

DAFTAR ISI

JUDUL SKRIPSI	i
PERSETUJUAN SKRIPSI	ii
PENGESAHAN	iii
MOTTO DAN PERSEMBAHAN	iv
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA	v
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vi
ABSTRAK	vii
<i>ABSTRACT</i>	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR TABEL	xv
BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	2
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Batasan Masalah	3
1.5 Manfaat Penelitian	3
1.6 Penelitian Terdahulu	3

BAB II LANDASAN TEORI

2.1 Ergonomi	6
2.2 Beban Kerja	7
2.3 Produktivitas.....	12
2.3.1 Hubungan Beban Kerja Terhadap Produktivitas Kerja	14
2.4 Waktu Istirahat	15
2.4.1 Penentuan Waktu Istirahat Menggunakan Pendekatan Fisiologis.....	16

BAB III METODELOGI PENELITIAN

3.1 Metodologi Penelitian	18
3.2 Studi Pendahuluan	19
3.3 Perumusan Masalah.....	19
3.4 Tujuan Penelitian	19
3.5 Pengumpulan Data.....	19
3.6 Pengolahan Data	20
3.7 Implementasi	20
3.8 Perhitungan Beban Kerja	20
3.9 Hasil dan Pembahasan.....	20
3.10 Kesimpulan dan Saran.....	20

BAB IV PENGOLAHAN DAN PENGUMPULAN DATA..... 21

4.1 Pengumpulan Data.....	21
4.1.1 Gambaran Umum Perusahaan.....	21
4.1.2 Data Usia, Denyut Nadi Responden dan Saturasi Oksigen	24
4.2 Pengolahan Data	26
4.2.1 Penilaian Beban Kerja	26

4.2.1 Penilaian Beban Kerja dengan Mode Langsung.....	44
4.2.2 Penilaian Beban Kerja dengan Model Langsung.....	45
4.3 Implementasi Perbaikan Waktu Istirahat.....	47
4.4 Hasil Produktivitas Sebelum dan Setelah Perbaikan	48
4.5 Perbandingan Hasil %CVL dan Metabolisme Sebelum dan Sesudah	54

BAB V PEMBAHASAN DAN ANALISIS

5.1 Analisis.....	56
5.1.1 Sebelum dilakukan Perbaikan.....	56
5.1.2 Setelah dilakukan Perbaikan	57
5.2 Pembuktian Analisis dan Produktivitas	58

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN

6.1 Kesimpulan.....	60
6.2 Saran.....	60

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR GAMBAR

Gambar 3. 1 Kerangka Penelitian	18
Gambar 4. 1 Pembuatan Design.....	22
Gambar 4. 2 Percetakan Spanduk	23
Gambar 4. 3 Proses <i>Finishing</i>	24
Gambar 4. 4 Grafik Denyut Nadi Karyawan	41
Gambar 5. 1 Grafik Dari Hasil Pengolahan Data.....	56

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Referensi Penelitian	4
Tabel 2. 1 Kategori Beban Kerja Berdasarkan Metabolisme, Respirasi, Suhu Tubuh, dan Denyut Jantung.....	8
Tabel 2. 2 Konsumsi Oksigen Maksimum (VO2 max) ML/(Kg-min)	9
Tabel 4. 1 Hasil Pengukuran Karyawan.....	25
Tabel 4. 2 Hasil Perhitungan DNK Karyawan.....	36
Tabel 4. 3 Rekapitulasi Denyut Nadi	41
Tabel 4. 4 Nadi Pemulihan.....	42
Tabel 4. 5 Nadi Pemulihan Dalam Menit.....	43
Tabel 4. 6 Rekapitulasi Penilaian Beban Kerja dengan Metode Tidak Langsung	44
Tabel 4. 7 Saturasi Oksigen Karyawan Pekerja	45
Tabel 4. 8 Hasil Sebelum Implementasi	48
Tabel 4. 9 Hasil Sesudah Implementasi	48
Tabel 4. 10 Hasil Pengukuran Setelah Perbaikan	50
Tabel 4. 11 Hasil Perhitungan DNK	51
Tabel 4. 12 Rekapitulasi Perhitungan Denyut Nadi Karyawan	51
Tabel 4. 13 Denyut Nadi Pemulihan	52
Tabel 4. 14 Rekapitulasi Penilaian Beban Kerja dengan metode tidak langsung .	53
Tabel 4. 15 Perhitungan Saturasi Oksigen Karyawan.....	54
Tabel 4. 16 Perbandingan Sebelum dan Sesudah	55
Tabel 5. 1 Hasil Penilaian Kerja	57