

LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuisisioner Pembobotan NASA-TLX

| Nama | | | |
|---------------|-------|--|-------|
| Jenis Kelamin | | | |
| Usia | | | |
| No | Aspek | Pertanyaan | Skala |
| 1 | MD | Seberapa tinggi aktivitas mental dan persepsi yang diperlukan (berpikir, mengambil keputusan, menghitung, menghafal, memperhatikan dll). Apakah tugas itu sederhana atau kompleks dan apakah diperlukannya suatu yang presisi? | |
| 2 | PD | Berapa banyak aktivitas fisik yang diperlukan. Apakah pekerjaan itu mudah atau sulit, gerakan yang dibutuhkan cepat atau lambat, Lelah atau tidak? | |
| 3 | TD | Berapa banyak waktu yang diberikan untuk menyelesaikan suatu tugas. Apakah anda perlu berlari cepat atau berlari lambat? | |
| 4 | OP | Seberapa baik anda melakukan apa yang telah diperintahkan atasan anda? (anda memiliki tujuan anda sendiri). Apakah anda puas dengan apa yang anda lakukan? | |
| 5 | EF | Seberapa keras (secara fisik dan mental) anda harus bekerja untuk mencapai Tingkat kinerja anda saat ini? | |
| 6 | FR | Seberapa tinggi tingkat kurangnya semangat, kecemasan, atau stress dibandingkan dengan rasa aman dan nyaman saat bekerja? | |

Lampiran 2 Kuisisioner 30 Item Indikator Kelelahan Kerja

| Nama | | | | | |
|---|---|----------------|----------|----------|----------|
| Jenis Kelamin | | | | | |
| Usia | | | | | |
| No | Daftar Pertanyaan | Skoring | | | |
| | | 1 | 2 | 3 | 4 |
| 1 | Apakah saudara ada perasaan berat di kepala? | | | | |
| 2 | Apakah saudara merasa Lelah pada seluruh badan? | | | | |
| 3 | Apakah saudara merasa berat di kaki? | | | | |
| 4 | Apakah saudara sering menguap saat bekerja? | | | | |
| 5 | Apakah pikiran saudara kacau saat bekerja? | | | | |
| 6 | Apakah saudara merasa mengantuk? | | | | |
| 7 | Apakah saudara merasa ada beban pada bagian mata? | | | | |
| 8 | Apakah gerakan saudara terasa canggung dan kaku? | | | | |
| 9 | Apakah saudara merasa pada saat berdiri tidak stabil? | | | | |
| 10 | Apakah saudara merasa ingin berbaring? | | | | |
| 11 | Apakah saudara merasa susah berfikir? | | | | |
| 12 | Apakah saudara merasa malas untuk berbicara? | | | | |
| 13 | Apakah saudara merasa gugup? | | | | |
| 14 | Apakah saudara merasa tidak dapat berkonsentrasi? | | | | |
| 15 | Apakah saudara merasa sulit memusatkan perhatian? | | | | |
| 16 | Apakah saudara merasa sulit melupakan sesuatu? | | | | |
| 17 | Apakah saudara merasa kepercayaan diri berkurang? | | | | |
| 18 | Apakah saudara merasa cemas? | | | | |
| 19 | Apakah saudara merasa sulit untuk mengontrol sikap? | | | | |
| 20 | Apakah saudara merasa tidak tekun dalam bekerja? | | | | |
| 21 | Apakah saudara merasakan sakit di bagian kepala? | | | | |
| 22 | Apakah saudara merasakan kaku di bagian bahu? | | | | |
| 23 | Apakah saudara merasakan nyeri di bagian punggung? | | | | |
| 24 | Apakah saudara merasakan sesak nafas? | | | | |
| 25 | Apakah saudara merasa haus? | | | | |
| 26 | Apakah suara saudara terasa serak? | | | | |
| 27 | Apakah saudara merasa pening? | | | | |
| 28 | Apakah saudara merasa ada yang mengganjal di mata? | | | | |
| 29 | Apakah anggota badan saudara terasa gemetar? | | | | |
| 30 | Apakah saudara merasa kurang sehat | | | | |
| Jumlah Skor pada kolom 1,2,3 dan 4 | | | | | |
| Total Skor Stress Individu | | | | | |

Lampiran 3 Kuisisioner Nordic Body Map

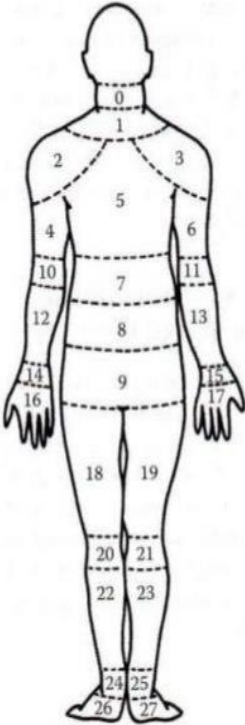
Kuisisioner *Nordic*
Body Map

Nama : _____

Umur : _____ Tahun


Lama Bekerja : _____ Tahun

Anda diminta untuk menilai apa yang anda rasakan pada bagian tubuh yang ditunjukkan pada tabel dan gambar di bawah ini. Pilihlah tingkat kesakitan yang anda rasakan dengan memberikan tanda \surd pada kolom pilihan anda.

| No. | Jenis Keluhan | Tingkat Keluhan | | | | Peta Bagian Tubuh |
|-------------------------------------|-------------------------------------|-----------------|-----|-----|-----|---|
| | | (0) | (1) | (2) | (3) | |
| 0 | Sakit/kaku di leher bagian atas | | | | |  |
| 1 | Sakit/kaku di leher bagian bawah | | | | | |
| 2 | Sakit di bahu kiri | | | | | |
| 3 | Sakit di bahu kanan | | | | | |
| 4 | Sakit pada lengan atas kiri | | | | | |
| 5 | Sakit di punggung | | | | | |
| 6 | Sakit pada lengan atas kanan | | | | | |
| 7 | Sakit pada pinggang | | | | | |
| 8 | Sakit pada bokong | | | | | |
| 9 | Sakit pada pantat | | | | | |
| 10 | Sakit pada siku kiri | | | | | |
| 11 | Sakit pada siku kanan | | | | | |
| 12 | Sakit pada lengan bawah kiri | | | | | |
| 13 | Sakit pada lengan bawah kanan | | | | | |
| 14 | Sakit pada pergelangan tangan kiri | | | | | |
| 15 | Sakit pada pergelangan tangan kanan | | | | | |
| 16 | Sakit pada tangan kiri | | | | | |
| 17 | Sakit pada tangan kanan | | | | | |
| 18 | Sakit pada paha kiri | | | | | |
| 19 | Sakit pada paha kanan | | | | | |
| 20 | Sakit pada lutut kiri | | | | | |
| 21 | Sakit pada lutut kanan | | | | | |
| 22 | Sakit pada betis kiri | | | | | |
| 23 | Sakit pada betis kanan | | | | | |
| 24 | Sakit pada pergelangan kaki kiri | | | | | |
| 25 | Sakit pada pergelangan kaki kanan | | | | | |
| 26 | Sakit pada kaki kiri | | | | | |
| 27 | Sakit pada kaki kanan | | | | | |
| Total skor kolom 0,1,2 dan 3 | | | | | | |
| Total Skor Individu | | | | | | |

Lampiran 4 Kartu Bimbingan Tugas Akhir

JURNAL BIMBINGAN TUGAS AKHIR
PRODI TEKNIK INDUSTRI
SEMESTER GASAL 2023/2024




Nama : ACHMAD FIZAL ALQURTA

NBI : 1411000061

Judul Penelitian : ANALISIS BEBAN KERJA DAN PENGARUHNYA TERHADAP KELEHAHAN KERJA, GANGGUAN MUSKULOSKELETAL DAN PRODUKTIVITAS UD SAPRAS PRO

Dosen Pembimbing: Dr. Ir. Sajiydo, M.Kes



| No. | Tanggal | Materi Bimbingan | Catatan Pembimbing | Paraf Pembimbing |
|-----|----------|------------------|-------------------------------------|------------------|
| 1 | 2/8/23 | Bab I | Perbaikan judul dan Rumusan masalah | } 24/8/23 |
| 2 | 25/8/23 | Bab II dan III | Pertanyaan bab II | |
| 3 | 29/8/23 | Bab III | Pertanyaan Kompleks Kompleks | } 29/8/23 |
| 4 | 01/9/23 | Bab IV | Pertanyaan Bab IV | |
| 5 | 02/9/23 | Bab V | Pertanyaan Rumus untuk analisis | } 24/9/23 |
| 6 | 5/9/23 | Bab VI | Pertanyaan dan penjelasan | |
| 7 | | Bab VII | Pertanyaan dan penjelasan | } 27/9/23 |
| 8 | | Bab VIII | Pertanyaan dan penjelasan | |
| 9 | 3/11/23 | Bab IX | analisis data | } 27/11/23 |
| 10 | | Bab X | Bab X | |
| 11 | 24/11/23 | Bab XI | Bab XI dan XII | } 24/11/23 |
| 12 | 28/11/23 | Bab XII | Bab XII dan XIII | |
| 13 | 1/12/23 | Bab XIII | Bab XIII | } 25/12/23 |

Lampiran 5 Surat Izin Penelitian

**UD. SAPRAS PRO**

Jl. Kol Sugiono No. 2 Dsn Pulosari Desa Kureksari Kec. Waru Kab. Sidoarjo

Sidoarjo, 15 Agustus 2023

Kepada Yth.,

DEKAN FAKULTAS TEKNIK UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945Di Surabaya

No : 037/-SK/MO/VIII/23

Perihal : ***Ijin Penelitian Tugas Akhir***

Dengan hormat,

Merujuk perihal surat ijin penelitian tugas akhir mahasiswa fakultas Teknik, Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya,

Nama : Achmad Rizal Alqurta
NBI : 1411900061Untuk melakukan penelitian tugas akhir di Perusahaan kami maka bersama ini kami **mengijinkan** mahasiswa tersebut untuk melakukan penelitian tugas akhir di perusahaankami,

Demikian pemberitahuan ini kami sampaikan dan terima kasih.

Mengetahui
UD. Sapras Pro

(KASADI SATRIO PRATOSO)

Lampiran 6 Lembar Revisi Tugas Akhir

UNIVERSITAS 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA
FAKULTAS TEKNIK
PROGRAM STUDI TEKNIK INDUSTRI


REVISI SIDANG TUGAS AKHIR

NAMA : Achmad Rizal Alqura
NBI : 1411900061
JUDUL : ANALISIS BEBAN KERJA DAN PENGARUHNYA TERHADAP KELELAHAN KERJA DAN GANGGUAN MUSKULOSKELETAL OPERATOR UD SAPRAS PRO
BATAS BIMBINGAN REVISI : 1 Minggu setelah Sidang

| NO | URAIAN | BAB | HALAMAN |
|----|---|-----|------------|
| | <ul style="list-style-type: none"> - Kumpulan drawing - Screenshot website target user. | 9 | 13/12/2023 |

| NO | URAIAN | BAB | HALAMAN |
|----|--------|-----|---------|
| | | | |

Telah Direvisi,
Dosen Penguji 1,
19/12


Istaryo Yuwono, ST., MM

Dosen Penguji 2,
13/12/2023


~~Sri Murti Kurniati, S.T., MT~~
Dr. Ir. Zainal Arifin S.T., MT

Surabaya, 07 Desember 2023
Mengetahui
Dosen Pembimbing/Ketua Penguji,


Dr. Ir. Sajoyo, M.Kes., IPU., ASEAN Eng

BIOGRAFI



Penulis atas nama Achmad Rizal Alqurta merupakan seorang mahasiswa Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya yang lahir pada tanggal 25 Juni 2000 di Sidoarjo. Bertempat tinggal di Jl. Anggrek No.87 RT.02 RW.05 Desa Kureksari, Kecamatan Waru, Kabupaten Sidoarjo, Anak pertama dari Hermono dan Sulaimah Andayani. Penulis menempuh pendidikan di SDN Kureksari, Kecamatan Waru Sidoarjo, kemudian melanjutkan pendidikan di SMPN 3 Waru, kemudian melanjutkan jenjang pendidikannya di SMK Penerbangan Juanda dan tamat pada tahun 2018. Selang satu tahun kemudian penulis melanjutkan pendidikan ke jenjang yang lebih tinggi di Universitas 17 Agustus 1945 Surabaya mengambil Program Studi Teknik Industri. Selama berada di kampus Merah Putih penulis sempat bergabung dengan UKM Untag E-Sport dan tentunya sangat bersyukur karena banyak mendapatkan pengalaman dan ilmu yang sangat bermanfaat serta dipertemukan dengan teman-teman yang sangat baik.

Penulis telah menyelesaikan Tugas Akhir dengan judul “Analisis Beban Kerja dan Pengaruhnya Terhadap Kelelahan Kerja dan Gangguan *Muskuloskeletal* Operator UD.Sapras Pro”. Semoga dengan adanya penelitian ini dapat memberikan manfaat yang positif dalam lingkup pendidikan dan kehidupan sehari-hari.