

MODUL-MODUL ERGOSH



ErgoSH adalah software yang berbasis pada Pocket PC atau Personal Digital Assistant. Program ini yang mempunyai berbagai tools yang biasa digunakan oleh para professional ergonomi dan ahli kesehatan & keselamatan kerja (K3) untuk evaluasi pekerjaan. ErgoSH dapat dijalankan pada sistem operasi Windows Mobile atau Windows CE pada Pocket PC atau Smart Phone dan dapat menghasilkan evaluasi ergonomi yang cepat di lapangan atau kantor.



Keunggulan ErgoSH

- Mobile dan elegan ✓
- Real time, hasil assessment dapat langsung diperoleh ✓
- Praktis ✓
- Hasil laporan berupa file yang dapat diolah dengan PC ✓

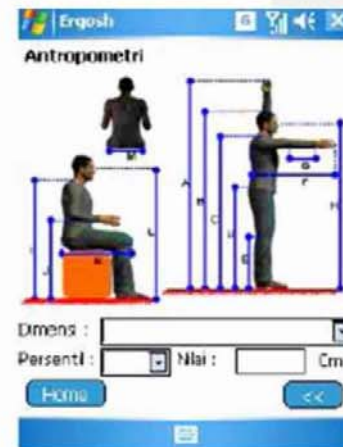
EVALUASI PEKERJAAN
Evaluasi resiko kerja yang berhubungan dengan *musculoskeletal disorders*.

INDEKS BEBAN KERJA
Menganalisis resiko pada *distal upper extremity disorders*.

BEBAN ANGKAT MAKSIMUM
Mengevaluasi beban angkat manual suatu pekerjaan.

IDENTIFIKASI RESIKO K3 DAN AUDIT K3
Mengevaluasi sistem manajemen K3 secara komprehensif.

ERGONOMI PERKANTORAN
Checklist evaluasi ergonomi pada pekerjaan kantor yang menggunakan komputer.



RULA (RAPID UPPER LIMB ASSESSMENT)
Memprediksi potensi cedera pada sistem otot rangka dengan fokus pada beban kerja pada tubuh bagian atas.

REBA (RAPID ENTIRE BODY ASSESSMENT)
Memprediksi potensi cedera pada sistem otot rangka dengan fokus pada beban kerja keseluruhan tubuh.

ANTROPOMETRI
Mengetahui data mengenai dimensi tubuh pekerja Indonesia yang dapat membantu dalam penyesuaian alat kerja sehingga mudah dan nyaman digunakan.

Untuk informasi lebih lanjut hubungi:

Dhilla
dhilla@ergoinstitute.com
081321322245
www.ergoinstitute.com

Postur Tubuh yang Diamati

Pengamat

Langkah-Langkah Menggunakan ErgoSH Contoh: Modul REBA



Mulai Program

Running: ergosh

Program: Evaluasi

REBA

REBA

Tujuan: Memprediksi potensi cedera pada sistem otot rangka dengan fokus pada beban kerja pada keseluruhan tubuh.

Output dari metode ini adalah score REBA yang bernilai antara 1 hingga 6. Semakin besar nilai score REBA semakin berisiko pekerjaan tersebut menyebabkan cedera.

Terdapat 3 bagian pertanyaan, yakni berhubungan dengan:

1. Tubuh
2. Leher
3. Kaki
4. Lengan Atas
5. Lengan Bawah
6. Pergelangan Tangan

Home Mulai

Running: ergosh

Pekerja: M.Azis

Departemen: Konstruksi

Pekerjaan: Memasang Selcon

Home << >>

Running: ergosh

Pilih sisi tubuh yang ingin dievaluasi

Sisi Kiri

Sisi Kanan

Pemilihan ditandakan atas bagian tubuh yang paling beresiko

Home << >> 1/13

Running: ergosh

Lengan Atas

Pilih salah satu gambar di bawah ini

Home << >> 7/13

Running: ergosh

Kaki

Pilih salah satu gambar dibawah ini

Kaki seimbang menopang tubuh

Kaki tidak seimbang menopang tubuh

Home << >> 6/13

Running: ergosh

Kaki

Pilih salah satu pernyataan dibawah ini

Kaki seimbang menopang tubuh

Kaki tidak seimbang menopang tubuh

Home << >> 5/13

Running: ergosh

Leher

Pilih salah satu gambar di bawah ini

Leher memutar ke kanan/iri atau meluk ke kanan/iri

Pilih bila pernyataan dibawah ini benar

Home << >> 4/13

Running: ergosh

Badan

Pilih salah satu gambar di bawah ini

Home << >> 2/13

Running: ergosh

Lengan Bawah

Pilih salah satu gambar di bawah ini

Home << >> 9/13

Running: ergosh

Pergelangan Tangan

Pilih salah satu gambar di bawah ini

Pilih bila pernyataan dibawah ini benar

s tangan memutar ke kanan/iri atau memeluk ke kanan/iri

Home << >> 10/13

Running: ergosh

Beban Kerja

Pilih salah satu pernyataan di bawah ini

Beban yang diterima/dibawa saat bekerja?

< 5 Kg

5-10 Kg

> 10 Kg

Pilih bila pernyataan dibawah ini benar

Terdapat beban kejutan selama bekerja

Home << >> 11/13

Running: ergosh

Skor Genggaman Beban

Pilih salah satu pernyataan di bawah ini

Henti Bak. Pegangan mudah digangam

Cukup Baik. Pegangan cukup baik, tapi tidak ideal

Burang Bak. Pegangan tidak baik meskipun dapat digunakan

Tidak aman atau tidak ada pegangan

Home << >> 12/13

Running: ergosh

Skor Aktifitas

Pilih bila pernyataan dibawah ini benar

Jika satu atau lebih bagian tubuh dalam posisi statis misalkan postur tetap selama lebih dari satu menit

Jika terjadi aktifitas yang berulang pada area yang relatif kecil misalkan berulang lebih dari 4 kali per menit (tidak termasuk jeda)

Jika aktifitas menyebabkan perubahan besar atau pada pijakan yang tidak stabil

Home << >> 13/13

Output

Running: ergosh

10-03-2009 19:41

Hasil Evaluasi

10-03-2009 19:41

Hasil Evaluasi

Skor REBA 2-3
Tingkat risiko rendah. Mungkin memerlukan investigasi lanjutan

Skor REBA 4-7
Tingkat risiko medium. Memerlukan investigasi lanjutan

Skor REBA 8-10
Tingkat risiko tinggi. Segera lakukan investigasi lanjutan

Skor REBA 11-15
Tingkat risiko sangat tinggi. Lakukan investigasi lanjutan saat ini juga

Hubungan Skor REBA dengan tingkat risiko!

Home << >> Simpan

Jika diklik "Simpan", maka file akan tersimpan dalam bentuk *.txt