

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	ii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
ABSTRAK.....	v
ABSTRACT.....	vi
Kata Pengantar.....	vii
Daftar Isi.....	ix
Daftar Gambar.....	xii
Daftar Tabel.....	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	5
1.4 Manfaat Penelitian.....	5
1.5 Batasan Penelitian.....	6
1.6 Asumsi Penelitian.....	6
BAB II.....	7
TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 COVID-19.....	7
2.2 WFH (<i>Work From Home</i>).....	7
2.3 SFH (<i>Study From Home</i>).....	8
2.4 Ergonomi.....	9
2.4.1 Pengertian Ergonomi.....	9
2.4.2 Tujuan Ergonomi.....	9
2.4.3 Manfaat Ergonomi.....	10
2.5 Dampak Kesehatan Akibat Penggunaan Laptop dan Komputer/PC.....	10
2.6 Faktor Risiko Penggunaan Laptop atau PC.....	13
2.7 Standar Posisi Tubuh dalam Penggunaan Laptop atau PC.....	15

2.8	Standar Stasiun Kerja (<i>Work Station</i>).....	17
2.9	Kuesioner NBM (<i>Nordic Body Map</i>).....	18
2.10	Metode RULA (<i>Rapid Upper Limb Assessment</i>).....	19
2.10.1	Tabel A	20
2.10.2	Tabel B	23
2.10.3	Tabel C	26
BAB III.....		28
METODOLOGI PENELITIAN		28
3.1	Jenis Penelitian.....	28
3.2	Lokasi Penelitian.....	28
3.3	Teknik Pengambilan Sampel	28
3.4	Tahapan Penelitian.....	30
3.5	Tahap Penelitian.....	31
3.5.1	Studi Pendahuluan	31
3.5.2	Identifikasi Masalah	31
3.5.3	Perumusan Masalah.....	31
3.5.4	Pengambilan Data.....	31
3.5.5	Pengolahan Data.....	32
3.5.6	Analisa hasil keluhan otot mahasiswa selama <i>Study From Home</i> ... 33	
3.5.7	Kesimpulan dan Saran.....	33
BAB IV.....		34
HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		34
4.1	Karakteristik Responden.....	34
4.2	Data Kuesioner <i>Nordic Body Map</i> (NBM)	39
4.3	Data Hasil RULA.....	42
4.3.1	Pengolahan Data RULA	42
4.3.2	Penilaian Postur Tubuh Mahasiswa dengan RULA	42
4.4	Analisa Hasil Kuesioner <i>Nordic Body Map</i> (NBM).....	46
4.5	Analisa Hasil RULA	48
4.6	Analisa Faktor Risiko	50
4.7	Rekomendasi Perbaikan.....	56
BAB V		62

KESIMPULAN DAN SARAN.....	62
5.1 Kesimpulan.....	62
5.2 Saran.....	63
5.2.1 Institusi.....	63
5.2.2 Penelitian Selanjutnya.....	63
DAFTAR PUSTAKA	64
LAMPIRAN.....	66
Biodata Penulis.....	81

