



# OFFICE ERGONOMICS

ERGONINSTITUTE  
Ergonomics and Safety Institute in Indonesia



## OFFICE WORKSTATION

MUST MEET OFFICE ERGONOMIC REQUIREMENT

INSTITUTE



ERGO

Keterangan lebih lengkap di [www.ergoinstitute.com](http://www.ergoinstitute.com). Untuk melakukan pendaftaran, hubungi : Ikeu (0813 224 487 87 atau 022 2508124 ) atau dapat langsung mengirimkan email ke : [pske@mail.ti.itb.ac.id](mailto:pske@mail.ti.itb.ac.id)

### VENUE :

HOTEL SAWUNGGALING,  
BANDUNG

### WAKTU :

1 DES 2009

## MATERI WORKSHOP



### Introduction

#### Perkenalan

Memperkenalkan ergonomi perkantoran secara umum dan penerapannya secara luas.

### Risk Factors

#### Faktor Resiko

Apa saja yang termasuk faktor-faktor resiko dalam office ergonomics.

### Guidelines



#### Panduan

Bagaimana cara merancang sistem kerja kantor Anda secara ergonomik.

### Assessment Method

#### Metode Assessment

Bagaimana cara melakukan assessment langsung di tempat kerja, beserta latihannya.

#### Biaya Workshop :

Rp. 1.200.000,-

#### Discount :

20% untuk perusahaan yang mengirimkan lebih dari 2 orang.

## ERGONOMI PERKANTORAN

Pekerjaan kantor juga berpotensi menimbulkan cedera atau nyeri pada sistem otot rangka. Hal ini diakibatkan oleh adanya faktor-faktor resiko seperti posisi kerja tubuh tidak normal, bekerja dalam durasi yang lama, dan pekerjaan bersifat repetitif. Suatu studi dari ITB menunjukkan bahwa paling tidak 60% pengguna kantor yang diteliti memiliki masalah atau keluhan pada bagian leher, punggung, dan tulang belakang. Ergonomi perkantoran adalah suatu pendekatan untuk mengurangi masalah cedera di perkantoran dengan melakukan intervensi ergonomi pada lingkungan kerja perkantoran.

### TUJUAN :

- Peserta memahami faktor resiko ergonomi perkantoran
- Peserta mempunyai skill untuk melakukan evaluasi ergonomi perkantoran
- Peserta mampu memberikan rekomendasi - rekomendasi untuk perbaikan keergonomian pada sistem kerja perkantoran.

### TARGET :

- Tim K3
- Tim Ergonomi
- Engineer
- Tim Manajemen dan SDM





# INDUSTRIAL ERGONOMICS

**ERGOINSTITUTE**  
Ergonomics and Safety Institute in Indonesia



IMPROVE YOUR WORKPLACE WITH ERGONOMICS  
ASSESSMENT  
INCREASE PROFIT AND MINIMIZE YOUR COST

INSTITUTE



ERGO

**VENUE :** HOTEL  
SAWUNGGALING, BANDUNG  
**WAKTU :**  
2 DES - 4 DES 2009

## MATERI WORKSHOP

### Introduction



### Konsep Desain Ergonomi

Memperkenalkan konsep dasar ergonomi dan penerapannya di Industri.

### Risk Factors

#### Faktor Resiko

Apa saja yang termasuk faktor-faktor resiko dalam industrial ergonomics assessment.

### Ergonomics Assessment

#### Evaluasi Ergonomi

Bagaimana cara atau teknik mengevaluasi ergonomi (Ergonomics Assessment) sistem kerja di perusahaan Anda beserta latihannya.

### Antropometri

Memperkenalkan konsep antropometri dan bagaimana penggunaannya.

### Work Improvement

#### Perbaikan Kerja

Bagaimana cara memperbaiki sistem kerja berdasarkan hasil evaluasi ergonomi.

### Program Ergonomi Perusahaan

Bagaimana membangun program ergonomi di perusahaan Anda.

**Biaya Workshop :**

Rp. 3.000.000,-

**Discount : 20% untuk perusahaan yang mengirimkan lebih dari 2 orang.**

Keterangan lebih lengkap di [www.ergoinstitute.com](http://www.ergoinstitute.com). Untuk melakukan pendaftaran, hubungi : Iku (0813 224 487 87 atau 022 2508124 ) atau dapat langsung mengirimkan email ke : [pske@mail.ti.itb.ac.id](mailto:pske@mail.ti.itb.ac.id)

## EVALUASI ERGONOMI DI PERUSAHAAN

**E**rgonomi terfokus pada peningkatan produktivitas dan kualitas kehidupan kerja, yang seharusnya menjadi salah satu key performance indicator perusahaan. Sayangnya, ergonomi sering dianggap hanya sebagai suatu yang bersifat common sense. Aplikasi ergonomi dianggap sudah selesai ketika sebuah checklist yang diadopsi dari luar negeri sudah digunakan. Padahal ergonomi adalah suatu filosofis, metode, dan teknik. Workshop ini dimaksudkan untuk memberikan bekal kepada tim ergonomi atau tim K3 perusahaan dalam melakukan evaluasi ergonomi. Evaluasi ergonomi merupakan program ergonomi yang utama dan pertama untuk menilai tingkat resiko ergonomi pada semua lini perusahaan, termasuk di dalamnya adalah office, lantai pabrik, gudang, dan jalur transportasi. Hasil evaluasi atau asesmen ini akan menjadi input untuk perbaikan sistem kerja yang berkelanjutan. Dengan inilah diperoleh rancangan sistem kerja yang produktif,

aman, sehat, dan juga nyaman bagi pekerja, yang tentu akan membawa manfaat bagi perusahaan.



#### TUJUAN :

- Peserta mempunyai knowledge tentang dasar-dasar ergonomi
- Peserta mempunyai skill untuk melakukan evaluasi ergonomi secara sistemik dan menyeluruh
- Peserta mampu memberikan rekomendasi - rekomendasi untuk perbaikan keergonomikan sistem kerja di perusahaan masing-masing.



#### TARGET :

- Tim K3
- Tim Ergonomi
- Engineer
- Supervisor

