

## ABSTRAK

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh keluhan yang dialami pekerja Anandia Bakery, yaitu nyeri atau ngilu, kram, kesemutan dan mati rasa atau kaku serta postur kerja yang kurang ergonomis sehingga menimbulkan risiko muskuloskeletal pada pekerja. Tujuan penelitian mengetahui postur kerja yang menyebabkan terjadinya *musculoskeletal disorder* (MSDs) dengan menggunakan metode *Quick Exposure Check* (QEC). Serta menganalisis dan menilai postur kerja pada tubuh bagian atas pekerja yang menyebabkan keluhan *Musculoskeletal* dengan menggunakan metode *Novel Ergonomic Postural Assessment* (NERPA). Dan untuk mengetahui usulan perbaikan yang tepat untuk mengatasi permasalahan di Anandia Bakery. Jenis penelitian yaitu kuantitatif dengan jenis data yang diperlukan berupa data primer dari postur kerja para pekerja di Anandia Bakery. Hasil penelitian dengan metode QEC menunjukkan, stasiun pengadonan masuk ke level 3 yang mana memerlukan tindakan dalam waktu dekat. Sedangkan stasiun pengovenan, pengikisan roti, dan penyusunan roti ke dalam kardus masuk ke level tindakan 2, yang mana diperlukan investigasi lebih lanjut. Dan stasiun lainnya masuk dalam kategori aman yaitu: stasiun pengepresan adonan, pencetakan, dan pengemasan roti ke dalam plastik. Penilaian postur kerja dengan menggunakan metode NERPA yaitu: pada stasiun penyusunan ke kardus mempunyai skor akhir yang paling tinggi yaitu 7, maka diperlukan penelitian lebih lanjut dan tindakan sekarang. Sedangkan stasiun pengepresan adonan memiliki skor akhir 5 dengan penelitian lebih lanjut dan tindakan. Selanjutnya stasiun pengadonan, pengovenan, pengikisan roti, dan pengemasan ke plastik memiliki skor akhir 4 dengan penelitian lebih lanjut. Dan stasiun pencetakan memiliki skor akhir 3 serta perlu penelitian lebih lanjut.

Kata kunci: Postur Kerja, QEC, NERPA

## ***ABSTRACT***

The background of this research is the complaints experienced by Anandia Bakery workers, namely pain or aches, cramps, tingling and numbness or stiffness and work postures that are less ergonomic, causing musculoskeletal risks to workers. The aim of this research is to find out the work postures that cause musculoskeletal disorders (MSDs) by using the Quick Exposure Check (QEC) method. As well as analyzing and assessing work posture in the upper body of workers which causes Musculoskeletal complaints using the Novel Ergonomic Postural Assessment (NERPA) method. And to find out the right improvement proposals to overcome problems at Anandia Bakery. This type of research is quantitative with the type of data needed in the form of primary data from the work posture of workers at Anandia Bakery. The results of research using the QEC method show that the kneading station has entered level 3 which requires action in the near future. While the oven station, bread scraping, and packing bread into cartons enter the action level 2, which requires further investigation. And other stations are included in the safe category, namely: dough pressing stations, printing, and packaging of bread into plastic. Assessment of work posture using the NERPA method, namely: the cardboard packing station has the highest final score of 7, so further research and action are needed now. While the dough pressing station has a final score of 5 with further research and action. Furthermore, the station for kneading, baking, scraping bread, and packing into plastic has a final score of 4 with further research. And the printing station has a final score of 3 and needs further research.

Keywords: Work Posture, QEC, NERPA