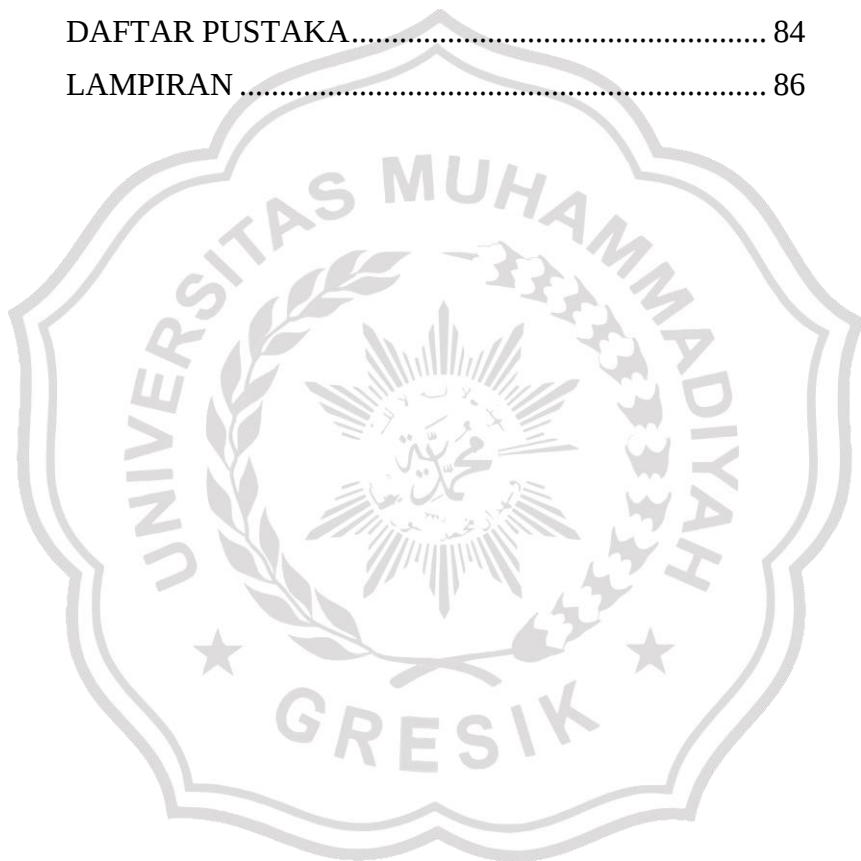


DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
PRAKATA	iv
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL	xi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Tujuan Kerja Praktek	1
1.2 Sistematika Penyusunan Laporan	3
BAB II GAMBARAN UMUM PERUSAHAAN	5
2.1 Sejarah Perusahaan	5
2.2 Struktur Organisasi	8
2.3 Visi dan Misi CV. Inna Jaya Engineering	8
2.3.1 Visi	8
2.3.2 Misi	9
2.4 Jasa Yang Diberikan Ke Perusahaan Mitra	9
BAB III TOPIK BAHASAN	11
3.1 Latar Belakang	11
3.2 Perumusan Masalah	14
3.3 Tujuan Penelitian	15
3.4 Manfaat Penelitian	16

3.5	Batasan Masalah	17
3.6	Asumsi-Asumsi.....	17
3.7	Skenario Penyelesaian	19
BAB IV TINJAUAN PUSTAKA		24
4.1	Ergonomi	24
4.1.1	Ergonomi Kantor	26
4.2	<i>Musculoskeletal Disorders (MSDS)</i>	31
4.3	<i>Cornell Musculoskeletal discomfort questionnaire (CDMQ)</i>	32
4.4	<i>Rapid Office Strain Assesment (ROSA)</i>	34
4.4.1	Konsep ROSA	37
4.5	Penelitian Terdahulu	53
BAB V PEMBAHASAN		59
5.1	Pengumpulan Data	59
5.2	Pengolahan Data	64
5.2.1	Pengolahan Data <i>Cornell Musculoskeletal discomfort questionnaire (CMDQ)</i>	64
5.2.2	Pengolahan Data <i>Rapid Office Strain Assesment (ROSA)</i>	66
5.2.3	Penentuan Skor Akhir Metode <i>Rapid Office Strain Assesment (ROSA)</i>	72
5.3	Analisis	73
5.3.1	Hasil Kuesioner <i>Cornell Musculoskeletal discomfort questionnaire (CMDQ)</i>	73
5.3.2	Hasil ROSA	75

5.4 Usulan Perbaikan	77
BAB VI PENUTUP	81
6.1 Kesimpulan	81
6.2 Saran	83
DAFTAR PUSTAKA	84
LAMPIRAN	86



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Struktur organisasi CV. Inna Jaya Engineering.....	8
Gambar 3. 1 Flowchart Penelitian	19
Gambar 4. 1 Kuesioner CMDQ.....	34
Gambar 4. 2 Panduan penilaian tinggi kursi	38
Gambar 4. 3 Panduan penilaian lebar dudukan kursi	39
Gambar 4. 4 Panduan penilaian sandaran lengan	40
Gambar 4. 5 Panduan penilaian sandaran punggung.....	42
Gambar 4. 6 Panduan penilaian penggunaan monitor & telephone.....	43
Gambar 4. 7 Panduan penilaian penggunaa mouse & keyboard	46
Gambar 5. 1 Postur Kerja Staff Admin 1	63
Gambar 5. 2 Postur Kerja Staff Admin 1	66
Gambar 5. 4 Ilustrasi penataan peralatan kerja yang disarankan.....	80
Gambar 5. 3 Ilustrasi tempat duduk yang disarankan ...	79

DAFTAR TABEL

Tabel 4. 1 Penilain ROSA bagian A.....	49
Tabel 4. 2 Penilain ROSA bagian B.....	50
Tabel 4. 3 Penilain ROSA bagian A.....	51
Tabel 4. 4 Penilain monitor & periferal.....	51
Tabel 4. 5 Penilain Skor Akhir ROSA	52
Tabel 5. 1 Data Karyawan Pada Bagian Operasional Office.....	61
Tabel 5. 2 Rekapitulasi pengisian kuisisioner CMDQ.....	65
Tabel 5. 3 Penilaian ROSA bagian A.....	66
Tabel 5. 4 Skor ROSA bagian A	68
Tabel 5. 5 Penilaian ROSA Bagian B	69
Tabel 5. 6 Skor ROSA bagian B	70
Tabel 5. 7 Penilaian ROSA bagian C	70
Tabel 5. 8 Skor ROSA bagian C	71
Tabel 5. 9 Skor monitor & periferal	72
Tabel 5. 10 Skor akhir ROSA.....	72
Tabel 5. 11 Nilai persentase CMDQ	74
Tabel 5. 12 Skor akhir rekapitulasi ROSA.....	75

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Dokumentasi Postur Tubuh Pekerja.....	86
Lampiran 2 Lembar Kuesioner Pekerja.....	88

