

DAFTAR ISI

HALAMAN PENGAJUAN JUDUL	
SURAT PERNYATAAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR	iv-v
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR.....	x-xi
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 LATAR BELAKANG.....	1
1.2 PERUMUSAN MASALAH.....	2
1.3 TUJUAN KERJA PRAKTEK.....	3
1.3.1 Tujuan Umum	3
1.3.2 Tujuan Utama.....	3
1.3.3 Metode Kerja Praktek.....	3
1.4 JADWAL PELAKSANAAN KERJA PRAKTEK	4
1.5 SISTEMATIKA PENULISAN.....	5
BAB II GAMBARAN UMUM	
2.1 GAMBARAN DAN PROFIL DISTAMA	6
2.1.1 Lokasi Kantor Dinas Pertamanan dan Pemakaman.....	6
2.1.2 Sejarah dan Latar Belakang	6
2.1.3 Visi dan Misi Dinas Pertamanan dan Pemakaman.....	10
2.2 STRUKTUR ORGANISASI	12
2.3 KEGIATAN UTAMA DISTAMA	13
BAB III TINJAUAN PUSTAKA.....	
3.1 ANALISA POSTUR.....	15
3.2 RULA (Rapid Upper Limb Assesment).....	16
3.2.1 Lengan Atas (Upper Arm)	19

3.2.2 Lengan Bawah (Lower Arm)	20
3.2.3 Pergelangan Tangan (Wrist)	20
3.2.4 Putaran Pergelangan Tangan (Wrist Twist)	21
3.2.5 Leher (Neck)	22
3.2.6 Batang Tubuh (Trunk)	23
3.2.7 Kaki (Legs)	24
3.3 REBA (Rapid Body Entire Assesment)	26
3.3.1 Leher (Neck)	28
3.3.2 Leher Batang Tubuh (Trunk)	28
3.3.3 Kaki (Legs).....	29
3.3.4 Lengan Atas (Upper Arm)	31
3.3.5 Lengan Bawah (Lower Arm)	31
3.3.6 Pergelangan Tangan (Wrist)	32
BAB IV PENGUMPULAN DAN PENGOLAHAN DATA	
4.1 Pengumpulan Data	36
4.1.1 Data Primer	36
4.1.2 Data Sekunder	37
4.1.3 Teknik Pengumpulan Data.....	37
4.2 Pengolahan Dan Analisis Data.....	37
4.2.1 Pemilihan Postur Kerja	38
4.2.2 Penilaian dengan Metode RULA	38
Langkah 1 (Lokasi Lengan Atas / Upper Arm)	38
Langkah 2 (Lokasi Lengan Bawah / Lower Arm)	39
Langkah 3-4 (Pergelangan dan Putaran Pergelangan)	39
Langkah 5 (Hasil Nilai Pada Tabel)	40
Langkah 6-8 (Hasil Nilai Dari Tabel C).....	40
Langkah 9 (Lokasi pada Leher/Neck).....	41
Langkah 10 (Lokasi pada batang tubuh)	42
Langkah 11 (Lokasi pada Kaki).....	42
Langkah 12 (Skor Postur Tabel B)	43
Langkah 13-15 (Skor Postur Tabel C)	43

4.2.3 Penilaian dengan Metode REBA	45
Langkah 1 (Lokasi pada leher)	45
Langkah 2 (Lokasi pada Batang Tubuh)	45
Langkah 3 (Lokasi pada Kaki).....	46
Langkah 4 (Skor Tabel Grup A)	46
Langkah 5-6 (Skor Tabel C).....	47
Langkah 7 (Posisi Lengan Atas).....	48
Langkah 8 (Posisi Lengan Bawah)	48
Langkah 9 (Posisi Pergelangan Tangan)	49
Langkah 10 (Skor Tabel Grup B)	49
Langkah 11-12 (Skor Tabel C).....	50
Langkah 13 (Aktivitas Skor).....	51-52
 BAB V PENUTUP	
5.1 Kesimpulan	53
5.2 Saran	54
 DAFTAR PUSTAKA	55
LAMPIRAN	56-61