

## ABSTRAK

Alat fitness adalah perangkat penting dalam industri kesehatan dan kebugaran untuk membantu mencapai tujuan kebugaran, alat fitness kembali populer karena beberapa faktor. Pasca pandemi COVID-19 kesadaran kesehatan meningkat, mendorong kebutuhan berolahraga di rumah selama pembatasan sosial dan mendorong pertumbuhan permintaan alat fitness maka dari itu menciptakan pasar yang dinamis dan kompetitif, jenis dari alat fitness beragam, dari dumbell dan resistance band hingga treadmill dan mesin latihan beban. Perusahaan CV. New Quality yaitu perusahaan yang bergerak dibidang distribusi atau jual beli alat fitness salah satu bagian yang paling berat dikerjakan dan memiliki probabilitas resiko buruk yang tinggi adalah pekerja bagian gudang khususnya *loader*. Permasalahan yang sering terjadi pada pekerja digudang yaitu seringkali mengalami saraf terjepit dibagian kaki paha dan kususnya bagian punggung yang bisa disebut *musculoskeletal disorders (MSDs)*. Tujuan dari penelitian ini yaitu menghasilkan penilaian postur tubuh dengan menggunakan metode REBA (*Rapid Entire Body Assessment*) dan NBM (*Nordic Body Map*) pada bagian gudang CV. New Quality, dengan menerapkan metode REBA (*Rapid Entire Body Assessment*) memberikan solusi yang efektif kepada para pekerja dengan tujuan mengurangi permasalahan nyeri pada bagian leher, punggung, tangan dan kaki mereka khususnya pada bagian gudang. Berdasarkan hasil penelitian ini menghasilkan Hasil NBM menunjukkan skor rata-rata keluhan otot 56 (kategori sedang), dengan 9 bagian tubuh berisiko tinggi, terutama punggung. Skor REBA awal 8 (risiko tinggi) menunjukkan perlunya perbaikan segera untuk menghindari cedera dan penurunan produktivitas. Solusi yang diterapkan adalah penambahan tatakan meja untuk mengurangi membungkuk. Setelah perbaikan, skor REBA turun menjadi 3 (risiko rendah), menandakan postur kerja yang lebih ergonomis. Dengan mengatasi masalah kesehatan pekerja gudang maka perusahaan mendapatkan value business dari perbaikan masalah kesehatan tersebut yaitu pengiriman alat ke customer jadi lancar dan cepat, meningkatkan kepercayaan pelanggan.

Kata kunci: (Pekerja Gudang,MSDs,REBA,Perusahaan Fitness)