

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
Direktorat Jenderal Pelayanan Kesehatan
Rumah Sakit Pusat Otak Nasional

Agenda Surat No

Diselesaikan oleh Penyelenggara : Yoelia

Diperiksa oleh Kasubbag RT & Perlengkapan: *9/01/18*

Dikirim :

Sifat Surat :

Nomor : *292*

Jakarta, *9* Januari 2018

Terlebih Dahulu :

M E M B A C A

1. Kepala Bagian Adm. Umum

[Signature]
.....

2. Direktur Keuangan dan Administrasi Umum

[Signature]
.....

Ditetapkan :

Direktur Utama,

Yth.

[Signature]
dr. Mursyid Bustami, Sp.S, (K), KIC, MARS
NIP 196209131988031002

Lampiran : -

Hal : SOP Pelaksanaan Senam Peregangan di Lingkungan RS Pusat Otak Nasional



RUMAH SAKIT PUSAT OTAK NASIONAL.

PELAKSANAAN SENAM PEREGANGAN DI LINGKUNGAN RS PUSAT OTAK NASIONAL

No. Dokumen

OT.02.02/XXXIX.3/
292/2018

No. Revisi

Halaman

STANDAR PROSEDUR OPERASIONAL

Tanggal Terbit

19 Januari 2018

Ditetapkan :
Direktur Utama

dr. Mursyid Bustami, Sp.S(K), KIC, MARS
NIP. 196209131988031002

PENGERTIAN

Kegiatan mengatur pelaksanaan senam peregangan di lingkungan RS Pusat Otak Nasional.

TUJUAN

Untuk peningkatan kesehatan kerja di perkantoran sehingga perlu dilakukan aktivitas fisik dan peningkatan kebugaran jasmani.

KEBIJAKAN

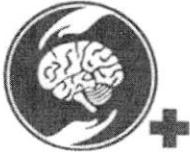
1. Instruksi Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.02.01/Menkes/492/2017 tentang Pengukuran Kebugaran Jasmani.
2. Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 48 Tahun 2016 tentang Standar Keselamatan dan Kesehatan Kerja Perkantoran.

PROSEDUR

1. Setiap hari kerja yaitu pada pukul 10.00 WIB dan 14.00 WIB terdapat bunyi sirine yang menandakan waktu untuk melakukan senam peregangan bersama.
2. Semua karyawan menghentikan aktivitas kerja sesaat setelah mendengar bunyi sirine.
3. Semua karyawan berdiri dan mengambil tempat dan posisi yang cukup untuk melakukan senam peregangan.
4. Semua karyawan mengikuti gerakan pada video senam peregangan yang ditayangkan pada TV digital.
5. Apabila senam peregangan selesai, semua karyawan kembali melanjutkan aktivitas kerja.

UNIT TERKAIT

Semua Unit Kerja



RUMAH SAKIT PUSAT OTAK NASIONAL.

PELAKSANAAN SENAM PEREGANGAN DI LINGKUNGAN RS PUSAT OTAK NASIONAL

No. Dokumen

05.02.02/XXXIX-3/
29212018

No. Revisi

—

Halaman

mulai

Setiap hari kerja yaitu pada pukul 10.00 WIB dan 14.00 WIB terdapat bunyi sirine yang menandakan waktu untuk melakukan senam peregangan bersama.

Semua karyawan menghentikan aktivitas kerja sesaat setelah mendengar bunyi sirine.

Semua karyawan berdiri dan mengambil tempat dan posisi yang cukup untuk melakukan senam peregangan

Semua karyawan mengikuti gerakan pada video senam peregangan yang ditayangkan pada TV digital sampai dengan selesai

Apabila senam peregangan selesai, semua karyawan kembali melanjutkan aktivitas kerja.

selesai