

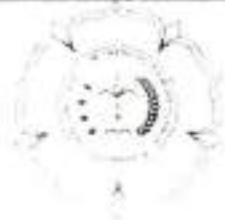


**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA YOGYAKARTA  
PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT PROGRAM SARJANA  
TAHUN AKADEMIK 2024/2025**

**JURNAL PEMBELAJARAN**

MATA KULIAH	KODE	BOBOT ( SKS )	SEMESTER
Ergonomi Fisiologi Kerja	MKP 230637	2 SKS = ( T= 2 ; P= 0 )	II RPL A
			Peminatan K3
OTORISASI	Tim Dosen Pengampu	Koordinator Mata Kuliah	Ketua Program Studi
	1 Ariana Sumekar, S.K.M., M.Sc	 [ Ariana Sumekar, S.K.M., M.Sc ]	 [ Dewi Ariyani Wulandari, S.K.M.,M.P.H. ]
NOMOR DOKUMEN			
REVISI KE			

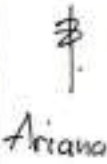
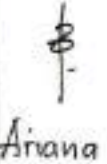


**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA YOGYAKARTA**  
**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT (S1)**  
**TAHUN AKADEMIK 2024/2025**  
**PROGRAM REKOGNISI PEMBELAJARAN LAMPAU (RPL)**

**JURNAL PEMBELAJARAN**

MATA KULIAH	KODE	BOBOT (SKS)	SEMESTER	TIM DOSEN PENGAMPU
Ergonomi Fisiologi Kerja	MKP 230637	2 SKS ( 1T; 1P)	II (Dua) Program RPL-A	Pengampu : Ariana Sumekar, S.KM. M.Sc

PERT KE-	TGL /JAM	RENCANA PROGRAM SESUAI RPS	METODE	PELAKSANAAN				KEAKTIFAN MAHASISWA		PARAF DOSEN
				TANGGAL	JAM	MATERI	METODE	KESAN DOSEN	JML MHS HADIR	
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)	(6)	(7)	(8)	(9)	(10)	(11)
1.	20-09-24	1. Pengertian ergonomic 2. Sejarah ergonomic 3. Ruang lingkup ergonomi 4. disiplin ilmu yang berkaitan dengan ergonomic 5. Dasar keilmuan ergonomic	1. ceramah 2. diskusi 3. tanya jawab	20-09-24	14 <sup>40</sup> -16 <sup>20</sup>	- Pengertian ergonomi - Sejarah - RL ergonomi - Dasar keilmuan ergonomi	Diskusi Ceramah Zoom	lancar		 Ariana
2.	27-09-24	1. Pengertian antropometri 2. Tujuan penerapan antropometri 3. Jenis-jenis dimensi tubuh dan definisinya	1. ceramah 2. diskusi 3. tanya jawab	27-09-24	16 <sup>20</sup> -18 <sup>00</sup>	- Antropometri - Tujuan penerapan antropometri - Jenis dimensi tubuh	Ceramah Diskusi Zoom	lancar		 Ariana

		<ol style="list-style-type: none"> <li>4. Pengukuran dimensi tubuh <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Posisi berdiri</li> <li>b. Posisi duduk</li> </ol> </li> <li>5. Penerapan – penerapan antropometri di perusahaan</li> <li>6. Alat kerja yang tidak ergonomis</li> <li>7. Efek / dampak alat kerja yang tidak sesuai dengan ukuran tubuh pekerja</li> </ol>							
3.	4-10-24	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. pengertian kelelahan</li> <li>2. Batasan/ jenis-jenis kelelahan</li> <li>3. Mekanisme terjadinya kelelahan</li> <li>4. Sebab-sebab kelelahan dan cara penanggulangannya</li> <li>5. Faktor yang mempengaruhi terjadinya kelelahan</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ceramah</li> <li>2. diskusi</li> <li>3. tanya jawab</li> </ol>	4-10-24	14 <sup>40</sup> -16 <sup>20</sup>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Kelelahan</li> <li>- Mekanisme terjadinya kelelahan</li> <li>- sebab<sup>2</sup> kelelahan</li> <li>- fx yg mempengaruhi kelelahan</li> </ul>	<p>Ceramah</p> <p>Diskusi</p>	lancar	 Ariana
4.	10-10-24	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Definisi beban kerja</li> <li>2. Penggolongan beban kerja : <ol style="list-style-type: none"> <li>a. Beban kerja fisik</li> <li>b. Beban kerja mental</li> </ol> </li> <li>3. Ciri-ciri beban kerja fisik dan beban kerja mental</li> <li>4. Upaya pengendalian beban kerja fisik dan</li> </ol>	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. ceramah</li> <li>2. diskusi</li> <li>3. tanya jawab</li> </ol>	10-10-24	13-14 <sup>40</sup>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Beban kerja</li> <li>- Penggolongan beban kerja fisik dan mental</li> <li>- Upaya pengendalian beban kerja fisik &amp;</li> </ul>	<p>Ceramah</p> <p>Diskusi</p>	lancar	 Ariana

		beban kerja mental 5. Pengertian Produktivitas 6. Faktor-faktor yang mempengaruhi produktivitas kerja 7. Rumus penghitungan produktivitas kerja							
5.	21-10-24	1. Sistem manusia dan mesin 2. Sikap kerja duduk 3. Sikap kerja berdiri 4. Contoh sikap kerja duduk dan berdiri di tempat kerja 5. Efek sikap kerja yang tidak ergonomis bagi pekerja	1. ceramah 2. diskusi 3. tanya jawab	21-10-24	16 <sup>20</sup> -18 <sup>00</sup>	- Sistem manusia & mesin - Sikap kerja duduk - Sikap kerja berdiri - Efek sikap kerja	Diskusi Ceramah	lancar	⚡ Ariana
6.	25-10-24	1. Cedera pada otot tulang belakang ( <i>low back pain</i> ) 2. Manual handling dan angkat angkut Pengertian sikap kerja 3. Macam-macam sikap kerja 4. Posisi abnormal 5. Prinsip mengangkat yang benar	1. ceramah 2. diskusi 3. tanya jawab	25-10-24	14 <sup>40</sup> -16 <sup>20</sup>	- LBP - Manual handling - Prinsip <del>men</del> angkat yg benar	Diskusi Ceramah	lancar	⚡ Ariana
7.	1 Nov 24	1. Definisi stress kerja 2. Kesehatan jiwa dalam perusahaan 3. perilaku yang menunjukkan kesehatan jiwa yang baik	1. ceramah 2. diskusi 3. tanya jawab	1 Nov 24	14 <sup>40</sup> -16 <sup>20</sup>	- Stress Kerja - Kesehatan jiwa pekerja	Diskusi Ceramah	lancar	⚡ Ariana

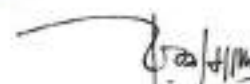
	<p>4. stress psikologis dan sumber-sumber di lingkungan kerja yang dapat menimbulkan stress psikologik</p> <p>5. hubungan stress dengan produktivitas / keluaran pada tenaga kerja</p> <p>6. Dampak stress psikologik pada tenaga kerja (penyakit-penyakit yang ditimbulkan)</p> <p>7. Pemeliharaan dan peningkatan kesehatan jiwa</p>								
<b>SUMATIF I</b>									
Praktik									
<b>UJIAN PRAKTIK/RESPONSI</b>									

Mengetahui  
Ketua Program Studi



[ Dewi Ariyani Wulandari, S.KM. MPH ]

Mengetahui  
Koordinator Mata Kuliah



[ Ariana Sumekar, S.KM. M.Sc ]



**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN WIRA HUSADA YOGYAKARTA**  
**WIRA HUSADA YOGYAKARTA COLLEGE OF HEALTH SCIENCES**

Jl. Babarsari, Glendongan, Tambak Bayan, Catur Tunggal, Depok, Sleman 55281 Telp. (0274) 485110, 485113 Fax. (0274) 485110  
 Website: www.stikep.wirahusada.ac.id Email: info@stikep.wirahusada.ac.id

**DAFTAR PRESENSI KULIAH**

Mata Kuliah : Ergonomi Fisiologi Kerja  
 Kode MK/SKS : MKP 230637/2  
 Nama Kelas : Semester II RPL A\_K3

Program Studi : ILMU KESEHATAN MASYARAKAT - S1 Reguler  
 Semester/TA : Gasal 2024/2025  
 Dosen : Ariana Sumekar, S.K.M., M.Sc.

No.	Nama	NIM	Tatap Muka Ke / Tanggal															
			1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	13	14	15	16
			20/09/24	27/09/24	4/10/24	10/10/24	17/10/24	24/10/24	31/10/24									
<b>MAHASISWA</b>																		
1	HARSONO SUGIANTO PUTRO	KMP2300720	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓									
2	USU KHOERUNISAH	KMP2300722	✓	✓	✓	✓	✓	✓	✓									
<b>DOSEN PENGAJAR</b>																		
1	Ariana Sumekar, S.K.M., M.Sc.	0521128301	✍	✍	✍	✍	✍	✍	✍									

Catatan :

- Hadir minimal 75% dari jumlah kehadiran
- Dosen & Mahasiswa harap mengisi daftar hadir setiap pertemuan

Yogyakarta, 2 Oktober 2024

  
 Ariana Sumekar, S.K.M., M.Sc.

NIDN: .....