

Lampiran 5

Tahap Pengukuran dan Pembuatan Pola

Upper Limb Technical Action	Tindakan Teknis (dinamis)		Postur dan Gerakan Bahu			Pergerakan Siku		Postur dan Gerakan Pergelangan Tangan				Postur dan Gerakan Tangan				
	Durasi	%Waktu Siklus	Fleksi, Abduksi >80	Abduksi antara 45-80	Ekstensi >20	Pronasi >60	Supinasi >60	Fleksi – Ekstensi >60	Fleksi >45	Ekstensi >45	Deviasi Radial >15	Deviasi Ulnar >20	Power Grip	Pinch Grip	Palmar Grip	Hook Grip
Mengambil Penggaris	1.97	2%												√		
Memindahkan penggaris	1.39	1%												√		
Mengambil spidol	1.86	2%												√		
Menandai karpet	13.6	14%	√											√		
Menggaris pola	68.82	71%						√						√		
memasang tutup spidol	4.94	5%												√		
meletakkan spidol dimeja	5.02	5%												√		
Nilai Pengali Postur			0.7					0.7						0.7		

Upper Limb Technical Action	Tindakan Teknis (dinamis)		Postur dan Gerakan Bahu			Pergerakan Siku		Postur dan Gerakan Pergelangan Tangan				Postur dan Gerakan Tangan				
	Durasi	%Waktu Siklus	Fleksi, Abduksi >80	Abduksi antara 45-80	Ekstensi >20	Pronasi >60	Supinasi >60	Fleksi – Ekstensi >60	Fleksi >45	Ekstensi >45	Deviasi Radial >15	Deviasi Ulnar >20	Power Grip	Pinch Grip	Palmar Grip	Hook Grip
Memegang penggaris	1.85	2%												√		

Upper Limb Technical Action	Tindakan Teknis (dinamis)		Postur dan Gerakan Bahu			Pergerakan Siku			Postur dan Gerakan Pergelangan Tangan				Postur dan Gerakan Tangan			
	Durasi	% Waktu Siklus	Fleksi, Abduksi >80	Abduksi antara 45-80	Ekstensi >20	Pronasi >60	Supinasi >60	Fleksi – Ekstensi >60	Fleksi >45	Ekstensi >45	Deviasi Radial >15	Deviasi Ulnar >20	Power Grip	Pinch Grip	Palmar Grip	Hook Grip
Tangan Kiri																
Meletakkan penggaris	1.99	2%														
Melepas tutup spidol	2.38	2%											√			
Memposisikan penggaris	33.68	35%						√								
meletakkan penggaris dimeja	5.02	5%											√			
Nilai Pengali Postur								1					1			

Tahap Pemotongan Pola dan Pemasangan Label pada Pola

Upper Limb Technical Action	Tindakan Teknis (dinamis)		Postur dan Gerakan Bahu			Pergerakan Siku			Postur dan Gerakan Pergelangan Tangan				Postur dan Gerakan Tangan			
	Durasi	% Waktu Siklus	Fleksi, Abduksi >80	Abduksi antara 45-80	Ekstensi >20	Pronasi >60	Supinasi >60	Fleksi – Ekstensi >60	Fleksi >45	Ekstensi >45	Deviasi Radial >15	Deviasi Ulnar >20	Power Grip	Pinch Grip	Palmar Grip	Hook Grip
Tangan Kanan																
Mengambil alat pemotong	2.11	2%											√			
Memposisikan alat pemotong	8.23	8%														
Memotong pola	47.1	48%						√								√
Melepas alat pemotong	1.38	1%														
Mengambil gunting	2.44	3%														

Upper Limb Technical Action	Tindakan Teknis (dinamis)		Postur dan Gerakan Bahu			Pergerakan Siku			Postur dan Gerakan Pergelangan Tangan				Postur dan Gerakan Tangan			
	Durasi	%Waktu Siklus	Fleksi, Abduksi >80	Abduksi antara 45-80	Ekstensi >20	Pronasi >60	Supinasi >60	Fleksi – Ekstensi >60	Fleksi >45	Ekstensi >45	Deviasi Radial >15	Deviasi Ulnar >20	Power Grip	Pinch Grip	Palmar Grip	Hook Grip
Tangan Kanan																
Menggantung Label	3.43	4%														
meletakkan gunting	2.56	3%											√			
mengambil spidol	1.83	2%											√			
Memposisikan spidol	1.01	1%											√			
Menulis label	10.59	11%											√			
Melepas spidol	1.58	2%											√			
mengambil pola	2.78	3%											√			
Memposisikan label pada pola	6.51	7%											√			
Nilai Pengali Postur								1					1			1

Upper Limb Technical Action	Tindakan Teknis (dinamis)		Postur dan Gerakan Bahu			Pergerakan Siku			Postur dan Gerakan Pergelangan Tangan				Postur dan Gerakan Tangan			
	Durasi	%Waktu Siklus	Fleksi, Abduksi >80	Abduksi antara 45-80	Ekstensi >20	Pronasi >60	Supinasi >60	Fleksi – Ekstensi >60	Fleksi >45	Ekstensi >45	Deviasi Radial >15	Deviasi Ulnar >20	Power Grip	Pinch Grip	Palmar Grip	Hook Grip
Tangan Kiri																
memegang pola	6.8	18%											√			
Melepas pola	1.22	3%														

Upper Limb Technical Action	Tindakan Teknis (dinamis)		Postur dan Gerakan Bahu			Pergerakan Siku			Postur dan Gerakan Pergelangan Tangan				Postur dan Gerakan Tangan			
	Durasi	% Waktu Siklus	Fleksi, Abduksi >80	Abduksi antara 45-80	Ekstensi >20	Pronasi >60	Supinasi >60	Fleksi – Ekstensi >60	Fleksi >45	Ekstensi >45	Deviasi Radial >15	Deviasi Ulnar >20	Power Grip	Pinch Grip	Palmar Grip	Hook Grip
Mengambil label	1.76	5%											√			
Memposisikan label	1.27	3%											√			
Melepas pola	1.98	5%														
melepaskan tutup spidol	2.34	6%											√			
Mengambil label	1.55	4%														
Memposisikan label	1.21	3%														
melepaskan label	1.56	4%											√			
memasang tutup spidol	2.47	7%											√			
mengambil label	2.67	7%														
Memposisikan label pada pola	6.51	17%						√								
memindahkan pola	4.36	12%														
Nilai Pengali Postur								1					1			

Tahap Pengobrasan dan *Packing* Pola

Upper Limb Technical Action	Tindakan Teknis (dinamis)		Postur dan Gerakan Bahu			Pergerakan Siku			Postur dan Gerakan Pergelangan Tangan				Postur dan Gerakan Tangan			
	Durasi	% Waktu Siklus	Fleksi, Abduksi >80	Abduksi antara 45-80	Ekstensi >20	Pronasi >60	Supinasi >60	Fleksi – Ekstensi >60	Fleksi >45	Ekstensi >45	Deviasi Radial >15	Deviasi Ulnar >20	Power Grip	Pinch Grip	Palmar Grip	Hook Grip
mengambil pola	2.43	1%												√		
Memposisikan pola dimesin obras	21.24	11%														√
Memegang pola yang sedang diobras	112.57	58%														√
Memposisikan pola dimeja	3.81	2%														
Menggulung pola karpet	17.94	9%												√		
Melepaskan pola	2.11	1%														
Mengambil tali	4.56	2%												√		
mengikat pola	7.93	4%														
Melepas tali dan pola	2.77	1%														
Menggunting tali	1.22	1%														
memindahkan pola	16.65	9%														
mengambil pola	2.43	1%														

Upper Limb Technical Action	Tindakan Teknis (dinamis)		Postur dan Gerakan Bahu			Pergerakan Siku			Postur dan Gerakan Pergelangan Tangan				Postur dan Gerakan Tangan			
	Durasi	%Waktu Siklus	Fleksi, Abduksi >80	Abduksi antara 45-80	Ekstensi >20	Pronasi >60	Supinasi >60	Fleksi – Ekstensi >60	Fleksi >45	Ekstensi >45	Deviasi Radial >15	Deviasi Ulnar >20	Power Grip	Pinch Grip	Palmar Grip	Hook Grip
Memposisikan pola dimesin obras	21.24	11%														
Nilai Pengali Postur													1		0.7	

Upper Limb Technical Action	Tindakan Teknis (dinamis)		Postur dan Gerakan Bahu			Pergerakan Siku			Postur dan Gerakan Pergelangan Tangan				Postur dan Gerakan Tangan			
	Durasi	%Waktu Siklus	Fleksi, Abduksi >80	Abduksi antara 45-80	Ekstensi >20	Pronasi >60	Supinasi >60	Fleksi – Ekstensi >60	Fleksi >45	Ekstensi >45	Deviasi Radial >15	Deviasi Ulnar >20	Power Grip	Pinch Grip	Palmar Grip	Hook Grip
Mengambil pola	2.43	1%												√		
Memposisikan pola dimesin obras	21.24	12%														
Memegang pola yang sedang diobras	112.57	61%												√		
Memposisikan pola dimeja	3.81	2%														
Menggulung pola karpet	17.94	10%												√		
memposisikan pola	2.02	1%														
mengikat pola	7.93	4%														

Upper Limb Technical Action	Tindakan Teknis (dinamis)		Postur dan Gerakan Bahu			Pergerakan Siku			Postur dan Gerakan Pergelangan Tangan				Postur dan Gerakan Tangan			
	Durasi	% Waktu Siklus	Fleksi, Abduksi >80	Abduksi antara 45-80	Ekstensi >20	Pronasi >60	Supinasi >60	Fleksi – Ekstensi >60	Fleksi >45	Ekstensi >45	Deviasi Radial >15	Deviasi Ulnar >20	Power Grip	Pinch Grip	Palmar Grip	Hook Grip
memindahkan pola	16.65	9%														
Nilai Pengali Postur													0.7			

