RINGKASAN

Pelaksanaan praktik kerja lapangan berlangsung di PT Ambasador Garmindo 2 pada tanggal, 21 April – 30 Mei 2024 di bagian departemen K3, sewing, dan bagian lain yang membutuhkan pengambilan data. PT Ambassador Garmindo 2 didirikan pada tahun 2014 sebagai respon terhadap kelebihan karyawan dan pesanan lokal yang mulai masuk. Pemasaran terhadap buyer lokal dan buyer luar. Saat ini, perusahaan memiliki 64 staff dan 694 karyawan harian. Bagian perencanaan dan pengendalian produksi (PPIC) bertanggung jawab atas perencanaan dan pengendalian produksi di area produksi. Produksi dilakukan di linework sewing H2 adalah *Kemko c-sew Long Sleeve u-ip/138p* sebanyak 1001 pcs. Pemeliharaan dan perbaikan mesin dilakukan secara rutin oleh bagian mekanik. Pengendalian mutu dari raw material, proses, dan produk dengan tujuan menjaga kualitas sebelum dikirim ke buyer. Permasalahan yang ditemukan selama praktik kerja lapangan keluhan sakit pada bagian tubuh akibat posisi duduk yang tidak ergonomis. Analisis menggunakan koesioner Nordic Body Map menunjukan dari sekitar 30 operator sewing line H2 dengan rentan umur antara 19-45 tahun diketahui bahwa faktor penyebab permasalahan meliputi gejala nyeri pada otot pinggang, nyeri otot lengan, nyeri otot leher, dan nyeri otot bahu, dengan berbagai level atau tingkatan nyeri yang berbeda, seperti level 1 (tidak sakit), level 2 (agak sakit), level 3 (sakit), dan level 4 (sangat sakit). Hal ini disebabkan karena posisi duduk yang tidak sesuai atau posisi badan yang terlalu membungkuk selama bekerja menyebabkan gejala kesehatan jangka panjang jika tidak segera di tanggulangi. Faktor umur yang berbeda pada setiap operator juga sangat memengaruhi terjadinya beberapa gangguan gejala kesehatan para pekerja seperti mudah lelah dan kondisi badan yang berbeda dengan pekerja dengan rentan umur 19-25 tahun. Setelah melakukan pengumpulan data menggunakan kuisioner *Nordic Body Map,* didapat data dengan skor tertinggi yaitu pada stasiun kerja 21 dan 22 pada proses pengerjaan *stitch armhole* dan *stitch welt pocket* untuk *article Sample Kemko c-sew Long Sleeve u-ip/138p.* Stasiun kerja tersebut posisinya saling berhadapan satu sama lain. Akibatnya pada saat operator memberikan komponen ke tahap pengerjaan selanjutnya akan mengalami posisi badan yang memutar atau *twister* yang dapat membuat nyeri pada otot. Selain permasalahan stasiun kerja yang kurang ergonomis, didapat keluhan dari beberapa operator lain pada salah satu bagian tubuhnya dengan level poin sakit 4, yang dialami oleh operator 3 dengan keluhan pada area leher bagian bawah, operator 12 dengan keluhan pada area lengan bagian atas kanan dan pergelangan lengan kanan, operator 23 dengan keluhan pada area lengan bagian atas kanan, operator 26 dengan keluhan pada area bokong. Untuk mengatasi permasalahan tersebut, beberapa usulan penyelesaian diajukan untuk menanggulangi ataupun mengurangi permasalahan yang berlangsung, seperti melakukan penataan ulang stasiun kerja agar lebih efisien lagi untuk mengurangi tingkat gejala gangguan kesehatan jangka panjang pada pekerja, lalu memberikan pengarahan serta penyuluhan kepada pekerja khususnya operator *sewing* mengenai ergonomi saat bekerja, tata cara duduk secara ergonomi, dan untuk membuat lingkungn kerja dengan ergonomi yang baik kedepannya