

BAB 6

KESIMPULAN DAN SARAN

6.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian, maka dapat diambil beberapa kesimpulan sebagai berikut :

- a. Fasilitas lemari yang dirancang memperhatikan dimensi tubuh peserta didik terbukti bahwa terdapat penurunan level resiko saat melakukan analisis penilaian postur kerja. Murid perempuan mengalami penurunan level resiko pada REBA kiri dari skor 5 menjadi 1 dan pada REBA kanan mengalami penurunan dari skor 8 menjadi 1. Murid laki-laki mengalami penurunan level resiko pada REBA kiri skor 4 menjadi 1 dan pada REBA kanan mengalami penurunan dari skor 7 menjadi 5.
- b. Lemari yang dirancang dapat menampilkan hasil karya peserta didik dengan baik.
- c. Tempat penyimpanan pada lemari rancangan dapat menyimpan seluruh mainan yang biasa digunakan anak-anak dengan rapi dan tidak bertumpuk satu sama lain.

6.2. Saran

6.2.1. Saran untuk Pengguna

Penulis memberikan saran untuk pengguna supaya membersihkan kaca secara teratur agar hasil karya dapat ditampilkan dengan baik. Saran selanjutnya adalah untuk memberikan serbuk anti rayap secara periode. Pemberian serbuk anti rayap secara berkala dikarenakan efek dari serbuk hanya bertahan 6 bulan.

6.2.2. Saran untuk Penelitian Selanjutnya

Penulis memberikan beberapa saran untuk penelitian selanjutnya agar berguna dan bermanfaat untuk penelitian selanjutnya. Saran yang diberikan adalah sebagai berikut:

- a. perancangan dilakukan terhadap beberapa fasilitas lainnya yang ada pada seluruh TK di wilayah Yogyakarta. Hal tersebut dikarenakan masih terdapat fasilitas di TK yang menggunakan ukuran orang dewasa, sehingga menyusahkan murid TK itu sendiri.
- b. Perancangan fasilitas pada TK selanjutnya perlu memperhatikan aspek *safety* untuk mengurangi resiko adanya kecelakaan yang disebabkan oleh fasilitas

rancangan. Pada perancangan sekarang kurang memperhatikan aspek tersebut, sebagai contoh adalah penggunaan kaca pada lemari rancangan yang beresiko pecah dan melukai murid (penggunanya)

- c. Perancang perlu memperhatikan data keluhan dari guru di tempat penelitian. Saran ini diberikan karena hasil wawancara masih kurang pasti yang mana sumber berasal dari anak TK. Sebagai contoh, hasil dari wawancara anak TK tidak didapatkan bahwa rancangan lemari tidak harus awet. Sedangkan keawetan merupakan kriteria penting untuk merancang suatu produk/fasilitas.

DAFTAR PUSTAKA

- Anonim. (2011). *The International Ergonomics Association*. Dipetik 12 04, 2016, dari www.iea.cc: <http://www.iea.cc/whats/index.html>
- Cross, N. (2005). *Engineering Design Methods, 3rd Edition*. Chichester: John Wiley & Sons Ltd.
- Herawati, L., & Pawitra, A. T. (2013). Evaluasi Data Antropometri Anak-Anak Usia 4-6 Tahun Di Jawa Timur Dan Aplikasi Pada Perancangan Fasilitas Belajar Di Sekolah. *Jurnal Ilmiah Teknik Industri*.
- Indonesia. (2009). Peraturan menteri Pendidikan nasional No. 58 Tahun 2009. Sekretarian Menteri. Jakarta.
- Kroemer, K. H., Kroemer, H. J., & Kroemer, K. E. (2010). *Engineering Physiology : Based of Human Factor Engineering/Ergonomics 4th Edition*. London: Springer.
- Lasa, H. (2005). *Manajemen Perpustakaan*. Yogyakarta: Gama Media.
- Maman M.I.M. (2008). *Petunjuk Praktis Sifat-Sifat Dasar Jenis Kayu Indonesia*. Jakarta: Indonesian Sawmill And Woodworking Association (Iswa).
- Marizar, E. (2005). *Designing Furniture (Teknik Merancang Mebel Kreatif)*. Yogyakarta: Media Pressindo.
- Martawijaya, A., Kartasujana, I., Kadir, K., & Prawira, S. A. (2005). *Atlas Kayu Indonesia Jilid 1*. Bogor: CV. Miranti.
- MatWeb, L. (2011). *MatWeb : Material Property Data*. Dipetik 12 3, 2016, dari www.matweb.com:
<http://www.matweb.com/search/DataSheet.aspx?MatGUID=47a0eaf6bcd64e2f8f6425c872479b6d&ckck=1>
- Nofirza & Zulinf, 2011. Perancangan Alat Belajar Dan Bermain Yang Ergonomis Di Taman Kanak-Kanak Islam Permata Selat Panjang. *Jurnal Ilmiah Teknik Industri*, Volume 10, pp. 48-58.
- Nurkertamanda, D., Saptadi, S., & Herviyani, D. D. (2006). Perancangan Meja dan Kursi Anak Menggunakan Metode QFD Dengan Pendekatan Anthropometri dan Bentuk Fisik Anak. *J@TI Undip*.
- Nurmianto, E. (2003). *Ergonomi: Konsep dasar dan aplikasinya*. Surabaya: Guna Widya.
- Pulat, B. M., & Alexander, D. C. (1992). *Industrial Ergonomics: Case Studies*. New York: McGraw-Hill.

Sue., H., & Lynn., M. (2000). *REBA (Rapid Entire Body Assessment): Applied Ergonomics*. Nottingham: Occupational Health and Ergonomic Service Ltd.

Sulasmi, D. (2002). *Warna: Teori dan Kreativitas Penggunaanya*. Bandung: ITB.

Tarwaka., Bakri, S. H., & Sudiajeng, L. (2004). *Ergonomi untuk Keselamatan, Kesehatan Kerja dan Produktivitas*. Surakarta: UNIBA PRESS.



LAMPIRAN

Lampiran 1. Kuisisioner Tertutup

KUESIONER TERTUTUP

PENGANTAR PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan untuk menyelesaikan Skripsi sebagai persyaratan **Tugas Akhir Strata 1 Teknik Industri Universitas Atma Jaya Yogyakarta**. Judul penelitian ini adalah : **Perancangan Lemari untuk Peserta Didik Di TK Kanisius Pingitan Yogyakarta**.

Tujuan penelitian ini adalah untuk melakukan perancangan dan pembuatan Lemari di TK Kanisius Pingitan dengan memperhatikan aspek ukuran tubuh peserta didik, pengelompokan mainan sehingga Lemari dapat menampilkan mainan dan dapat digunakan oleh peserta didik.

Data yang saudara/i berikan hanya untuk keperluan penelitian. Identitas dan data saudara/i dijamin kerahasiaannya. Atas kerjasama yang baik di dalam penelitian ini, saya menucaokan terima kasih.

Hormat Saya,

Mario Dwi Kurnianto

IDENTITAS RESPONDEN

Kami mohon kesediaan saudara/i untuk mengisi daftar pertanyaan berikut ini:

1. Nama : _____
2. Jenis Kelamin : L/P
3. Usia : ____ Tahun

PETUNJUK PENGISIAN KUESIONER DATA ATRIBUT

Pengisian kuesioner data atribut ini digunakan dalam memprioritaskan faktor dalam perancangan melalui kuesioner atribut pada anak-anak TK Kanisius.Pingitan Yogyakarta.

Berilah tanda centang (√) pada jawaban yang menurut anda paling sesuai, dengan ketentuan sebagai berikut :

- 1 :Apabila anda **tidak setuju** dengan atribut perancangan Lemari untuk TK Kanisius Pingitan.
- 2 :Apabila anda **cukup setuju** dengan atribut perancangan Lemari untuk TK Kanisius Pingitan.
- 3 : Apabila anda **setuju** dengan atribut perancangan Lemari untuk TK Kanisius Pingitan.

Contoh Pengisian Kuesioner Data Atribut Perancangan Lemari pada Peserta Didik Di TK Kanisius Pingitan

No	Atribut	skor		
		1	2	3
1	Tinggi lemari menyesuaikan pengguna			√

KUESIONER PENILAIAN DATA ATRIBUT PERANCANGAN LEMARI
PADA PESERTA DIDIK DI TK KANISIUS PINGITAN
YOGYAKARTA

No	Atribut	skor		
		1	2	3
1	Tinggi lemari menyesuaikan pengguna			
2	Sisi lemari tidak melukai pengguna			
3	Pintu lemari menggunakan sistem geser			
4	Mampu menampilkan hasil karya dengan baik			
5	Terdapat laci penyimpanan			
6	Awet			
7	Warna menarik			

Lampiran 2. Pengolahan Data Antropometri

Keterangan :		TMB	
Keterangan	%	Nilai	
Tingkat keyakinan	90	2	
Tingkat ketelitian	10	0,1	
K/S		20	

Tabel Perhitungan Harga Rata - rata Subgroup

Jumlah Subgroup = $1 + 3.3 \log n$
 Jumlah data (n) = 23
 Jumlah Subgroup = 5,4937 \approx 6

Subgroup	Data (Xi)				Rerata-rata	Keterangan	(Xi) ²				
1	107	108	103	103	105,25	seragam	11449	11664	10609	10609	
2	88,4	90	104	97,4	94,95	seragam	7814,56	8100	10816	9487	
3	103,5	89	91	94	94,375	seragam	10712,25	7921	8281	8836	
4	110	91	93	93	96,75	seragam	12100	8281	8649	8649	
5	95	97	92	84	92	seragam	9025	9409	8464	7056	
6	77	94	94		88,333333	seragam	5929	8836	8836		
Jumlah Rata - Rata Subgroup					483,325		Total (Xi)²				211533
Total Xi					2198,3						
Total Xi²					4832522,9						
Harga Rata - Rata Subgroup		80,554167									
Standard Deviasi		8,0421592									
UJI KESERAGAMAN DATA				UJI KECUKUPAN DATA				NILAI PERSENTIL			
Std rata2		3,5965629		Nilai N Hitung		125,2723883		Percentil 5		107,9	
Batas Kendali Bawah		69,764478		Data tidak		Data tidak		Percentil 50		112	
Batas Kendali Atas		91,343855		Keterangan		cukup		Percentil 95		118,8	
Keterangan : Data Seragam											

Keterangan :		TBB	
Keterangan	%	Nilai	
Tingkat keyakinan	90	2	
Tingkat ketelitian	10	0,1	
K/S		20	

Tabel Perhitungan Harga Rata - rata Subgroup

Jumlah Subgroup = $1 + 3.3 \log n$
 Jumlah data (n) = 23
 Jumlah Subgroup = 5,4937 \approx 6

Subgroup	Data (Xi)				Rerata-rata	Keterangan	(Xi) ²				
1	97	93	88	93	92,75	seragam	9409	8649	7744	8649	
2	79	80,3	95	85,7	85	seragam	6241	6448	9025	7344	
3	91,7	78,3	80	81,5	82,875	seragam	8408,89	6131	6400	6642	
4	88,5	80	85	83	84,125	seragam	7832,25	6400	7225	6889	
5	84	88	82	79	83,25	seragam	7056	7744	6724	6241	
6	69	84	83		78,666667	seragam	4761	7056	6889		
Jumlah Rata - Rata Subgroup					428		Total (Xi)²				165909
Total Xi					1948						
Total Xi²					3794704						
Harga Rata - Rata Subgroup		71,333333									
Standard Deviasi		6,4277736									
UJI KESERAGAMAN DATA				UJI KECUKUPAN DATA				NILAI PERSENTIL			
Std rata2		2,8947124		Nilai N Hitung		124,6539177		Percentil 5		78,37	
Batas Kendali Bawah		62,649196		Data tidak		Data tidak		Percentil 50		84	
Batas Kendali Atas		80,01747		Keterangan		cukup		Percentil 95		94,8	
Keterangan : Data Seragam											

Keterangan :		LBB	
Keterangan	%	Nilai	
Tingkat keyakinan	90	2	
Tingkat ketelitian	10	0,1	
K/S		20	

Tabel Perhitungan Harga Rata - rata Subgroup

Jumlah Subgroup = $1 + 3.3 \log n$
 Jumlah data (n) = 23
 Jumlah Subgroup = 5,4937 \approx 6

Subgroup	Data (Xi)				Rerata-rata	Keterangan	(Xi) ²				
	1	28	24	25			24	25,25	seragam	784	576
2	21	23	26	23	23,25	seragam	441	529	676	529	
3	25,5	20,2	20	21	21,675	seragam	650,25	408	400	441	
4	25,5	26	22,5	22	24	seragam	650,25	676	506,25	484	
5	24	25	20	23	23	seragam	576	625	400	529	
6	22	22	21		21,666667	seragam	484	484	441		
Jumlah Rata - Rata Subgroup					117,175		Total (Xi) ²				12490,8
Total Xi					533,7						
Total Xi ²					284835,69						
Harga Rata - Rata Subgroup					19,529167						
Standard Deviasi					2,2015446						
UJI KESERAGAMAN DATA					UJI KECUKUPAN DATA		NILAI PERSENTIL				
Std rata2					0,9845607	Nilai N Hitung		126,2313862	Percentil 5		20,02
Batas Kendali Bawah					16,575485	Data tidak cukup		Percentil 50		23	
Batas Kendali Atas					22,482849	Keterangan :		Percentil 95		26	
Keterangan :					Data Seragam						

Keterangan :		LTT	
Keterangan	%	Nilai	
Tingkat keyakinan	90	2	
Tingkat ketelitian	10	0,1	
K/S		20	

Tabel Perhitungan Harga Rata - rata Subgroup

Jumlah Subgroup = $1 + 3.3 \log n$
 Jumlah data (n) = 23
 Jumlah Subgroup = 5,4937 \approx 6

Subgroup	Data (Xi)				Rerata-rata	Keterangan	(Xi) ²				
	1	7,5	7,3	6,5			6,7	7	seragam	56,25	53,29
2	6	6,5	7,5	6,5	8,125	seragam	36	42,25	56,25	42,25	
3	7,2	6,5	6	6,5	6,55	seragam	51,84	42,25	36	42,25	
4	6,4	6,5	6,5	6	6,35	seragam	40,96	42,25	42,25	36	
5	6,9	7	6,7	5,5	6,525	seragam	47,61	49	44,89	30,25	
6	6	6,5	6,9	0	6,46666667	seragam	36	42,25	47,61	0	
Jumlah Rata - Rata Subgroup					34,55		Total (Xi) ²				1004,84
Total Xi					157,6						
Total Xi ²					24837,76						
Harga Rata - Rata Subgroup					5,7583333						
Standard Deviasi					1,4043029						
UJI KESERAGAMAN DATA					UJI KECUKUPAN DATA		NILAI PERSENTIL				
Std rata2					0,6280234	Nilai N Hitungan		85,47373032	Percentil 5		5,6
Batas Kendali Bawah					3,8742633	Data tidak cukup		Percentil 50		6,5	
Batas Kendali Atas					7,6424034	Keterangan :		Percentil 95		7,46	
Keterangan :					Data Seragam						

Lampiran 3. Pengolahan Data Kuisiner

Tabel 4.2. Rekap Data Kuisiner Atribut Perancangan Seluruh Responden

No	Atribut	jumlah responden yang memilih atribut skor:			Jumlah Total
		1	2	3	
1	Tinggi lemari menyesuaikan pengguna	0	4	19	23
2	Sisi lemari tidak melukai pengguna	1	8	14	23
3	Pintu lemari menggunakan sistem geser	4	7	12	23
4	Mampu menampilkan hasil karya dengan baik	0	4	19	23
5	Terdapat laci penyimpanan	2	6	15	23
6	Awet	0	4	19	23
7	Warna menarik	0	7	16	23

Jumlah responden yang didapat tiap skor per atribut dikalikan dengan skornya untuk mendapatkan jumlah total. Contoh jumlah total untuk atribut tinggi lemari menyesuaikan pengguna : $(0 \times 1) + (2 \times 4) + (3 \times 19) = 65$

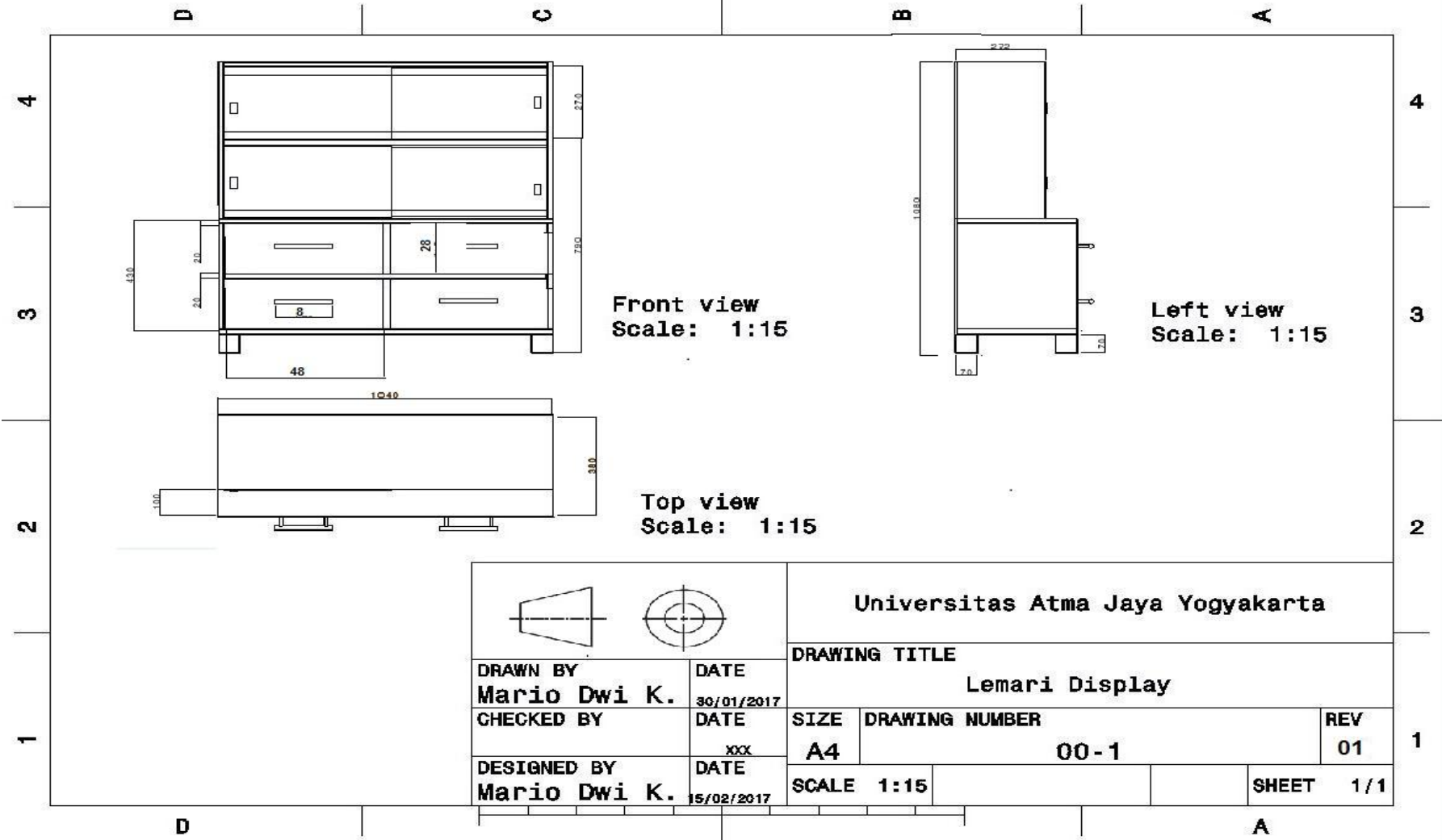
Setelah didapatkan jumlah total untuk masing-masing atribut, dilakukan pembobotan untuk mengetahui persentasi tiap atribut. Contoh bobot untuk Atribut tinggi lemari menyesuaikan pengguna : $65 / \sum \text{jumlah total} \times 100 = 15.15152$.

Tabel 5.5. Bobot Atribut Hasil Kuesioner

No	Atribut	Jumlah Total	Bobot (%)
1	Tinggi lemari menyesuaikan pengguna	65	15.15152
2	Sisi lemari tidak melukai pengguna	59	13.75291
3	Pintu lemari mudah dibuka	54	12.58741
4	Mampu menampilkan hasil karya dengan baik	65	15.15152
5	Terdapat ruang tambahan untuk menyimpan barang	59	13.75291
6	Awet	65	15.15152
7	Warna menarik	62	14.45221

Lampiran 4. Gambar Teknik Lemari Rancangan Setelah Metode Rasional





Rapid Entire Body Assessment (REBA) Assessment Worksheet

No. : Sebelum - 1 (Kanan) Bagian/Divisi : _____

Nama : Inka Pekerjaan : Mengongkai Lemari Atas

Leher

Pilih salah satu posisi di bawah ini:

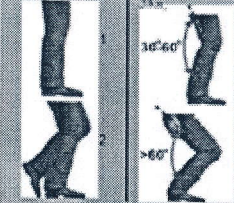


SKOR LEHER

2

Kaki

Pilih salah satu posisi di bawah ini:

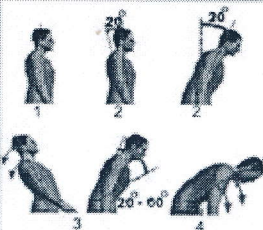


SKOR KAKI

3

Badan

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



SKOR BADAN

1

Penilaian Aktivitas

Jika satu atau lebih bagian tubuh dalam posisi statis; misalkan postur tetap selama lebih dari 1 menit +1

Jika terjadi aktivitas yang berulang pada area yang relatif kecil; misalkan berulang >4 kali/menit (tidak termasuk jalan) +1

Jika aktivitas menyebabkan perubahan besar atau pada pijakan yang tidak stabil +1

		Leher											
		1				2				3			
Badan	Kaki	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
	1	1	2	3	4	1	2	3	4	3	3	5	6
2	2	3	4	5	3	4	5	6	4	5	6	7	
3	2	4	5	6	4	5	6	7	5	6	7	8	
4	3	5	6	7	5	6	7	8	6	7	8	9	
5	4	6	7	8	6	7	8	9	7	8	9	9	

Nilai Tabel A	Nilai Pembebanan	Penilaian Beban (Load/Force)
3	0	< 5 kg
	1	5-10 kg
	2	> 10 kg

+1 Terjadi beban kejutan selama bekerja

Penilaian Genggaman (coupling)

0 Kondisi Baik, Pegangan mudah digenggam
 1 Cukup Baik, Pegangan cukup baik, tapi tidak ideal
 2 Kurang Baik, Pegangan tidak baik meskipun dapat digunakan
 3 Tidak Aman atau tidak ada pegangan

Nilai Genggaman	Nilai Tabel B
3	7

Tabel C

		Nilai Skor A											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	1	1	2	3	3	4	5	6	7	7	7	7	1
1	2	2	3	4	4	5	6	6	7	7	8	8	2
2	3	3	3	4	5	6	7	7	8	8	8	3	3
3	4	4	4	5	6	7	8	8	9	9	9	4	4
4	4	4	5	6	7	8	8	9	9	9	9	5	5
6	6	6	7	8	8	9	9	10	10	10	10	6	6
7	7	7	7	8	9	9	10	10	10	11	11	7	7
8	8	8	9	10	10	10	10	10	11	11	11	8	8
9	9	9	10	10	10	11	11	11	11	12	12	9	9
10	10	10	11	11	11	11	12	12	12	12	12	10	10
11	11	11	11	12	12	12	12	12	12	12	12	11	11
12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12

Nilai Aktivitas: 0 + Nilai Tabel C: 8 = Nilai Skor REBA: 8

Pergelangan Tangan (kanan/kiri)*

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



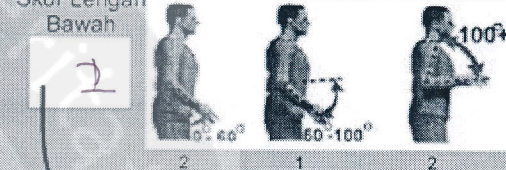
Skor Pergelangan Tangan

1

Jika tangan memutar ke kanan/kiri atau menekuk ke kanan/kiri +1

Lengan Bawah (kanan/kiri)*

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



Skor Lengan Bawah

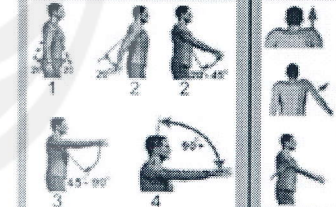
2

Tabel B

		Lengan Bawah											
		1				2				Pergelangan Tangan			
Nilai Genggaman	Nilai Tabel B	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3
		3	7	1	2	2	1	2	3	1	2	3	1
		1	2	3	2	3	4	2	3	4	2	3	4
		3	4	5	4	5	5	4	5	5	3	4	4
		4	5	5	5	6	7	5	6	7	4	5	5
		6	7	8	6	7	8	6	7	8	5	6	6
		7	8	8	7	8	8	7	8	8	6	7	7

Lengan Bawah (kanan/kiri)*

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



Nilai Lengan Bawah

5

Skor REBA	Level Resiko	Level Tindakan	Tindakan (termasuk evaluasi lebih lanjut)
1	Dapat diabaikan	0	Tidak perlu tindakan
2-3	Rendah	1	Mungkin diperlukan tindakan
4-7	Sedang	2	perlu tindakan
8-10	Tinggi	3	Perlu tindakan secepatnya
11-15	Sangat Tinggi	4	Perlu tindakan sekarang juga

Source: Hignett, S., McArdney, L. (2000) Applied Ergonomics, 31, 201-205
 Institut Teknologi Sepuluh Nopember

Rapid Entire Body Assessment (REBA) Assessment Worksheet

No. : Cebelum 2 - kiri Bagian/Divisi : _____

Nama : Anya Pekerjaan : menjagakan lemari Atas

Leher

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



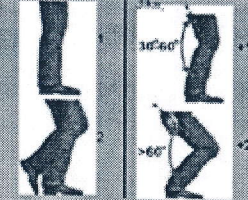
Jika leher memutar ke kanan/kiri atau menekuk ke kanan/kiri; maka +1

SKOR LEHER

2

Kaki

Pilih salah satu posisi di bawah ini:

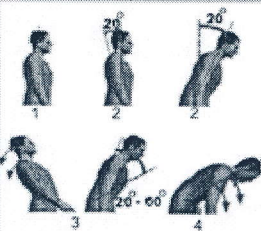


SKOR KAKI

2

Badan

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



Apakah kondisi ini terjadi?

Jika badan memutar ke kanan/kiri ATAU badan menekuk ke samping kanan/kiri; maka +1

SKOR BADAN

1

Penilaian Aktivitas

Jika satu atau lebih bagian tubuh dalam posisi statis; misalkan postur tetap selama lebih dari 1 menit

+1

Jika terjadi aktivitas yang berulang pada area yang relatif kecil; misalkan berulang >4 kali/menit (tidak termasuk jalan)

+1

Jika aktivitas menyebabkan perubahan besar atau pada pijakan yang tidak stabil

+1

Tabel A

Badan	Leher											
	1				2				3			
1	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
2	2	3	4	5	3	4	5	6	4	5	6	7
3	2	4	5	6	4	5	6	7	5	6	7	8
4	3	5	6	7	5	6	7	8	6	7	8	9
5	4	6	7	8	6	7	8	9	7	8	9	9

Nilai Tabel A: **2** + Nilai Pembebanan: **0**

Penilaian Beban (Load/Force)

0 < 5 kg
1 5-10 kg
2 > 10 kg
+1 Terjadi beban kejutan selama bekerja

Penilaian Genggaman (coupling)

Kondisi Baik. Pegangan mudah digenggam: 0
Cukup Baik. Pegangan cukup baik, tapi tidak ideal: 1
Kurang Baik. Pegangan tidak baik meskipun dapat digunakan: 2
Tidak Aman atau tidak ada pegangan: 3

Nilai Genggaman: **0** + Nilai Tabel B: **5**

Tabel C

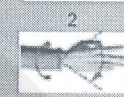
Nilai Skor A												
1	1	1	2	3	3	4	5	6	7	7	7	1
1	2	2	3	4	4	5	6	6	7	7	8	2
2	3	3	3	4	5	6	7	7	8	8	8	3
3	4	4	4	5	6	7	8	8	9	9	9	4
4	4	4	5	6	7	8	8	9	9	9	9	5
6	6	6	7	8	8	9	9	10	10	10	10	6
7	7	7	7	8	9	9	10	10	10	11	11	7
8	8	8	9	10	10	10	10	10	11	11	11	8
9	9	9	10	10	10	11	11	11	12	12	12	9
10	10	10	11	11	11	11	12	12	12	12	12	10
11	11	11	11	12	12	12	12	12	12	12	12	11
12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12

Nilai Skor B: **5**

Nilai Aktivitas: **0** + Nilai Tabel C: **4** = Nilai Skor REBA: **4**

Pergelangan Tangan (kanan/kiri)*

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



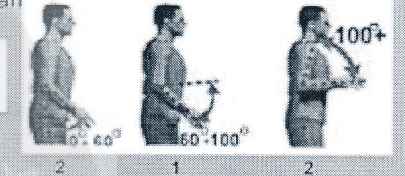
Jika tangan memutar ke kanan/kiri atau menekuk ke kanan/kiri +1

Skor Pergelangan Tangan

2

Lengan Bawah (kanan/kiri)*

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



Skor Lengan Bawah

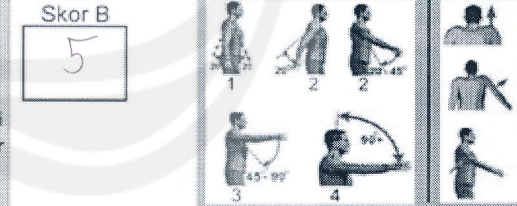
1

Tabel B

Nilai Tabel B	Lengan Bawah			Pergelangan Tangan		
	1	2	3	1	2	3
1	2	2	1	2	3	
1	2	3	2	3	4	
3	4	5	4	5	5	
4	5	5	5	6	7	
6	7	8	7	8	8	
7	8	8	8	9	9	

Lengan Bawah (kanan/kiri)*

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



Nilai Lengan Bawah

4

Skor REBA	Level Resiko	Level Tindakan	Tindakan (termasuk evaluasi lebih lanjut)
1	Dapat diabaikan	0	Tidak perlu tindakan
2-3	Rendah	1	Mungkin diperlukan tindakan
4-7	Sedang	2	perlu tindakan ✓
8-10	Tinggi	3	Perlu tindakan secepatnya
11-15	Sangat Tinggi	4	Perlu tindakan sekarang juga

Source: Hignett, S., McAuliffe, L. (2000) Applied Ergonomics, 31, 201-205
 * pilih salah satu

Rapid Entire Body Assessment (REBA) Assessment Worksheet

No. : Sebelum-2 (kanan) Bagian/Divisi : _____

Nama : Arya Pekerjaan : menjagkau lenor Atas

Leher

Pilih salah satu posisi di bawah ini:

2 1 2

Jika leher memutar ke kanan/kiri atau menekuk ke kanan/kiri; maka +1

SKOR LEHER **2**

Kaki

Pilih salah satu posisi di bawah ini:

1 2

Jika kaki memutar ke kanan/kiri atau menekuk ke kanan/kiri; maka +1

SKOR KAKI **2**

Badan

Pilih salah satu posisi di bawah ini:

1 2 3 4

Apakah kondisi ini terjadi?

Jika badan memutar ke kanan/kiri ATAU badan menekuk ke samping kanan/kiri; maka +1

SKOR BADAN **7**

Penilaian Aktivitas

Jika satu atau lebih bagian tubuh dalam posisi statis; misalkan postur tetap selama lebih dari 1 menit +1

Jika terjadi aktivitas yang berulang pada area yang relatif kecil; misalkan berulang >4 kali/menit (tidak termasuk jalan) +1

Jika aktivitas menyebabkan perubahan besar atau pada pijakan yang tidak stabil +1

Tabel A

		Leher											
		1				2				3			
Kaki	Badan	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	1	1	2	3	4	1	2	3	4	3	3	5	6
2	2	2	3	4	5	3	4	5	6	4	5	6	7
3	2	4	5	6	7	4	5	6	7	5	6	7	8
4	3	5	6	7	8	5	6	7	8	6	7	8	9
5	4	6	7	8	9	6	7	8	9	7	8	9	9

Nilai Tabel A: **2**

Nilai Pembebanan: **0**

Penilaian Beban (Load/Force):

- 0 < 5 kg
- 1 5-10 kg
- 2 > 10 kg

+1 Terjadi beban kejutan selama bekerja

Penilaian Genggaman (coupling):

- 0 Kondisi Baik. Pegangan mudah digenggam
- 1 Cukup Baik. Pegangan cukup baik, tapi tidak ideal
- 2 Kurang Baik. Pegangan tidak baik meskipun dapat digunakan
- 3 Tidak Aman atau tidak ada pegangan

Nilai Genggaman: **3**

Nilai Skor A: **2**

Tabel C

		Nilai Skor A											
		1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	1	1	2	3	3	4	5	6	7	7	7	7	1
1	2	2	3	4	4	5	6	7	7	7	8	8	2
2	3	3	3	4	5	6	7	7	8	8	8	8	3
3	4	4	4	5	6	7	8	8	9	9	9	9	4
4	4	4	5	6	7	8	8	9	9	9	9	9	5
6	6	6	7	8	8	9	9	10	10	10	10	10	6
7	7	7	7	8	9	9	10	10	11	11	11	11	7
8	8	8	9	10	10	10	10	10	11	11	11	11	8
9	9	9	10	10	10	11	11	11	12	12	12	12	9
10	10	10	11	11	11	11	12	12	12	12	12	12	10
11	11	11	11	12	12	12	12	12	12	12	12	12	11
12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12

Nilai Skor B: **11**

Nilai Skor B: **7**

Nilai Aktivitas: **0**

Nilai Tabel C: **7**

Nilai Skor REBA: **7**

Pergelangan Tangan (kanan/kiri)*

Pilih salah satu posisi di bawah ini:

2 1 2

Jika tangan memutar ke kanan/kiri atau menekuk ke kanan/kiri +1

Skor Pergelangan Tangan: **2**

Lengan Bawah (kanan/kiri)*

Pilih salah satu posisi di bawah ini:

2 1 2

Skor Lengan Bawah: **2**

Lengan Bawah

		Lengan Bawah									Pergelangan Tangan				
		1			2			3							
Nilai Tabel B	Nilai Genggaman	1	2	3	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1	1	1	2	2	1	2	3	1	2	3	1	2	3		
1	2	3	2	3	4	2	3	4	2	3	4	2	3	4	
3	3	4	5	4	5	5	4	5	5	4	5	5	3	4	5
4	4	5	5	5	6	7	5	6	7	5	6	7	4	5	6
6	6	7	8	6	7	8	6	7	8	6	7	8	5	6	7
7	7	8	8	7	8	8	7	8	8	7	8	8	5	6	7
7	8	8	8	9	9	8	9	9	8	9	9	6	7	8	

Lengan Atas (kanan/kiri)*

Pilih salah satu posisi di bawah ini:

1 2 2

Jika: +1

Nilai Lengan Atas: **5**

Skor REBA	Level Resiko	Level Tindakan	Tindakan (termasuk evaluasi lebih lanjut)
1	Dapat diabaikan	0	Tidak perlu tindakan
2-3	Rendah	1	Mungkin diperlukan tindakan
4-7	Sedang	2	perlu tindakan
8-10	Tinggi	3	Perlu tindakan secepatnya ✓
11-15	Sangat Tinggi	4	Perlu tindakan sekarang juga

Source: Hygnett, S., McAtamney, L. (2000) Applied Ergonomics, 31, 201-205
 * pilih salah satu

Rapid Entire Body Assessment (REBA) Assessment Worksheet

No. : Sesudah-2 (Kanan) Bagian/Divisi : _____

Nama : Arya Pekerjaan : Mengajar Lemah Atus

Leher

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



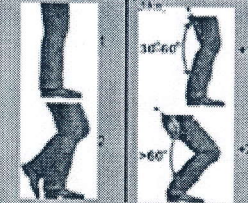
Jika leher memutar ke kanan/kiri atau menekuk ke kanan/kiri; maka +1

SKOR LEHER

1

Kaki

Pilih salah satu posisi di bawah ini:

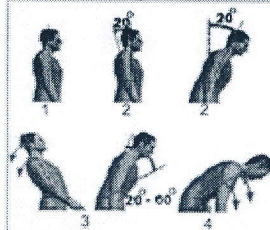


SKOR KAKI

1

Badan

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



Apakah kondisi ini terjadi? Jika badan memutar ke kanan/kiri ATAU badan menekuk ke samping kanan/kiri; maka +1

SKOR BADAN

1

Penilaian Aktivitas

Jika satu atau lebih bagian tubuh dalam posisi statis; misalkan postur tetap selama lebih dari 1 menit

+1

Jika terjadi aktivitas yang berulang pada area yang relatif kecil; misalkan berulang >4 kali/menit (tidak termasuk jalan)

+1

Jika aktivitas menyebabkan perubahan besar atau pada pijakan yang tidak stabil

+1

Tabel A

Badan	Leher				Leher				Leher			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	1	2	3	4	1	2	3	4	3	3	5	6
2	2	3	4	5	3	4	5	6	4	5	6	7
3	2	4	5	6	4	5	6	7	5	6	7	8
4	3	5	6	7	5	6	7	8	6	7	8	9
5	4	6	7	8	6	7	8	9	7	8	9	9

Nilai Tabel A: 1 + Nilai Pembebanan: 0

Penilaian Beban (Load/Force)

0	< 5 kg
1	5-10 kg
2	> 10 kg

+1 Terjadi beban kejutan selama bekerja

Nilai Skor A: 1

Penilaian Genggaman (coupling)

0	Kondisi Baik. Pegangan mudah digenggam
1	Cukup Baik. Pegangan cukup baik, tapi tidak ideal
2	Kurang Baik. Pegangan tidak baik meskipun dapat digunakan
3	Tidak Aman atau tidak ada pegangan

Nilai Genggaman: 3

Tabel C

Nilai Skor A: 1

Nilai Skor B: 3

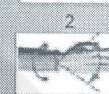
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1	1	1	2	3	3	4	5	6	7	7	7	7	1
1	2	2	3	4	4	5	6	6	7	7	8	8	2
2	3	3	3	4	5	6	7	7	8	8	8	8	3
3	4	4	4	5	6	7	8	8	9	9	9	9	4
4	4	4	5	6	7	8	8	9	9	9	9	9	5
6	6	6	7	8	8	9	9	10	10	10	10	10	6
7	7	7	7	8	9	9	10	10	10	11	11	11	7
8	8	8	9	10	10	10	10	10	11	11	11	11	8
9	9	9	10	10	10	11	11	11	11	12	12	12	9
10	10	10	11	11	11	11	12	12	12	12	12	12	10
11	11	11	11	12	12	12	12	12	12	12	12	12	11
12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12

Nilai Skor B: 3

Nilai Aktivitas: 0 + Nilai Tabel C: 5 = Nilai Skor REBA: 5

Pergelangan Tangan (kanan/kiri)*

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



Jika tangan memutar ke kanan/kiri atau menekuk ke kanan/kiri +1

Skor Pergelangan Tangan

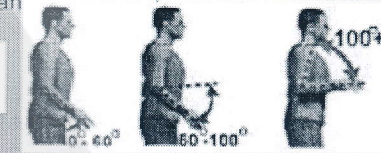
1

Skor Lengan Bawah

2

Lengan Bawah (kanan/kiri)*

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



Tabel B

Nilai Skor B: 3

Nilai Skor A: 1

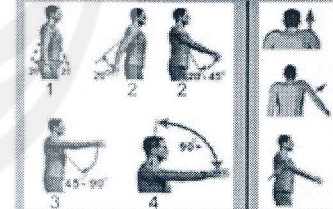
Nilai Skor B: 3 + Nilai Skor A: 5

Nilai Skor B: 3

Nilai Tabel B	Lengan Bawah			Pergelangan Tangan			Lengan Atas
	1	2	3	1	2	3	
1	2	2	1	2	3	1	Lengan Atas
1	2	3	2	3	4	2	
3	4	5	4	5	5	3	
4	5	5	5	6	7	4	
6	7	8	7	8	8	5	
7	8	8	8	9	9	6	

Lengan Bawah (kanan/kiri)*

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



Jika:

+1

+1

-1

Skor REBA	Level Resiko	Level Tindakan	Tindakan (termasuk evaluasi lebih lanjut)
1	Depat diabaikan	0	Tidak perlu tindakan
2-3	Rendah	1	Mungkin diperlukan tindakan
4-7	Sedang	2	perlu tindakan ✓
8-10	Tinggi	3	Perlu tindakan secepatnya
11-15	Sangat Tinggi	4	Perlu tindakan sekarang juga

Source: Hignett, S., & McAtamney, L. (2000). Applied Ergonomics, 31, 201-205. Developed by the National Institute for Occupational Safety and Health, Laboratory for Human Factors and Ergonomics, and the National Institute for Environmental Health Sciences.

Rapid Entire Body Assessment (REBA) Assessment Worksheet

No. : Jesudh-2 (Jun) Bagian/Divisi : _____

Nama : Arya Pekerjaan : Mengangkat Lemari Aas

Leher

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



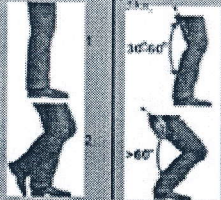
Jika leher memutar ke kanan/kiri atau menekuk ke kanan/kiri; maka +1

SKOR LEHER

1

Kaki

Pilih salah satu posisi di bawah ini:

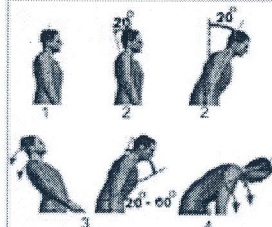


SKOR KAKI

1

Badan

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



Jika badan memutar ke kanan/kiri ATAU badan menekuk ke samping kanan/kiri; maka +1

SKOR BADAN

1

Penilaian Aktivitas

Jika satu atau lebih bagian tubuh dalam posisi statis; misalkan postur tetap selama lebih dari 1 menit +1

Jika terjadi aktivitas yang berulang pada area yang relatif kecil; misalkan berulang >4 kali/menit (tidak termasuk jalan) +1

Jika aktivitas menyebabkan perubahan besar atau pada pijakan yang tidak stabil +1

Tabel A

Badan	Leher				Leher				Leher			
	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
1	1	2	3	4	1	2	3	4	3	3	5	6
2	2	3	4	5	3	4	5	6	4	5	6	7
3	2	4	5	6	4	5	6	7	5	6	7	8
4	3	5	6	7	5	6	7	8	6	7	8	9
5	4	6	7	8	6	7	8	9	7	8	9	9

Penilaian Beban (Load/Force)

Nilai	Nilai Pembebanan
0	< 5 kg
1	5-10 kg
2	> 10 kg

+1 Terjadi beban kejutan selama bekerja

Penilaian Genggaman (coupling)

Kondisi	Nilai Genggaman
Kondisi Baik. Pegangan mudah digenggam	0
Cukup Baik. Pegangan cukup baik, tapi tidak ideal	1
Kurang Baik. Pegangan tidak baik meskipun dapat digunakan	2
Tidak Aman atau tidak ada pegangan	3

Tabel C

Nilai Skor A												
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	1	1	2	3	3	4	5	6	7	7	7	7
1	2	2	3	4	4	5	6	6	7	7	8	8
2	3	3	3	4	5	6	7	7	8	8	8	3
3	4	4	4	5	6	7	8	8	9	9	9	4
4	4	4	5	6	7	8	8	9	9	9	9	5
6	6	6	7	8	8	9	9	10	10	10	10	6
7	7	7	7	8	9	9	10	10	10	11	11	7
8	8	8	9	10	10	10	10	10	11	11	11	8
9	9	9	10	10	10	11	11	11	11	12	12	9
10	10	10	11	11	11	11	11	12	12	12	12	10
11	11	11	11	12	12	12	12	12	12	12	12	11
12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12

Nilai Skor A + Nilai Skor B = Nilai Skor REBA: 1

Pergelangan Tangan (kanan/kiri)*

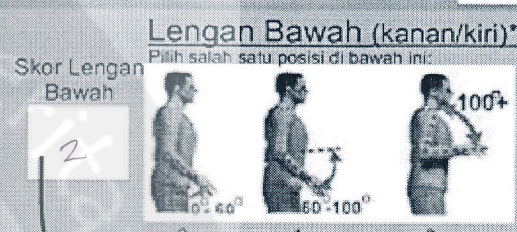
Pilih salah satu posisi di bawah ini:



Skor Pergelangan Tangan

1

Jika tangan memutar ke kanan/kiri atau menekuk ke kanan/kiri +1



Skor Lengan Bawah

2

Lengan Bawah (kanan/kiri)*

Pilih salah satu posisi di bawah ini:

Tabel B

Nilai Tabel B	Lengan Bawah			Pergelangan Tangan		
	1	2	3	1	2	3
1	1	2	2	1	2	3
1	2	3	3	2	3	4
3	4	5	5	4	5	5
4	5	5	5	5	6	7
6	7	8	8	7	8	8
7	8	8	8	8	9	9

Lengan Bawah (kanan/kiri)*

Pilih salah satu posisi di bawah ini:

Jika: +1

Nilai Skor B

2

Skor REBA	Level Resiko	Level Tindakan	Tindakan (termasuk evaluasi lebih lanjut)
1	Dapat diabaikan	0	Tidak perlu tindakan ✓
2-3	Rendah	1	Mungkin diperlukan tindakan
4-7	Sedang	2	perlu tindakan
8-10	Tinggi	3	Perlu tindakan secepatnya
11-15	Sangat Tinggi	4	Perlu tindakan sekarang juga

Source: Hignett, S., McAtamney, L. (2000) Applied Ergonomics, 31, 201-205
 * pilih salah satu

Rapid Entire Body Assessment (REBA) Assessment Worksheet

No. : Sesudah - 1 (kiri) Bagian/Divisi : _____

Nama : Inka Pekerjaan : Mengangkat Lemari Atas

Leher

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



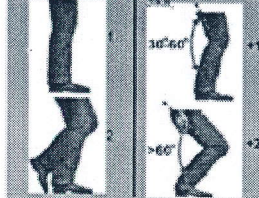
Jika leher memutar ke kanan/kiri atau menekuk ke kanan/kiri; maka +1

SKOR LEHER

1

Kaki

Pilih salah satu posisi di bawah ini:

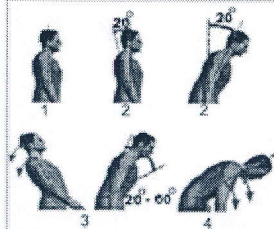


SKOR KAKI

1

Badan

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



Jika badan memutar ke kanan/kiri ATAU badan menekuk ke samping kanan/kiri; maka +1

SKOR BADAN

1

Penilaian Aktivitas

- Jika satu atau lebih bagian tubuh dalam posisi statis; misalkan postur tetap selama lebih dari 1 menit **+1**
- Jika terjadi aktivitas yang berulang pada area yang relatif kecil; misalkan berulang >4 kali/menit (tidak termasuk jalan) **+1**
- Jika aktivitas menyebabkan perubahan besar atau pada pijakan yang tidak stabil **+1**

Tabel A

	Leher											
	Kaki 1				Kaki 2				Kaki 3			
Badan 1	1	2	3	4	1	2	3	4	1	2	3	4
2	2	3	4	5	3	4	5	6	4	5	6	7
3	2	4	5	6	4	5	6	7	5	6	7	8
4	3	5	6	7	5	6	7	8	6	7	8	9
5	4	6	7	8	6	7	8	9	7	8	9	9

Penilaian Beban (Load/Force)

0	< 5 kg
1	5-10 kg
2	> 10 kg

+1 Terjadi beban kejutan selama bekerja

Penilaian Genggaman (coupling)

0	Kondisi Baik. Pegangan mudah digenggam	Nilai Genggaman	0
1	Cukup Baik. Pegangan cukup baik, tapi tidak ideal	Nilai Genggaman	0
2	Kurang Baik. Pegangan tidak baik meskipun dapat digunakan	Nilai Genggaman	2
3	Tidak Aman atau tidak ada pegangan	Nilai Genggaman	2

Tabel C

	Nilai Skor A												Nilai Skor B
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	
1	1	1	2	3	3	4	5	6	7	7	7	7	1
1	2	2	3	4	4	5	6	6	7	7	8	8	2
2	3	3	3	4	5	6	7	7	8	8	8	3	3
3	4	4	4	5	6	7	8	8	9	9	9	4	4
4	4	4	5	6	7	8	8	9	9	9	9	5	5
6	6	6	7	8	8	9	9	10	10	10	10	6	6
7	7	7	7	8	9	9	10	10	11	11	11	7	7
8	8	8	9	10	10	10	10	11	11	11	11	8	8
9	9	9	10	10	10	11	11	11	12	12	12	9	9
10	10	10	11	11	11	11	12	12	12	12	12	10	10
11	11	11	11	12	12	12	12	12	12	12	12	11	11
12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12

Nilai Aktivitas: 0 + Nilai Tabel C: 1 = Nilai Skor REBA: 1

Pergelangan Tangan (kanan/kiri)*

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



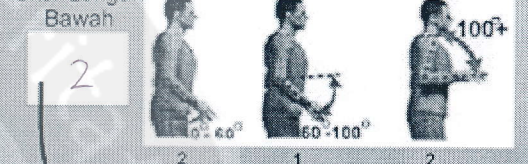
Skor Pergelangan Tangan

1

Jika tangan memutar ke kanan/kiri atau menekuk ke kanan/kiri +1

Lengan Bawah (kanan/kiri)*

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



Skor Lengan Bawah

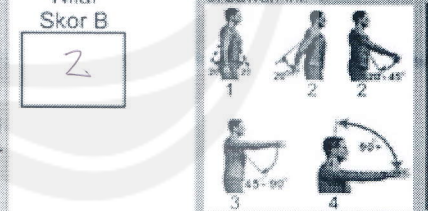
2

Tabel B

	Lengan Bawah						Pergelangan Tangan					
	1			2			1			2		
1	1	2	2	1	2	3	1	2	3	1	2	3
1	1	2	3	2	3	4	2	3	4	2	3	4
3	3	4	5	4	5	5	3	4	5	3	4	5
4	4	5	5	5	6	7	4	5	6	4	5	6
6	6	7	8	7	8	8	5	6	7	5	6	7
7	8	8	8	8	9	9	6	7	8	6	7	8

Lengan Bawah (kanan/kiri)*

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



Jika:

Nilai Lengan Bawah: 2

Skor REBA	Level Resiko	Level Tindakan	Tindakan (termasuk evaluasi lebih lanjut)
1	Dapat diabaikan	0	Tidak perlu tindakan
2-3	Rendah	1	Mungkin diperlukan tindakan
4-7	Sedang	2	perlu tindakan
8-10	Tinggi	3	Perlu tindakan secepatnya
11-15	Sangat Tinggi	4	Perlu tindakan sekarang juga

Source: Hyatt, S. McAuliffe, L. (2000) Designed by Applied Ergonomics, 31, 201-205
 and Laboratorium Perancangan Sistem Kerja Institut Teknologi Sepuluh Nopember, 2005

Rapid Entire Body Assessment (REBA) Assessment Worksheet

No. : Sesudah-1 (karn) Bagian/Divisi : IT
 Nama : Inku Pekerjaan : Mengongkai Lemari Ars

Leher

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



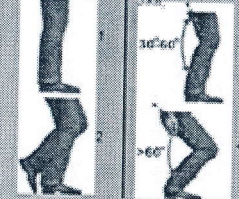
Jika leher memutar ke kanan/kiri atau menekuk ke kanan/kiri; maka +1

SKOR LEHER

1

Kaki

Pilih salah satu posisi di bawah ini:

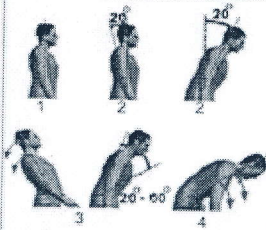


SKOR KAKI

1

Badan

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



Jika badan memutar ke kanan /kiri ATAU badan menekuk ke samping kanan/kiri; maka +1

SKOR BADAN

1

Penilaian Aktivitas

Jika satu atau lebih bagian tubuh dalam posisi statis; misalkan postur tetap selama lebih dari 1 menit +1

Jika terjadi aktivitas yang berulang pada area yang relatif kecil; misalkan berulang >4 kali/menit (tidak termasuk jalan) +1

Jika aktivitas menyebabkan perubahan besar atau pada pijakan yang tidak stabil +1

Tabel A

Badan	Leher				Kaki			
	1	2	3	4	1	2	3	4
1	1	2	3	4	1	2	3	4
2	2	3	4	5	3	4	5	6
3	2	4	5	6	4	5	6	7
4	3	5	6	7	5	6	7	8
5	4	6	7	8	6	7	8	9

Penilaian Beban (Load/Force)

0	< 5 kg
1	5-10 kg
2	> 10 kg

+1 Terjadi beban kejutan selama bekerja

Penilaian Genggaman (coupling)

0	Kondisi Baik. Pegangan mudah digenggam
1	Cukup Baik. Pegangan cukup baik, tapi tidak ideal
2	Kurang Baik. Pegangan tidak baik meskipun dapat digunakan
3	Tidak Aman atau tidak ada pegangan

Tabel C

Badan	Nilai Skor A											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
1	1	1	2	3	3	4	5	6	7	7	7	7
1	2	2	3	4	4	5	6	6	7	7	8	8
2	3	3	3	4	5	6	7	7	8	8	8	8
3	4	4	4	5	6	7	8	8	9	9	9	9
4	4	4	4	5	6	7	8	8	9	9	9	9
6	6	6	7	8	8	9	9	10	10	10	10	10
7	7	7	7	8	9	9	10	10	10	11	11	11
8	8	8	9	10	10	10	10	10	10	11	11	11
9	9	9	10	10	10	11	11	11	11	12	12	12
10	10	10	11	11	11	11	12	12	12	12	12	12
11	11	11	11	12	12	12	12	12	12	12	12	11
12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12	12

Nilai Aktivitas: 0 + Nilai Tabel C: 3 = Nilai Skor REBA: 3

Pergelangan Tangan (kanan/kiri)*

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



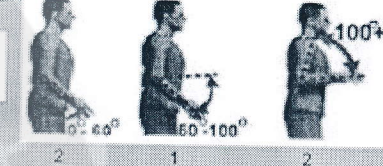
Jika tangan memutar ke kanan/kiri atau menekuk ke kanan/kiri +1

SKOR Pergelangan Tangan

1

Lengan Bawah (kanan/kiri)*

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



SKOR Lengan Bawah

1

Tabel B

Lengan Bawah

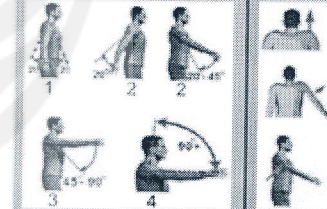
Nilai Tabel B	1			2			Pergelangan Tangan
	1	2	3	1	2	3	
1	1	2	2	1	2	3	1
1	2	3		2	3	4	2
3	4	5		4	5	5	3
4	5	5		5	6	7	4
6	7	8		7	8	8	5
7	8	8		8	9	9	6

Nilai Skor B

6

Lengan Atas (kanan/kiri)*

Pilih salah satu posisi di bawah ini:



Jika:

+1 Nilai Lengan Atas

+1

-1

Skor REBA	Level Risiko	Level Tindakan	Tindakan (termasuk evaluasi lebih lanjut)
1	Dapat diabaikan	0	Tidak perlu tindakan
2-3	Rendah	1	Mungkin diperlukan tindakan
4-7	Sedang	2	perlu tindakan
8-10	Tinggi	3	Perlu tindakan secepatnya
11-15	Sangat Tinggi	4	Perlu tindakan sekarang juga

Source: Hignett, S., & McAtamney, L. (2000). Applied Ergonomics, 31, 201-205. Designed by: Institut Teknologi Sepuluh Nopember (ITS) dan Ergonomi dan Kesehatan ITS