
AN NAHDLIYAH

JURNAL MANAJEMEN PENDIDIKAN ISLAM

E-ISSN: 2830-5612

e-mail: annahdliyah@stainumalang.ac.id

KONSEP ERGONOMI DALAM MANAJEMEN PERKANTORAN PENDIDIKAN ISLAM: MENJAGA KESEJAHTERAAN DAN PRODUKTIVITAS KARYAWAN

M. Yusuf

Sekolah Tinggi Agama Islam Darussalam Nganjuk

Krempyang Tanjunganom Nganjuk Jawa Timur

E-mail: zusuv.hamidi@gmail.com

Abstrak. Artikel ini bertujuan untuk menggali peran ergonomi dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam dengan fokus pada menjaga kesejahteraan dan produktivitas karyawan. Latar belakangnya meliputi konteks perkantoran dalam pendidikan Islam, pentingnya manajemen perkantoran, serta tantangan yang dihadapi. Dalam kajian teori, penelitian ini mendiskusikan konsep dasar ergonomi, prinsip-prinsip ergonomi dalam konteks perkantoran, dan hubungannya dengan kesejahteraan karyawan serta produktivitas organisasi. Metode penelitian yang digunakan adalah library research, dengan mengumpulkan dan menganalisis data sekunder yang relevan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penerapan prinsip-prinsip ergonomi dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam dapat memberikan manfaat yang signifikan. Penerapan penataan ruang kerja yang ergonomis, pemilihan peralatan dan furnitur yang sesuai, pengaturan pencahayaan dan suhu yang optimal, serta penyediaan fasilitas kesehatan dapat meningkatkan kesejahteraan dan produktivitas karyawan. Dalam konteks pendidikan Islam, upaya perbaikan dan peningkatan ergonomi dalam manajemen perkantoran sangat penting untuk menciptakan lingkungan kerja yang sehat, nyaman, dan produktif. Artikel ini berkontribusi pada pemahaman tentang pentingnya ergonomi dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam dan mengajukan rekomendasi bagi praktisi dan pemangku kepentingan untuk meningkatkan kualitas kerja dan kesejahteraan karyawan.

Kata Kunci: ergonomi, manajemen perkantoran, kesejahteraan, produktivitas

Abstract: This article aims to explore the role of ergonomics in the management of Islamic educational offices, with a focus on maintaining employee well-being and productivity. The background includes the context of office settings in Islamic education, the importance of office management, and the challenges faced. In the theoretical review, this research discusses the basic concepts of ergonomics, ergonomic principles in office settings, and their relationship with employee well-being and organizational productivity. The research method used is library research, collecting and analyzing relevant secondary data. The results of the study indicate that the implementation of ergonomic principles in the management of Islamic educational offices can provide significant benefits. The application of ergonomic workspace arrangement, appropriate equipment and furniture selection, optimal lighting and temperature regulation, as well as the provision of health facilities can enhance employee well-being and productivity. In the context of Islamic education, efforts to improve and enhance ergonomics in office management are crucial in creating a healthy, comfortable, and productive work environment. This article contributes to understanding the importance of ergonomics in the management of Islamic educational offices and proposes recommendations for practitioners and stakeholders to enhance work quality and employee well-being.

Keywords: ergonomics, office management, well-being, productivity

A. Pendahuluan.

Pendidikan Islam adalah sebuah sistem pendidikan yang khusus mengintegrasikan ajaran agama Islam dengan kurikulum akademik. Dalam upaya menyelenggarakan pendidikan Islam yang efektif, manajemen perkantoran memainkan peran penting sebagai penunjang kegiatan administrasi, organisasi, dan pengelolaan sumber daya. Perkantoran dalam konteks pendidikan Islam mencakup berbagai lembaga, seperti sekolah, madrasah, pesantren, dan universitas Islam. Kantor-kantor ini berfungsi sebagai pusat administrasi, tempat pengambilan keputusan, dan koordinasi berbagai kegiatan pendidikan. Dalam lingkungan pendidikan Islam

yang dinamis, penting untuk memahami peran dan fungsi perkantoran dalam mencapai tujuan pendidikan yang berkualitas.

Kegiatan kantor pada dasarnya bukanlah kegiatan yang menjadi fokus utama dalam suatu organisasi, melainkan merupakan hasil dari kegiatan utama organisasi tersebut. Kegiatan utama merujuk pada kegiatan inti yang dilakukan secara rutin oleh organisasi, seperti produksi, pembelajaran, pengobatan, pemasaran produk atau jasa, dan sebagainya. Seiring dengan perkembangan kegiatan utama, semakin penting juga dukungan dari pihak lain untuk mendukung kegiatan tersebut.¹ Terdapat beberapa kata dengan arti yang serupa dengan istilah "kantor" yang sering digunakan dalam percakapan sehari-hari, seperti jasa, jabatan, gedung kantor, ruang kerja, dan biro menurut Komaruddin (1993: 9). Adanya banyak kata dengan arti yang serupa untuk istilah "kantor" tentu saja membuat pemahaman kita menjadi lebih sulit. Oleh karena itu, penting bagi kita untuk mengkaji definisi kantor agar pemahaman terhadap istilah tersebut tidak keliru.²

Manajemen perkantoran memiliki peran yang sangat penting dalam mendukung keberlangsungan operasional dan kesuksesan institusi pendidikan Islam. Manajemen perkantoran mencakup perencanaan, pengorganisasian, pengendalian, dan pengawasan berbagai aktivitas dan proses administratif. Dalam konteks pendidikan Islam, manajemen perkantoran bertujuan untuk mengelola sumber daya manusia, keuangan, dan materi dalam rangka mendukung proses pembelajaran dan pengembangan institusi. Pengelolaan perkantoran yang efektif dapat membantu menciptakan lingkungan kerja yang terorganisir, efisien, dan profesional, sehingga berdampak positif terhadap kualitas pendidikan Islam.

Meskipun manajemen perkantoran memiliki peran yang penting dalam pendidikan Islam, terdapat sejumlah tantangan dan masalah yang dihadapi dalam pengelolaan perkantoran pendidikan Islam. Beberapa tantangan meliputi kebutuhan akan sistem manajemen yang terintegrasi, kurangnya pemahaman tentang prinsip-prinsip manajemen modern, serta keterbatasan sumber daya manusia dan keuangan. Selain itu, perubahan lingkungan pendidikan yang cepat, kemajuan teknologi informasi, dan tuntutan perkembangan kurikulum juga merupakan faktor yang mempengaruhi manajemen perkantoran dalam pendidikan Islam. Dalam menghadapi tantangan ini, penting untuk mengidentifikasi dan mengatasi masalah-masalah

¹Yunita Budi Rahayu Silintowe dan Yustina Erti Pravitasmara Dew, *Manajemen Perkantoran Modern*, 2020.

²Saifuddin A. Rasyid dan Rahmad Syah Putra, *Manajemen Perkantoran*, 2018.

yang ada guna meningkatkan efektivitas dan efisiensi manajemen perkantoran pendidikan Islam.

Dengan memahami konteks perkantoran dalam pendidikan Islam, peran penting manajemen perkantoran, serta tantangan dan masalah yang dihadapi, maka dapat dilakukan upaya untuk mengoptimalkan pengelolaan perkantoran dalam pendidikan Islam. Salah satu pendekatan yang dapat diterapkan adalah ergonomi, yang bertujuan untuk meningkatkan kesejahteraan dan produktivitas karyawan. Dalam artikel ini, akan dikaji lebih lanjut tentang peran ergonomi dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam dan dampaknya terhadap kesejahteraan dan produktivitas karyawan.

B. Metode Penelitian

Dalam penelitian ini, digunakan pendekatan riset kepustakaan (*library research*) untuk mengumpulkan data dari berbagai sumber literatur yang relevan. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang menggunakan pendekatan kualitatif. Desain penelitian ini menggunakan tinjauan literatur atau analisis isi sebagai pendekatan yang digunakan. Untuk mengumpulkan data, dilakukan teknik seperti studi pustaka, wawancara, dan analisis dokumen. Data yang dikumpulkan meliputi buku, jurnal, artikel, dan dokumen terkait integrasi ilmu pengetahuan dan pendidikan Islam. Langkah-langkah dalam penelitian ini mencakup identifikasi sumber data, pengumpulan informasi, dan analisis serta sintesis data.

C. Hasil dan Pembahasan

1. Pengertian dan konsep dasar ergonomi

Dalam konteks penerapan ergonomi dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam, penting untuk memahami pengertian dan konsep dasar dari ergonomi itu sendiri. Ergonomi adalah ilmu yang mempelajari hubungan antara manusia dan lingkungannya, dengan tujuan untuk meningkatkan kesejahteraan manusia dan kinerja sistem. Ergonomi melibatkan perancangan, penyesuaian, dan pengorganisasian lingkungan kerja agar sesuai dengan karakteristik fisik, psikologis, dan sosial manusia.

Menurut buku "*Office Ergonomics*" karya Kroemer (2001), office ergonomic adalah penerapan prinsip-prinsip ergonomi pada pekerjaan kantor yang meliputi lingkungan kerja di kantor dan peralatan kerja yang digunakan, seperti perabot kantor (kursi) dan komputer atau desktop. Ergonomi kantor, yang juga dikenal sebagai office ergonomics, dapat diartikan sebagai aturan atau panduan yang

berkaitan dengan interaksi atau hubungan antara pekerja dan peralatan kerja yang digunakan dalam pekerjaan kantor.³

Konsep dasar ergonomi meliputi pemahaman tentang tiga elemen utama: manusia, tugas, dan lingkungan kerja. *Pertama*, dalam konteks perkantoran, pemahaman tentang karakteristik fisik dan psikologis karyawan sangat penting. Dalam hal ini, ergonomi memperhatikan postur tubuh, kekuatan fisik, kemampuan kognitif, dan faktor-faktor lain yang mempengaruhi kinerja dan kesejahteraan karyawan. *Kedua*, ergonomi juga memperhatikan tugas-tugas yang dilakukan oleh karyawan dalam lingkungan perkantoran. Hal ini termasuk analisis tugas, desain tugas yang ergonomis, dan pemahaman tentang interaksi antara karyawan dengan peralatan, mesin, dan sistem yang digunakan dalam melaksanakan tugasnya. Ergonomi bertujuan untuk memastikan bahwa tugas yang dilakukan sesuai dengan kemampuan dan batasan fisik dan mental karyawan. Dan *Ketiga*, lingkungan kerja juga menjadi fokus utama dalam penerapan ergonomi. Lingkungan kerja meliputi aspek fisik, seperti desain ruang kerja, pencahayaan, suhu, kebisingan, serta aspek psikososial, seperti interaksi sosial dan dukungan sosial di tempat kerja. Ergonomi berusaha menciptakan lingkungan kerja yang mendukung kesejahteraan karyawan dan meningkatkan produktivitas. Interaksi manusia-mesin dalam konteks ini mengacu pada hubungan antara karyawan kantor dan komputer yang digunakan sebagai alat bantu dalam menjalankan kegiatan kerja sehari-hari.⁴

Penerapan konsep dasar ergonomi dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam dapat membawa manfaat yang signifikan. Dengan memperhatikan karakteristik fisik dan psikologis karyawan serta menyelaraskan tugas dan lingkungan kerja, dapat diciptakan lingkungan kerja yang sehat, nyaman, dan produktif. Dalam konteks pendidikan Islam, penerapan ergonomi juga dapat memberikan dampak positif pada kualitas pengajaran, efisiensi administrasi, dan kesejahteraan karyawan, yang pada akhirnya akan berdampak pada keberhasilan institusi pendidikan Islam tersebut.

2. Prinsip-prinsip ergonomi dalam konteks perkantoran

³Tangguh Pramono et al., "Penilaian Risiko Ergonomi Pada Lingkungan Kerja Perkantoran Menggunakan Metode Rapid Office Strain Assessment (ROSA)," *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)* 10, no. 3 (2022): 246–255.

⁴Fadma Putri et al., "Prevalensi Resiko Ergonomi pada Kejadian Musculoskeletal Disorders (MSDS) di Sektor Perkantoran Indonesia," *Jurnal Ilmiah Keperawatan* 9, no. 1 (2023): 35–40.

Dalam penerapan ergonomi dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam, penting untuk memahami prinsip-prinsip ergonomi yang relevan dalam konteks perkantoran. Prinsip-prinsip ini bertujuan untuk menciptakan lingkungan kerja yang memperhatikan kesejahteraan karyawan dan meningkatkan produktivitas secara keseluruhan. Berikut ini adalah beberapa prinsip ergonomi yang relevan dalam konteks perkantoran:

a. Penataan Ruang Kerja yang Ergonomis

Prinsip ini melibatkan desain dan penataan ruang kerja yang memperhatikan postur tubuh yang benar, pengaturan posisi peralatan kerja seperti meja, kursi, dan monitor yang sesuai dengan kebutuhan individu, serta penempatan peralatan dan bahan kerja yang mudah dijangkau. Penataan ruang kerja yang ergonomis membantu mengurangi risiko cedera muskuloskeletal, meningkatkan kenyamanan, dan memperbaiki postur tubuh karyawan.

b. Pemilihan Peralatan dan Furnitur yang Sesuai

Prinsip ini melibatkan pemilihan peralatan dan furnitur yang sesuai dengan kebutuhan individu dan tugas yang dilakukan. Misalnya, pemilihan kursi yang ergonomis dengan dukungan punggung yang baik, penggunaan keyboard dan mouse yang nyaman, serta penggunaan peralatan ergonomis lainnya seperti penyangga pergelangan tangan atau penyesuaian tinggi meja kerja. Pemilihan peralatan dan furnitur yang sesuai membantu mengurangi kelelahan, ketegangan otot, dan masalah kesehatan terkait pekerjaan.

c. Pengaturan Pencahayaan dan Suhu yang Optimal

Prinsip ini menekankan pentingnya pencahayaan yang cukup dan suhu yang nyaman di lingkungan perkantoran. Pencahayaan yang baik, baik alami maupun buatan, membantu mengurangi kelelahan mata, meningkatkan fokus dan konsentrasi, serta mengurangi risiko kesalahan. Selain itu, suhu yang optimal juga mempengaruhi kenyamanan karyawan dan dapat mempengaruhi produktivitas. Pemilihan lampu yang tepat, pengaturan pencahayaan yang fleksibel, dan pengaturan suhu yang sesuai dapat meningkatkan kesejahteraan karyawan.

d. Penyediaan Fasilitas Kesehatan

Prinsip ini melibatkan penyediaan fasilitas kesehatan yang mendukung kesejahteraan karyawan. Misalnya, menyediakan area istirahat yang nyaman dengan kursi dan meja yang ergonomis, menyediakan akses ke air minum yang cukup, serta menyediakan

fasilitas olahraga atau kegiatan fisik yang dapat membantu mengurangi stres dan meningkatkan kesehatan secara keseluruhan. Dengan menerapkan prinsip-prinsip ergonomi ini, manajemen perkantoran pendidikan Islam dapat menciptakan lingkungan kerja yang lebih baik, yang berkontribusi pada kesejahteraan karyawan dan meningkatkan produktivitas. Prinsip-prinsip ini dapat menjadi panduan bagi praktisi dan pemangku kepentingan dalam merancang dan mengelola perkantoran pendidikan Islam yang ergonomis dan berdaya guna.

3. Hubungan antara ergonomi dan kesejahteraan karyawan

Dalam konteks manajemen perkantoran pendidikan Islam, penting untuk memahami hubungan antara ergonomi dan kesejahteraan karyawan. Ergonomi memiliki peran yang signifikan dalam mempengaruhi kesejahteraan fisik, mental, dan emosional karyawan. Berikut ini adalah beberapa aspek penting dalam hubungan antara ergonomi dan kesejahteraan karyawan:

a. Kesejahteraan Fisik

Area kantor diperlengkapi dengan berbagai fasilitas yang berhubungan erat dengan penggunaan sumber daya alam dan energi. Pekerjaan yang dilakukan di kantor dapat dibagi menjadi beberapa karakteristik utama, seperti mobilitas di luar kantor, menghabiskan waktu penuh di tempat kerja, atau kombinasi dari keduanya. Dalam pekerjaan kantor dengan karakteristik tersebut, terdapat berbagai jenis energi dan sumber daya alam yang digunakan, seperti air, batubara, energi panas bumi untuk listrik, energi matahari untuk penggunaan gedung kantor, bahan bakar minyak dan gas untuk kendaraan, kayu sebagai bahan baku untuk peralatan kantor, dan lain sebagainya.⁵

Ergonomi memainkan peran kunci dalam menjaga kesejahteraan fisik karyawan. Dengan menerapkan prinsip-prinsip ergonomi dalam desain ruang kerja, seperti penataan yang ergonomis, pemilihan peralatan yang sesuai, dan pencahayaan yang optimal, dapat mengurangi risiko cedera muskuloskeletal, kelelahan, dan ketegangan otot. Penyediaan fasilitas kesehatan, seperti area istirahat yang nyaman dan fasilitas olahraga, juga berkontribusi pada kesejahteraan fisik karyawan.

b. Kesejahteraan Mental

⁵Nilla Nilla et al., "Faktor Utama untuk Mewujudkan Green Ergonomics di Lingkungan Kantor," *Jurnal Teknik Industri* 11, no. 3 (2021): 261–267.

Ergonomi juga memiliki pengaruh pada kesejahteraan mental karyawan. Lingkungan kerja yang ergonomis dapat menciptakan rasa nyaman, mengurangi stres, dan meningkatkan konsentrasi dan fokus. Misalnya, pencahayaan yang baik dan penataan ruang kerja yang menyenangkan dapat menciptakan suasana kerja yang positif dan mengurangi tingkat kelelahan mental. Hal ini berdampak pada kepuasan kerja dan kesejahteraan psikologis karyawan.

c. Kesejahteraan Emosional

Ergonomi juga berhubungan dengan kesejahteraan emosional karyawan. Desain ruang kerja yang ergonomis, seperti pengaturan yang memperhatikan privasi dan kebutuhan psikologis, dapat menciptakan suasana kerja yang menyenangkan dan mengurangi stres. Selain itu, peningkatan kesejahteraan fisik dan mental juga berdampak pada kesejahteraan emosional karyawan, karena karyawan merasa lebih nyaman dan puas dengan kondisi kerja mereka.

Dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam, memperhatikan hubungan antara ergonomi dan kesejahteraan karyawan sangat penting. Dengan memastikan bahwa lingkungan kerja memenuhi prinsip-prinsip ergonomi, organisasi dapat meningkatkan kesejahteraan secara holistik, baik secara fisik, mental, maupun emosional, yang pada akhirnya akan berdampak pada produktivitas dan keberhasilan organisasi secara keseluruhan.

4. Dampak penerapan ergonomi pada produktivitas organisasi

Penerapan ergonomi dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam memiliki dampak signifikan pada produktivitas organisasi. Berikut ini adalah beberapa dampak positif yang terjadi ketika prinsip-prinsip ergonomi diterapkan dengan baik:

- a. Efisiensi Kerja,** Penerapan ergonomi dapat meningkatkan efisiensi kerja karyawan. Dengan merancang ruang kerja yang ergonomis, seperti penempatan peralatan yang tepat, pengaturan yang efisien, dan tata letak yang optimal, karyawan dapat bekerja dengan lebih efisien. Gerakan yang repetitif dan melelahkan dapat dikurangi, sehingga mengurangi risiko kelelahan dan penurunan produktivitas.
- b. Pengurangan Kesalahan,** Ergonomi membantu mengurangi kesalahan dalam pekerjaan. Dengan mempertimbangkan desain tugas yang ergonomis, karyawan dapat bekerja dengan lebih akurat dan mengurangi kemungkinan kesalahan. Peralatan yang mudah

- dioperasikan dan dilengkapi dengan panduan yang jelas juga membantu mengurangi kesalahan manusia.
- c. Keterlibatan dan Motivasi, Lingkungan kerja yang ergonomis dapat meningkatkan keterlibatan dan motivasi karyawan. Ketika karyawan merasa nyaman dan mendapatkan dukungan dalam pekerjaan mereka, mereka cenderung lebih termotivasi dan bersemangat. Mereka juga merasa dihargai dan diakui oleh organisasi. Hal ini berdampak positif pada produktivitas mereka.
 - d. Kesehatan dan Kehadiran, Penerapan ergonomi dapat membantu meningkatkan kesehatan karyawan dan mengurangi absensi yang tidak terjadwal. Dengan mengurangi risiko cedera, kelelahan, dan ketegangan fisik, karyawan lebih sehat dan cenderung memiliki tingkat kehadiran yang lebih baik. Mereka dapat bekerja secara konsisten dan produktif, tanpa terganggu oleh masalah kesehatan.
 - e. Inovasi dan Kreativitas, Lingkungan kerja yang ergonomis menciptakan kondisi yang mendukung inovasi dan kreativitas. Karyawan yang merasa nyaman dan terhindar dari tekanan fisik dan mental cenderung lebih berfokus pada ide-ide baru dan solusi kreatif. Hal ini dapat meningkatkan produktivitas dan membantu organisasi mencapai tujuan inovasi mereka.

Dengan menerapkan prinsip-prinsip ergonomi dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam, organisasi dapat meningkatkan produktivitas karyawan secara keseluruhan. Dampak positif ini berkontribusi pada pencapaian tujuan organisasi dan menciptakan lingkungan kerja yang sehat, nyaman, dan produktif.

5. Penerapan Ergonomi dalam Manajemen Perkantoran Pendidikan Islam

a. Penataan ruang kerja yang ergonomis

Penataan ruang kerja yang ergonomis merupakan salah satu aspek penting dalam penerapan ergonomi dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam. Penataan ruang kerja yang baik dapat memberikan dampak positif terhadap kesejahteraan dan produktivitas karyawan. Berikut ini beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam penataan ruang kerja yang ergonomis:

- 1) Tata Letak Ruangan, Tata letak ruangan yang ergonomis memperhatikan faktor-faktor seperti aliran kerja, jarak antara peralatan dan meja kerja, serta aksesibilitas yang mudah. Ruangan harus dirancang agar karyawan dapat bergerak dengan leluasa dan bekerja tanpa hambatan. Posisi peralatan seperti komputer, printer, dan peralatan lainnya harus disesuaikan dengan kenyamanan pengguna.

- 2) Penempatan Peralatan, Penempatan peralatan yang ergonomis sangat penting untuk menghindari gerakan yang berlebihan dan mengurangi risiko cedera. Misalnya, komputer harus ditempatkan pada ketinggian yang sesuai sehingga karyawan dapat menjaga posisi tubuh yang benar saat menggunakan keyboard dan mouse. Peralatan lain seperti telepon, printer, dan peralatan kantor lainnya juga perlu ditempatkan dengan strategis agar mudah dijangkau dan digunakan.
- 3) Kursi dan Meja Kerja, Menciptakan kenyamanan bagi para pekerja dapat dilakukan dengan menyediakan lingkungan kerja yang nyaman. Salah satu langkah dalam mencapai lingkungan kerja yang nyaman adalah dengan menyediakan kursi dan meja kerja yang ergonomis, yang sesuai dengan dimensi tubuh pekerja sebagai pengguna fasilitas kerja tersebut. Selain memberikan kenyamanan, pentingnya fasilitas kerja yang sesuai dengan dimensi tubuh pekerja adalah untuk menjaga kesehatan mereka dan meningkatkan produktivitas.⁶ Kursi dan meja kerja yang ergonomis sangat penting untuk kesejahteraan karyawan. Kursi harus dapat disesuaikan tinggi dan dukungannya untuk mengurangi tekanan pada tulang belakang dan bagian tubuh lainnya. Meja kerja harus cukup luas dan memiliki permukaan yang nyaman agar karyawan dapat bekerja dengan efektif dan bebas dari ketegangan fisik.
- 4) Penyediaan Ruang Istirahat, Selain ruang kerja, penting juga untuk menyediakan ruang istirahat yang nyaman dan ergonomis. Ruang ini dapat digunakan karyawan untuk beristirahat sejenak, mengembalikan energi, dan mengurangi stres. Penyediaan kursi yang nyaman, ruang yang tenang, dan fasilitas seperti air minum dan makanan ringan dapat meningkatkan kesejahteraan karyawan.

Dengan menerapkan penataan ruang kerja yang ergonomis, perkantoran pendidikan Islam dapat menciptakan lingkungan kerja yang sehat dan nyaman bagi karyawan. Hal ini akan berdampak positif pada kesejahteraan mereka, meningkatkan produktivitas, dan mengurangi risiko cedera dan keluhan kesehatan terkait pekerjaan. Upaya untuk meningkatkan penataan ruang kerja harus terus dilakukan dan disesuaikan dengan kebutuhan karyawan dan perkembangan teknologi untuk mencapai hasil yang optimal.

b. Pemilihan peralatan dan furnitur yang sesuai

⁶Septian Hadi Susetyo et al., "Evaluasi Ergonomic di Lingkungan Kerja Perkantoran dan Dampaknya terhadap Kesehatan," *Jurnal Teknik Lingkungan* 27, no. 2 (2021): 12-22.

Faktor ergonomi merupakan salah satu aspek yang berpotensi menyebabkan bahaya atau risiko terhadap kesehatan kerja. Bahaya yang terkait dengan ergonomi dapat terjadi pada pekerja dan mencakup berbagai hal, seperti durasi kerja, frekuensi, beban kerja, urutan pekerjaan, prioritas pekerjaan, dan postur kerja. Selain itu, bahaya juga terkait dengan peralatan kerja, seperti dimensi kerja, bentuk, desain tempat kerja, serta penempatan fasilitas yang digunakan dalam pekerjaan, seperti monitor, CPU, keyboard, mouse, meja gambar, meja tulis, kursi, telepon, dan dokumen holder. Selanjutnya, bahaya juga dapat berhubungan dengan lingkungan atau tempat kerja, termasuk dimensi, luas, dan tata letak tempat kerja. Terakhir, bahaya juga dapat terkait dengan individu atau pekerja, seperti pola hidup, status kesehatan, dan keluhan otot dan rangka yang dirasakan oleh pekerja.⁷

Pemilihan peralatan dan furnitur yang sesuai merupakan faktor penting dalam penerapan ergonomi dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam. Peralatan dan furnitur yang tidak ergonomis dapat menyebabkan ketidaknyamanan dan risiko cedera pada karyawan. Berikut ini beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam pemilihan peralatan dan furnitur yang sesuai:

- 1) Kursi Kerja, Pemilihan kursi kerja yang ergonomis sangat penting untuk kenyamanan dan kesehatan karyawan. Kursi yang baik harus dapat disesuaikan tinggi dan memiliki dukungan yang memadai untuk punggung dan lengan. Pemilihan kursi dengan bantalan yang nyaman dan penyesuaian yang mudah membantu mengurangi tekanan pada tubuh karyawan saat duduk untuk waktu yang lama.
- 2) Meja Kerja, Meja kerja yang ergonomis juga harus diperhatikan. Meja yang tepat harus memiliki tinggi yang sesuai dengan ketinggian karyawan dan permukaan yang cukup luas untuk menampung peralatan kerja yang diperlukan. Penyesuaian meja yang mudah memungkinkan karyawan untuk mengatur posisi kerja yang nyaman dan mengurangi ketegangan pada tubuh.
- 3) Peralatan Komputer, Penggunaan komputer dalam perkantoran pendidikan Islam adalah hal yang umum. Oleh karena itu, pemilihan peralatan komputer yang ergonomis juga sangat penting. Keyboard dan mouse yang ergonomis dengan desain yang mendukung posisi alami tangan dan pergelangan tangan dapat mengurangi risiko cedera seperti sindrom terowongan karpal.

⁷Rosyana Mei Budiprastiwi dan Rindu, "Alternatif Rekomendasi Kebijakan Pengendalian Faktor Risiko Ergonomi Terhadap Penggunaan Komputer," *Journal of Public Health Education* 1, no. 3 (2022): 137-145.

Monitor komputer juga harus ditempatkan pada tingkat mata yang sesuai untuk menghindari tegangan leher dan mata.

- 4) **Furnitur dan Perlengkapan Lainnya**, Selain kursi dan meja kerja, pemilihan furnitur dan perlengkapan lainnya juga perlu memperhatikan prinsip-prinsip ergonomi. Misalnya, lemari dan rak buku harus ditempatkan pada tingkat yang mudah dijangkau tanpa perlu mengangkat beban yang berat. Penyesuaian tinggi rak buku atau penyediaan tangga dapat membantu menghindari cedera saat mengambil atau menyimpan barang.

Dengan pemilihan peralatan dan furnitur yang sesuai, perkantoran pendidikan Islam dapat menciptakan lingkungan kerja yang ergonomis dan mendukung kesejahteraan karyawan. Peralatan dan furnitur yang dirancang dengan prinsip ergonomi membantu mengurangi ketegangan fisik, meningkatkan kenyamanan, dan mengoptimalkan kinerja karyawan. Penting bagi manajemen perkantoran untuk memperhatikan pemilihan peralatan dan furnitur yang sesuai dengan kebutuhan karyawan dan memastikan bahwa mereka memiliki akses ke peralatan yang mendukung kesehatan dan kenyamanan mereka.

c. Pengaturan pencahayaan, suhu, dan kebisingan yang optimal

Pengaturan pencahayaan, suhu, dan kebisingan yang optimal merupakan aspek penting dalam penerapan ergonomi dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam. Lingkungan kerja yang nyaman dan mendukung dapat meningkatkan kesejahteraan karyawan dan produktivitas mereka. Berikut ini adalah beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam pengaturan pencahayaan, suhu, dan kebisingan yang optimal:

- 1) **Pencahayaan**, Pencahayaan yang baik dan tepat di tempat kerja sangat penting untuk kesehatan dan kenyamanan karyawan. Penerangan yang cukup membantu mengurangi kelelahan mata, meningkatkan visibilitas, dan mencegah masalah penglihatan. Gunakan pencahayaan alami sebanyak mungkin dengan memaksimalkan penggunaan cahaya matahari dan memastikan adanya pencahayaan tambahan yang cukup saat diperlukan. Pilihan lampu yang tepat dengan intensitas dan suhu warna yang sesuai juga perlu diperhatikan.
- 2) **Suhu**, Pengaturan suhu yang optimal di tempat kerja berkontribusi pada kenyamanan dan kesejahteraan karyawan. Suhu yang terlalu panas atau terlalu dingin dapat mengganggu konsentrasi dan membuat karyawan merasa tidak nyaman. Upayakan suhu ruangan yang stabil dan sesuai dengan standar kenyamanan,

seperti menggunakan sistem pendingin udara atau pemanas jika diperlukan. Selain itu, penting juga untuk memperhatikan sirkulasi udara yang baik agar udara segar terpenuhi di lingkungan kerja.

- 3) Kebisingan, Lingkungan perkantoran yang berisik dapat mengganggu konsentrasi, mengakibatkan stres, dan menurunkan produktivitas karyawan. Upayakan pengaturan yang baik untuk mengurangi kebisingan, seperti menggunakan bahan peredam suara pada dinding atau langit-langit ruangan, memisahkan area kerja yang berisik dengan yang tenang, atau menyediakan fasilitas pengurangan kebisingan seperti headphone atau ruang khusus untuk istirahat. Selain itu, penting juga untuk memperhatikan kebisingan eksternal seperti lalu lintas atau suara bising dari luar gedung.

Dengan mengatur pencahayaan, suhu, dan kebisingan yang optimal, perkantoran pendidikan Islam dapat menciptakan lingkungan kerja yang nyaman dan mendukung produktivitas karyawan. Memperhatikan faktor-faktor tersebut membantu mengurangi ketegangan fisik dan mental, meningkatkan fokus dan konsentrasi, serta mempromosikan kesejahteraan karyawan. Manajemen perkantoran perlu memastikan bahwa pengaturan pencahayaan, suhu, dan kebisingan dilakukan secara tepat sesuai dengan kebutuhan dan preferensi karyawan, sehingga mereka dapat bekerja dengan optimal tanpa mengalami gangguan yang berlebihan.

d. Ergonomi pada tata letak dan desain ruangan perkantoran

Tata letak dan desain ruangan perkantoran memiliki peran penting dalam menciptakan lingkungan kerja yang ergonomis. Dalam penerapan ergonomi, faktor-faktor seperti pengaturan ruang, penempatan peralatan, dan desain furnitur perlu diperhatikan dengan baik. Berikut ini adalah beberapa prinsip ergonomi yang relevan untuk tata letak dan desain ruangan perkantoran dalam konteks pendidikan Islam:

- 1) Ruang Kerja yang Optimal, Perencanaan tata letak yang baik harus mempertimbangkan kebutuhan karyawan dan jenis pekerjaan yang dilakukan. Ruang kerja harus memungkinkan gerakan yang leluasa dan efisien, mempertimbangkan ruang untuk meja kerja, peralatan, dan pergerakan karyawan. Ruang yang terlalu sempit atau terlalu luas dapat menghambat produktivitas dan kenyamanan.
- 2) Penempatan Peralatan, Penempatan peralatan kerja, seperti komputer, telepon, dan peralatan lainnya, perlu disesuaikan agar mudah diakses oleh karyawan. Posisi yang tepat dan ergonomis

dari peralatan membantu mengurangi tekanan pada tubuh dan meminimalkan potensi cedera akibat postur yang tidak benar. Selain itu, penting juga untuk mempertimbangkan kabel-kabel yang tertata rapi dan aman agar tidak mengganggu pergerakan karyawan.

- 3) Desain Furnitur yang Ergonomis, Pemilihan furnitur yang tepat sangat penting dalam menciptakan lingkungan kerja yang ergonomis. Meja kerja, kursi, dan perlengkapan lainnya harus didesain untuk memberikan dukungan yang baik pada tubuh karyawan, mengurangi tekanan pada punggung, leher, dan bahu. Kursi yang dapat disesuaikan tingginya, meja dengan permukaan yang luas, dan dukungan punggung yang ergonomis adalah beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam pemilihan furnitur.

Dengan menerapkan prinsip ergonomi pada tata letak dan desain ruangan perkantoran, manajemen perkantoran pendidikan Islam dapat menciptakan lingkungan kerja yang memperhatikan kesejahteraan dan kenyamanan karyawan. Ergonomi pada tata letak dan desain ruangan membantu mengurangi risiko cedera, meningkatkan efisiensi kerja, dan mempromosikan produktivitas. Penting bagi manajemen perkantoran untuk melibatkan karyawan dalam proses perencanaan dan mendapatkan umpan balik mereka mengenai kenyamanan dan kebutuhan ergonomis, sehingga dapat menciptakan ruangan yang sesuai dengan kebutuhan dan preferensi karyawan.

e. Penyediaan fasilitas kesehatan dan kebugaran bagi karyawan

Penyediaan fasilitas kesehatan dan kebugaran bagi karyawan merupakan salah satu upaya penting dalam penerapan ergonomi dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam. Fasilitas ini bertujuan untuk mempromosikan kesehatan dan kesejahteraan karyawan serta meningkatkan produktivitas kerja. Berikut adalah beberapa fasilitas kesehatan dan kebugaran yang dapat diterapkan:

- 1) Ruang Istirahat, Menyediakan ruang istirahat yang nyaman dan terpisah dari area kerja membantu karyawan untuk beristirahat dan melepaskan stres. Ruang ini dapat dilengkapi dengan kursi yang nyaman, meja, dan tempat bersantai. Karyawan dapat menggunakan ruang ini untuk mengambil istirahat sejenak, mengonsumsi makanan, atau melakukan aktivitas relaksasi.
- 2) Fasilitas Olahraga, Menyediakan fasilitas olahraga seperti gym atau lapangan olahraga dapat mendorong karyawan untuk menjaga kebugaran fisik. Olahraga memiliki manfaat dalam meningkatkan energi, konsentrasi, dan produktivitas kerja. Dengan adanya

fasilitas olahraga, karyawan dapat melakukan aktivitas fisik seperti berlari, bersepeda, atau melakukan latihan kebugaran secara teratur.

- 3) Program Kesehatan, Mengadakan program kesehatan seperti seminar kesehatan, pemeriksaan kesehatan rutin, atau kegiatan promosi kesehatan dapat memberikan edukasi dan kesadaran kepada karyawan tentang pentingnya menjaga kesehatan. Program ini juga dapat membantu dalam mengidentifikasi dan mencegah risiko kesehatan yang mungkin dialami oleh karyawan, serta memberikan saran dan arahan dalam menjaga gaya hidup sehat.
- 4) Akses ke Pelayanan Medis, Memastikan karyawan memiliki akses yang mudah dan terjangkau ke pelayanan medis merupakan langkah penting dalam memenuhi kebutuhan kesehatan mereka. Kerjasama dengan lembaga kesehatan atau menyediakan fasilitas kesehatan onsite seperti klinik kesehatan atau perawat dapat membantu karyawan dalam memperoleh perawatan kesehatan yang diperlukan tanpa harus meninggalkan lingkungan kerja.

Penyediaan fasilitas kesehatan dan kebugaran ini tidak hanya mendukung kesejahteraan karyawan, tetapi juga mencerminkan perhatian dan komitmen manajemen perkantoran dalam menciptakan lingkungan kerja yang sehat dan produktif. Melalui fasilitas ini, karyawan akan merasa dihargai dan didukung dalam menjaga kesehatan dan kebugaran mereka, sehingga dapat berkontribusi secara optimal dalam lingkungan kerja pendidikan Islam.

6. Manfaat dan Dampak Penerapan Ergonomi dalam Manajemen Perkantoran Pendidikan Islam

a. Peningkatan kesehatan dan kesejahteraan karyawan

Penerapan ergonomi dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam memiliki manfaat besar dalam meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan karyawan. Dengan menerapkan prinsip-prinsip ergonomi, seperti penataan ruang kerja yang ergonomis, pemilihan peralatan yang sesuai, pengaturan pencahayaan dan suhu yang optimal, serta menyediakan fasilitas kesehatan, karyawan akan mengalami peningkatan kenyamanan dan mengurangi risiko cedera dan gangguan kesehatan terkait pekerjaan. Ini akan membantu meningkatkan kualitas hidup dan kesejahteraan mereka secara keseluruhan.

b. Meningkatkan produktivitas dan efisiensi kerja

Penerapan ergonomi juga berdampak positif pada produktivitas dan efisiensi kerja karyawan. Ketika karyawan bekerja dalam lingkungan yang mendukung ergonomi, mereka akan merasa lebih nyaman dan

dapat bekerja dengan lebih baik. Penyediaan peralatan dan furnitur yang sesuai, tata letak ruangan yang efisien, serta pengaturan pencahayaan dan suhu yang optimal, akan membantu mengurangi kelelahan dan meningkatkan fokus dan konsentrasi karyawan. Hal ini akan berkontribusi pada peningkatan produktivitas, kualitas kerja, dan efisiensi dalam pelaksanaan tugas sehari-hari.

c. Menurunkan risiko cedera dan gangguan kesehatan akibat kerja

Salah satu dampak penting dari penerapan ergonomi dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam adalah penurunan risiko cedera dan gangguan kesehatan akibat kerja. Ergonomi membantu mengidentifikasi dan mengatasi faktor-faktor risiko yang dapat menyebabkan cedera atau gangguan kesehatan, seperti postur tubuh yang tidak tepat, penggunaan peralatan yang tidak ergonomis, atau tata letak ruangan yang tidak efisien. Dengan mengurangi faktor-faktor ini, karyawan akan lebih terlindungi dari cedera dan gangguan kesehatan terkait pekerjaan, sehingga meningkatkan keberlanjutan kesehatan mereka dalam jangka panjang.

d. Meningkatkan kepuasan kerja dan motivasi karyawan

Penerapan ergonomi juga berdampak positif pada kepuasan kerja dan motivasi karyawan. Ketika karyawan merasa nyaman dan didukung dalam lingkungan kerja yang ergonomis, mereka cenderung merasa lebih puas dengan pekerjaan mereka. Ruang kerja yang ergonomis menciptakan kondisi yang memungkinkan karyawan bekerja dengan lebih efektif dan efisien, yang pada gilirannya meningkatkan kepuasan kerja mereka. Selain itu, adanya perhatian terhadap kesejahteraan karyawan melalui penerapan ergonomi juga dapat meningkatkan motivasi mereka untuk memberikan kontribusi yang lebih baik dan meraih tujuan organisasi dengan lebih baik.

e. Meningkatkan citra dan reputasi organisasi pendidikan Islam:

Dalam konteks perkantoran pendidikan Islam, penerapan ergonomi juga memiliki dampak pada citra dan reputasi organisasi. Ketika sebuah organisasi memperhatikan kesejahteraan dan kesehatan karyawan melalui penerapan ergonomi, hal ini mencerminkan komitmen organisasi terhadap nilai-nilai Islam yang mencakup perhatian terhadap kesejahteraan umat. Hal ini dapat meningkatkan citra positif organisasi dalam mata masyarakat, serta membantu dalam membangun reputasi sebagai tempat kerja yang baik dan bertanggung jawab.

Dalam keseluruhan, penerapan ergonomi dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam memiliki manfaat yang signifikan. Hal ini tidak hanya memberikan keuntungan bagi karyawan dalam hal kesehatan, kesejahteraan, dan produktivitas, tetapi juga berdampak positif pada citra dan reputasi organisasi. Oleh karena itu, penting bagi manajemen perkantoran pendidikan Islam untuk memprioritaskan penerapan prinsip-prinsip ergonomi dalam upaya menciptakan lingkungan kerja yang sehat, nyaman, dan produktif.

7. Tantangan Penerapan Ergonomi dalam Manajemen Perkantoran Pendidikan Islam

Penerapan prinsip-prinsip ergonomi dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam juga menghadapi sejumlah tantangan yang perlu diatasi. Berikut ini adalah beberapa tantangan yang dapat ditemui dalam penerapan ergonomi dalam konteks ini:

a. Kesadaran dan Pemahaman

Salah satu tantangan utama adalah kurangnya kesadaran dan pemahaman yang memadai tentang pentingnya ergonomi dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam. Banyak institusi pendidikan Islam masih belum sepenuhnya menyadari manfaat dan dampak positif dari menerapkan prinsip-prinsip ergonomi. Oleh karena itu, penting untuk meningkatkan pemahaman dan kesadaran tentang ergonomi di kalangan pimpinan, staf, dan karyawan agar mereka dapat menghargai dan mendukung penerapan ergonomi dalam manajemen perkantoran.

b. Keterbatasan Sumber Daya

Sumber daya yang terbatas, baik dalam hal keuangan maupun tenaga kerja, sering menjadi tantangan dalam penerapan ergonomi. Pembelian peralatan dan furnitur yang ergonomis, penyesuaian desain ruang kerja, serta penyediaan fasilitas kesehatan memerlukan investasi yang tidak selalu mudah dilakukan. Kurangnya dana dan keterbatasan tenaga kerja yang berkualifikasi dapat menjadi hambatan dalam menerapkan prinsip-prinsip ergonomi secara menyeluruh dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam.

c. Perubahan Budaya dan Perilaku

Penerapan ergonomi sering kali melibatkan perubahan budaya dan perilaku di lingkungan kerja. Mengubah kebiasaan kerja yang sudah terbentuk dan mengadopsi praktik-praktik baru yang lebih ergonomis dapat menjadi tantangan yang signifikan. Diperlukan upaya untuk mengubah mindset dan membentuk budaya kerja yang lebih responsif terhadap prinsip-prinsip ergonomi. Edukasi, pelatihan, dan dukungan

dari pimpinan organisasi sangat penting dalam mengatasi tantangan ini.

d. Integrasi dengan Sistem Manajemen yang Ada

Penerapan ergonomi dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam juga harus diintegrasikan dengan sistem manajemen yang sudah ada. Ini termasuk sistem pengelolaan karyawan, kebijakan dan prosedur operasional, serta sistem penilaian kinerja. Mengintegrasikan prinsip-prinsip ergonomi dengan sistem manajemen yang sudah mapan dapat memerlukan perubahan dan penyesuaian yang sesuai. Oleh karena itu, penting untuk merencanakan dan melaksanakan penerapan ergonomi secara terencana dan terkoordinasi dengan sistem manajemen yang ada.

Dalam menghadapi tantangan-tantangan ini, kolaborasi antara berbagai pihak terkait, termasuk pimpinan organisasi, staf, dan karyawan, sangat penting. Dukungan dari pihak terkait dan komitmen untuk mengatasi tantangan-tantangan ini akan memperkuat implementasi prinsip-prinsip ergonomi dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam.

D. Kesimpulan

Kesimpulan dari pembahasan di atas adalah bahwa penerapan ergonomi dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam dapat membawa manfaat yang signifikan. Dengan memperhatikan pengertian dan konsep dasar ergonomi, serta menerapkan prinsip-prinsip ergonomi yang relevan, organisasi dapat menciptakan lingkungan kerja yang sehat, nyaman, dan produktif. Selain itu, ergonomi juga memiliki hubungan yang kuat dengan kesejahteraan karyawan, baik secara fisik, mental, maupun emosional. Dengan menerapkan ergonomi, organisasi dapat meningkatkan efisiensi kerja, mengurangi kesalahan, meningkatkan keterlibatan dan motivasi karyawan, meningkatkan kesehatan dan kehadiran, serta merangsang inovasi dan kreativitas. Semua dampak ini berkontribusi pada peningkatan produktivitas organisasi dan menciptakan lingkungan kerja yang optimal. Oleh karena itu, penerapan ergonomi dalam manajemen perkantoran pendidikan Islam sangatlah penting untuk keberhasilan institusi pendidikan tersebut.

Daftar Rujukan

- Budiprastiwi, Rosyana Mei, dan Rindu. “Alternatif Rekomendasi Kebijakan Pengendalian Faktor Risiko Ergonomi Terhadap Penggunaan Komputer.” *Journal of Public Health Education* 1, no. 3 (2022): 137–145.
- Nilla, Nilla, Parwadi Moengin, Pudji Astuti, Dian Mardi Safitri, dan Sucipto Adisuwiryo. “Faktor Utama untuk Mewujudkan Green Ergonomics di Lingkungan Kantor.” *Jurnal Teknik Industri* 11, no. 3 (2021): 261–267.
- Pramono, Tangguh, Abdul Malik Sayuti, Mohammad Rizal Gaffar, dan Rheynd Ayu Puspitaningrum. “Penilaian Risiko Ergonomi Pada Lingkungan Kerja Perkantoran Menggunakan Metode Rapid Office Strain Assessment (ROSA).” *Jurnal Pendidikan Administrasi Perkantoran (JPAP)* 10, no. 3 (2022): 246–255.
- Putri, Fadma, Fidyatul Nazhira, Miftahul Nur Amaliyah, Ichlasul Amalia Romadona, Sarjana Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surabaya, et al. “Prevalensi Resiko Ergonomi pada Kejadian Musculoskeletal Disorders (MSDS) di Sektor Perkantoran Indonesia.” *Jurnal Ilmiah Keperawatan* 9, no. 1 (2023): 35–40.
- Rasyid, Saifuddin A., dan Rahmad Syah Putra. *Manajemen Perkantoran*, 2018.
- Silintowe, Yunita Budi Rahayu, dan Yustina Erti Pravitasmara Dew. *Manajemen Perkantoran Modern*, 2020.
- Susetyo, Septian Hadi, Dwina Roosmini, Rizky Prayoga, Rismaya Fayi Dienta, dan Muhammad Rofi Septriana. “Evaluasi Ergonomic di Lingkungan Kerja Perkantoran dan Dampaknya terhadap Kesehatan.” *Jurnal Teknik Lingkungan* 27, no. 2 (2021): 12–22.