

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	iv
PERUNTUKAN.....	v
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	5
1.4 Batasan Masalah.....	5
1.5 Sistematika Penulisan.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
2.1 Ergonomi.....	7
2.2 Nordic Body Map.....	7
2.3 Beban Kerja.....	13
2.3.1 Faktor – faktor yang Mempengaruhi Beban Kerja.....	13
2.3.2 Penilaian Beban Kerja Fisik	14
2.3.3 Total Metabolisme.....	17
2.4 Periode Istirahat	18
2.4.1 Pengaruh Waktu Kerja dan Waktu Istirahat.....	18
2.4.2 Penentuan Waktu Istirahat dengan Menggunakan Kapasitas Kerja Fisik dan <i>Fatigue</i> Seluruh Tubuh	19
2.4.3 Penentuan Waktu Istirahat Berdasarkan Faktor Kelonggaran	19
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	21
BAB IV PENGUMPULAN DAN PENGOLAHAN DATA.....	25
4.1 Pengumpulan Data	25
4.1.1 Gambaran Umum Perusahaan.....	25

4.1.2	Proses Produksi PT. Syansyu Precision Indonesia.....	26
4.1.3	Pengumpulan Data Kuesioner <i>Nordic Body Map</i>	31
4.1.4	Pengumpulan Data Denyut Nadi Operator.....	34
4.2	Faktor Kelonggaran yang Diberikan Perusahaan Saat Ini.	35
4.3	Pengolahan Data.....	36
4.3.1	Nordic Body Map.....	36
4.3.2	Penilaian Beban Kerja dengan Metode Tidak Langsung	38
4.3.3	Penilaian Beban Kerja dengan Metode Langsung	45
4.3.4	Penentuan Waktu Istirahat dengan Menggunakan Kapasitas Kerja Fisik dan <i>Fatigue</i> seluruh tubuh	48
4.3.5	Penentuan waktu Istirahat Berdasarkan Faktor Kelonggaran	49
BAB V	ANALISIS	51
5.1	Analisis Keluhan Berdasarkan Kuesioner Nordic Body Map.....	51
5.2	Analisis Penilaian Beban Kerja Fisik.....	51
5.3	Perancangan Waktu Istirahat yang Optimal.....	53
5.4	Analisis Keterkaitan Hasil Penelitian dengan Ayat Al-Quran.....	56
BAB VI	KESIMPULAN	57
6.1	Kesimpulan	57
6.2	Saran.....	58
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN	61