

ABSTRAK

Studi tentang manusia, dengan segala kelebihan dan kekurangannya, serta cara-cara yang membatasi kemampuannya untuk melaksanakan tugas tertentu, dikenal sebagai ergonomi. Postur kerja yang alami adalah postur kerja yang mengikuti kontur alami tubuh saat melakukan tugas. Hal ini mencegah titik-titik tekanan pada organ-organ vital, saraf, dan tendon, meningkatkan relaksasi, dan mengurangi risiko gangguan muskuloskeletal. Sebuah perusahaan makanan bernama UD. Mustika Chips mengolah bahan baku singkong menjadi makanan ringan yang banyak dicari untuk dikonsumsi dan sebagai kenang-kenangan. Hasil pengamatan menunjukkan bahwa bahu, lengan, punggung, pinggang, tangan, dan kaki para pekerja terasa sakit ketika makanan digoreng. Sikap kerja para pekerja ini merupakan akar dari keluhan mereka, Kesulitan yang dihadapi karyawan dalam pekerjaan ini disebabkan oleh lingkungan kerja yang mengharuskan karyawan untuk mandiri dan agak canggung dengan stasiun kerja mereka, yang harus dipertahankan selama tujuh jam sehari dan dilakukan secara manual berkali-kali dalam waktu yang lama. Jika hal ini dilakukan, maka karyawan akan mengalami gangguan muskuloskeletal (MSDs). Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode WERA (Workplace Ergonomic Risk Assessment), yang menguraikan proses evaluasi risiko ergonomi di tempat kerja untuk mengidentifikasi faktor risiko fisik yang berkaitan dengan prevalensi gangguan muskuloskeletal disorders (MSDs) di tempat kerja. Penerapan Nordic Body Map pada lingkungan kerja non-gimnastik menunjukkan bahwa sakit dapat menjadi tegang sebagai akibat dari stasiun kerja yang tidak dirancang secara ergonomis. Hasil penelitian diperoleh karyawan 1 dengan skor 39 (Sedang) dan karyawan 2 dengan skor 37 (Sedang). Oleh karena itu, perlu adanya perbaikan fasilitas kerja atau postur tubuh pekerja. Berdasarkan hasil penilaian tersebut maka peneliti mengusulkan fasilitas tambahan untuk pekerja berupa perancangan alat bantu berdiri yang berguna untuk mengurangi rasa nyeri pada otot kaki dan mengurangi keluhan *Musculoskeletal Disorders* (MSDs).

Kata Kunci: Ergonomi, MSDS, Postur Kerja, *Nordic Body Map*, WERA