



# GERGAJI SEPUR

GERAKAN MENGAJI RUTIN  
DAN  
SENAM PERBAIKAN POSTUR



☎ 0813 9048 3829  
<http://rsudajibarang.banyumaskab.go.id/>  
📍 RSUD Ajibarang @rsud.ajibarang.ceria  
📱 Rsud Ajibarang



# GERGAJI SEPUR

## ➤ GERAKAN MENGAJI RUTIN DAN SENAM PERBAIKAN POSTUR

Merupakan inovasi kegiatan yang masuk dalam kategori **Healthcare Worker's Wellbeing**. Diciptakan untuk menyegarkan kembali semangat kerja karyawan secara rohani dan jasmani dengan target terwujudnya semangat kerja yang optimal sehingga menunjang pelayanan prima di RSUD Ajibarang. Adapun rincian kegiatannya sebagai berikut :

1. Pengajian Rutin Hari Selasa – Kamis.
2. Kajian Muslimah setiap hari Jumat pekan kedua.
3. Senam peregangan setiap Hari Jumat.





# LATAR BELAKANG

Kesejahteraan karyawan merupakan komponen penting dari lingkungan kerja dan organisasi yang sehat. Kesejahteraan disini dapat merujuk pada kesehatan mental dan fisik karyawan. Kesejahteraan mental dan fisik yang baik, akan berdampak pada maksimalnya kinerja sebuah lingkungan kerja atau organisasi.

Pada sebuah rumah sakit, kesejahteraan karyawan merupakan salah satu hal yang menjadi prioritas utama.

Pelayanan kesehatan kepada para pasien membutuhkan kondisi fisik dan mental yang optimal.





Karena pelanggan pada rumah sakit adalah pasien – pasien yang membutuhkan bantuan kesehatan dengan resiko paparan infeksi kepada petugas kesehatan, cedera fisik karena masalah ketidaktepatan postur saat mengangkat/ memindah pasien, serta resiko kejenuhan petugas yang melaksanakan pelayanan yang sama setiap harinya. Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Ajibarang memandang hal tersebut sebagai resiko yang dapat dicegah atau dikurangi. Berdasarkan latar belakang diatas, RSUD Ajibarang menciptakan inovasi kegiatan bernama **GERGAJI SEPUR**. (<https://mekari.com/blog/kesejahteraan-karyawan>)



# TUJUAN

## A. Tujuan :

1. Memberikan kesempatan kepada karyawan untuk meningkatkan kemampuan membaca dan memahami tafsir kitab suci Al-Quran.
2. Memberikan informasi terkait kemuslimahan kepada karyawan wanita.
3. Mengurangi, atau mencegah gangguan postur yang terjadi pada para karyawan.



☎ 0813 9048 3829  
🌐 <http://raudajibarang.banyumaskab.go.id/>  
📍 RSUD Ajibarang @raudajibarang.ceria  
📱 Raud Ajibarang





# LANGKAH - LANGKAH

## 1. PENGAJIAN SELASA - KAMIS

Kegiatan pengajian diawali dengan asesmen kemampuan mengaji karyawan. karyawan diminta membaca Al Quran dan hasil asesmen digunakan untuk membagi karyawan sesuai tingkat kemampuan mengaji. Adapun pembagiannya terdiri atas : Terbata - bata, kurang lancar dan lancar.

Selanjutnya, kegiatan berjalan rutin setiap Hari Selasa dan Hari Kamis.



☎ 0813 9048 3828  
🌐 <http://rsudajibarang.banyumaskab.go.id/>  
📍 RSUD Aji Barang @rsudajibarang.ceria  
📱 R sud Aji Barang



**BerAKHLAK** #bangga  
melayani  
bangsa

# 1. PENGAJIAN SELASA - KAMIS

Menghubungi  
Pembimbing Pengajian



Menyiapkan tempat



Melaksanakan Pengajian



## 2. KAJIAN MUSLIMAH SETIAP HARI JUMAT PEKAN KEDUA

Menyusun Proposal  
Kegiatan



Mennghubungi  
Narasumber kajian



Menyiapkan tempat kajian



Melaksanakan Pengajian



Pengajian Selesai



☎ 0813 9048 3829  
<http://raudajibarang.banyumaskab.go.id/>  
RSUD Ajibarang @raudajibarang.ceria  
Rsud Ajibarang





# 3. SENAM PERBAIKAN POSTUR SETIAP HARI JUMAT

Membuat Poster Kegiatan



Publikasi Poster Kajian



Pelaksanaan Senam



Senam Selesai



☎ 0813 9048 3829  
<http://raudajibarang.banyumaskab.go.id/>  
RSUD Ajibarang @raudajibarang.ceria  
Rsud Ajibarang



# HASIL

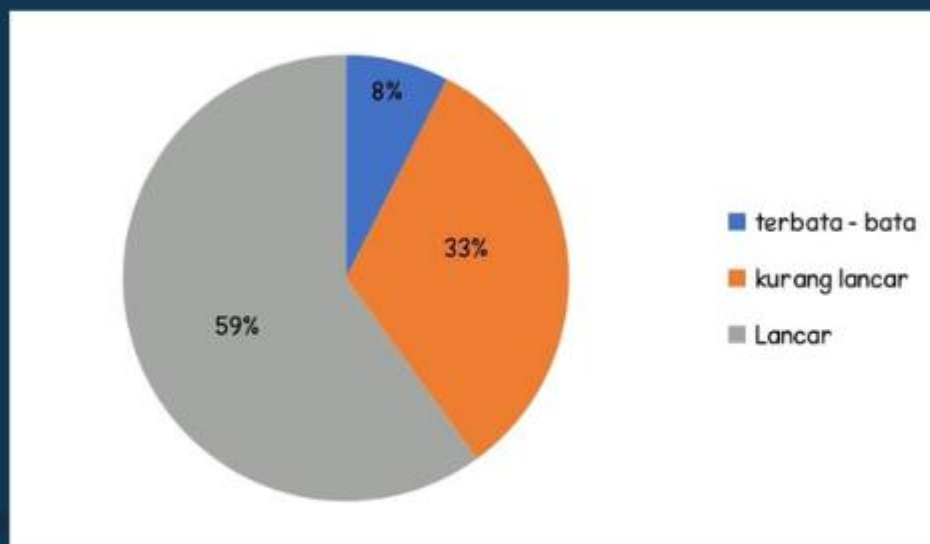
## A. Perbaikan Signifikan :

### 1. Pengajian dan kajian Muslimah

Karyawan yang mengikuti kegiatan pengajian Rutin Selasa – Kamis menyatakan dengan pengajian rutin menjadi lebih lancar membaca Al Quran.

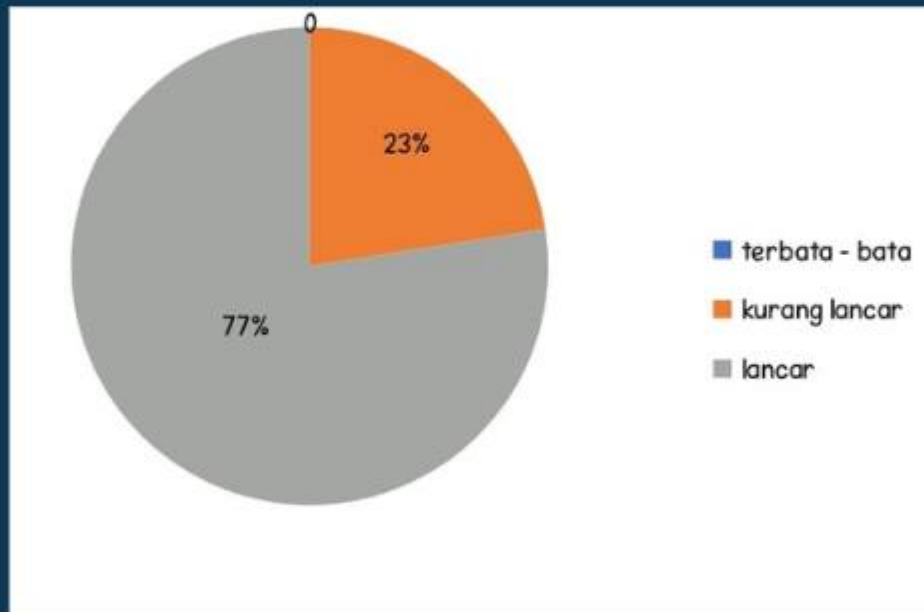
Berikut data asesmen sebelum dan sesudah dilaksanakan kegiatan pengajian rutin.

### Sebelum Dilaksanakan Pengajian Rutin





## Setelah dilaksanakan Kegiatan Pengajian Rutin



### 2. Senam Perbaikan Postur

Karyawan yang mengikuti senam perbaikan postur, sebelumnya mengalami keluhan dalam beraktifitas seperti nyeri punggung, nyeri tengkuk, nyeri lutut, menyatakan bahwa dengan senam perbaikan postur sebanyak 20% sembuh, sedangkan 80% mengalami perbaikan sehingga lebih nyaman saat beraktifitas.



# DOKUMENTASI KEGIATAN



PENGAJIAN RUTIN  
SELASA DAN KAMIS



SENAM PERBAIKAN  
POSTUR



KAJIAN MUSLIMAH RUTIN



0813 9048 3929  
<http://raudajibarang.banyumaskab.go.id/>  
RSUD Ajibarang @raudajibarang.ceria  
Rsud Ajibarang







**PEMERINTAH DAERAH KABUPATEN BANYUMAS**  
**RUMAH SAKIT UMUM DAERAH AJIBARANG**  
**KABUPATEN BANYUMAS**

JL. Pancasan Ajibarang – Ajibarang Kode Pos 53163  
Telp. (0281)6570004 Faks (0281) 6570005  
Email : rsudajibarang@banyumaskab.go.id

---

**SURAT PENGESAHAN**

Nomor : 445.1/ 3023 /X/2023

Dengan ini menyatakan bahwa Makalah Inovasi dengan judul :

**GERGAJI SEPUR**

(Gerakan Mengaji Rutin dan Senam Perbaikan Postur)

Yang dibuat oleh :

1. Dewi Widyasmara, S.Kep (19870121 200903 2 005)
2. Liyana Nisa Prasetyani, S.Gz
3. Ayu Wandhani, S.Kep

Disetujui untuk mengikuti

Lomba Inovasi PERSI AWARDS 2023

Kategori

HEALTHCARE WORKERS' WELLBEING

Ajibarang, 06 Oktober 2023

Direktur RSUD Ajibarang

dr. NOEGROHO HARBANI, M.Sc.,Sp.S  
NIP. 19680625 200212 1 006