

MAKLUMAT PROGRAM KESEDARAN ERGONOMIK

Durasi program : 9.00 pagi-5.00petang (1 hari)
Jumlah maksimum peserta: 30 peserta
Kos program : RM2,000.00/sesi
Tempat program : Di premis organisasi sendiri
Pilihan tambahan : 1 slot sesi ceramah (Skim dan tuntutan faedah) oleh
Pegawai PERKESO
Senarai program :

Bil.	Program	Kod program
1.	Pengenalan kepada Penilaian Risiko Ergonomik	ERA18
2.	Pengenalan kepada Ergonomik Pejabat	IOE18
3.	Ergonomik kepada Pengamal Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan	EKKP18
4.	Ergonomik untuk Sektor Pertanian	ESP18
5.	Ergonomik untuk Sektor Kesihatan	ESK18
6.	Ergonomik untuk Sektor Pembuatan	ESPM18
7.	Pengenalan kepada Penilaian Faktor-Faktor Persekitaran Ergonomik	EEF18
8.	Pengenalan Pengenalpastian Hazard di Jalan Raya	HRS18
9.	Ergonomik Motorsikal	EMS18
10.	Faktor Manusia Dalam Keselamatan Jalan Raya	HFR18

Maklumat ringkas setiap program kesedaran ergonomik adalah seperti berikut:-

1.0 Pengenalan kepada Penilaian Risiko Ergonomik	
Kod program	: ERA18
Sesi yang ada	: 2
Deskripsi program	: Program yang mengambil masa 1 hari ini akan menerangkan mengenai asas dan metod penilaian risiko ergonomik bergantung kepada faktor-faktor risiko ergonomik yang terdapat di tempat kerja.
Objektif program	: <ol style="list-style-type: none"> i. Memahami asas penilaian ergonomik berdasarkan setiap faktor risiko ergonomik. ii. Mengenalpasti metod penilaian ergonomik yang bersesuaian berdasarkarkan faktor risiko ergonomik. iii. Menjalankan penilaian ergonomik terhadap pekerja di tempat kerja untuk setiap aktiviti kerja berdasarkan panduan penilaian ergonomik yang di sarankan oleh Jabatan Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan (JKKP) Malaysia. iv. Menjalankan kaji selidik ringkas berkaitan dengan ergonomik dan hubungan kecederaan badan (otot rangka)

Page | 2

2.0 Pengenalan kepada Ergonomik Pejabat	
Kod program	: IOE18
Sesi	: 2
Deskripsi program	: Program yang mengambil masa 1 hari ini akan menerangkan mengenai asas dan faktor-faktor risiko ergonomik di pejabat.
Objektif program	: <ol style="list-style-type: none"> i. Untuk mengetahui faktor-faktor risiko manusia berkaitan dengan elemen ergonomik di pejabat ii. Untuk mengenalpasti jenis-jenis kecederaan otot rangka dan elemen-elemen tekanan berkaitan dengan persekitaran pejabat iii. Untuk memberi cadangan kawalan berdasarkan praktis yang baik seperti yang disarankan oleh pengamal dan penilai ergonomik

3.0 Ergonomik kepada Pengamal Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan

Kod program	: EKKP18
Sesi	: 2
Deskripsi program	: Program yang mengambil masa 1 hari ini akan menerangkan mengenai asas, faktor-faktor risiko dan kawalan ergonomik di tempat kerja yang perlu diambil berat oleh pengamal KKP.
Objektif program	: <ul style="list-style-type: none">i. Untuk mengetahui dan memahami asas dan kefahaman ergonomikii. Untuk mendapat pendedahan mengenai keperluan undang-undang berkaitan dengan ergonomikiii. Untuk mengetahui dan memahami integrasi ergonomik dalam sistem pengurusan keselamatan dan kesihatan pekerjaan.

Page | 3

4.0 Ergonomik untuk Sektor Pertanian

Kod program	: ESP18
Sesi	: 2
Deskripsi program	: Program yang mengambil masa 1 hari ini akan menerangkan mengenai asas, faktor-faktor risiko, dan kawalan ergonomik yang terdapat di sektor pertanian.
Objektif program	: <ul style="list-style-type: none">i. Untuk mengenalpasti faktor risiko manusia berkaitan dengan sektor pertanian.ii. Untuk memahami keperluan peraturan di dalam garis panduan dan akta.iii. Untuk mengintegrasikan faktor manusia dan operasi jentera/mesin.iv. Untuk menghasilkan strategi dan pelan tindakan dalam melaksanakan langkah-langkah pemulihan.

5.0 Ergonomik untuk Sektor Kesehatan	
Kod program	: ESK18
Sesi	: 2
Deskripsi program	: Program yang mengambil masa 1 hari ini akan menerangkan mengenai asas, faktor-faktor risiko, dan kawalan ergonomik untuk pengamal kesihatan.
Objektif program	: <ol style="list-style-type: none"> i. Untuk mengenalpasti faktor manusia yang berisiko di dalam sektor kesihatan. ii. Untuk memahami keperluan peraturan dan akta berdasarkan panduan dan standard. iii. Untuk mengintegrasikan faktor manusia dalam bidang klinikal dan bukan klinikal. iv. Untuk mencadangkan langkah kawalan dan pemulihan berdasarkan praktikal yang disarankan oleh panduan.

6.0 Ergonomik untuk Sektor Pembuatan	
Kod Program	: ESPM18
Sesi	: 4
Deskripsi program	: Program yang mengambil masa 1 hari ini akan menerangkan mengenai asas, faktor-faktor risiko, dan kawalan ergonomik di sektor pembuatan
Objektif program	: <ol style="list-style-type: none"> i. Untuk mengenalpasti faktor manusia yang berisiko di dalam sektor pembuatan ii. Untuk memahami keperluan peraturan dan akta berdasarkan panduan dan standard iii. Untuk mengintegrasikan faktor manusia dan operasi jentera/mesin iv. Untuk mencadangkan langkah kawalan dan pemulihan berdasarkan praktikal yang disarankan oleh panduan

7.0 Pengenalan kepada Penilaian Faktor-Faktor Persekitaran Ergonomik	
Kod Program	: EEF18
Sesi	: 2
Deskripsi program	: Program yang mengambil masa 1 hari ini akan menerangkan mengenai faktor-faktor ergonomik yang wujud di persekitaran tempat kerja.
Objektif program	: <ol style="list-style-type: none"> i. Untuk mengetahui asas dalam cara penilaian ergonomik yang bersesuaian dengan faktor risiko ergonomik alam sekitar. ii. Untuk memahami keperluan undang-undang untuk ergonomik persekitaran di bawah Akta Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan 1994 dan Akta Kilang dan Jentera 1967. iii. Untuk mengenalpasti cara penilaian bersesuaian dengan faktor-faktor persekitaran ergonomik seperti kebisingan, pencahayaan dan kualiti udara di tempat kerja.

8.0 Pengenalan Pengenalpastian Hazard di Jalan Raya	
Kod Program	: HRS18
Sesi	: 2
Deskripsi program	: Program selama 1 hari ini menyasarkan penunggang-penunggang motosikal yang telah terlibat dalam kemalangan <i>commuting</i> bagi memberi pendedahan terhadap hazard yang berkaitan di jalan raya.
Objektif program	: <ol style="list-style-type: none"> i. Mengenalpasti risiko kemalangan jalan raya dan faktor manusia/ergonomik yang berkaitan. ii. Memahami akibat kegagalan pengenalpastian hazard terhadap keselamatan jalan raya di kalangan penunggang motosikal. iii. Menghayati keperluan kemahiran pengenalpastian hazard di kalangan penunggang motosikal.

9.0 Ergonomik Motorsikal	
Kod Program	: EMS18
Sesi	: 2
Deskripsi program	: Program yang mengambil masa 1 hari ini akan menerangkan konsep ergonomik motorsikal kepada penunggang motorsikal yang berulang alik ke tempat kerja.
Objektif program	: <ol style="list-style-type: none"> i. Untuk memahami definisi ergonomik dalam konsep motorsikal ii. Untuk mengetahui pengaruh ergonomik dan keselamatan kepada penunggang motorsikal iii. Untuk memahami hubungan antara faktor risiko motorsikal berkaitan dengan simptom dan intervensi bagi keletihan penunggang motorsikal iv. Untuk mengetahui panduan penunggang motorsikal secara optimum.

10.0 Faktor Manusia Dalam Keselamatan Jalan Raya	
Kod Program	: HFR18
Sesi	: 2
Deskripsi program	: Program yang mengambil masa 1 hari ini akan menerangkan faktor manusia kepada pengguna jalan raya terutamanya pekerja yang berulang alik ke tempat kerja.
Objektif program	: <ol style="list-style-type: none"> i. Peserta mendapat pendedahan umum kepada ilmu pengetahuan ergonomik motorsikal ii. Peserta mendapat pendedahan akan aplikasi ilmu pengetahuan ergonomik dalam skop keselamatan jalan raya iii. Peserta dapat memahami akan tiga (3) jenis pendekatan berbeza dari sudut ergonomik bagi keselamatan jalan raya

Metod program

- i) Penyampaian penceramah melalui *Microsoft PowerPoint* dan video
- ii) Perbincangan dan perkongsian secara individual/kumpulan
- iii) Demonstrasi praktikal senaman (untuk program terpilih sahaja)

Kemudahan latihan program yang diperlukan

- i) Komputer/Laptop
- ii) Projector (1 unit)
- iii) Sistem Audio-Visual

Nota: Penyediaan makanan dan minuman adalah oleh unit organisasi sendiri.

Untuk memohon program kesedaran ergonomik, sila isi borang permohonan dan emelkan kepada Nur Sabrina Mohd Nasir, Eksekutif HFEM, sabrina@hfem.org.