

Buku Petunjuk untuk Keselamatan dan Kenyamanan



Daftar Isi

Pengenalan	4
Penggunaan produk, bagian- bagiannya dan asesoris dengan aman	5
Daya	5
Komunikasi	12
Perangkat Utama	15
Sistem/Peralatan pendukung	22
Saran untuk menggunakan komputer secara nyaman	27
Posisi bekerja yang baik	27
Menggunakan produk dengan papan ketik eksternal, tetikus atau monitor	28
Posisi mengetik	29
Beristirahat dan mengulas pekerjaan	29
Saran untuk produk bergerak	30
Membawa produk	30
Mencari bantuan lainnya	30
Daftar yang perlu diperiksa	31

Perangkat produk yang anda beli mungkin dilengkapi dengan perangkat penulis media optik yang dapat direkam/ditulis kembali dan perangkat lunak yang mendukung diantara teknologi penyimpanan terkini. Dengan teknologi baru, anda harus membaca dan mengikuti semua cara pemasangan dan pemakaian yang disebut dalam petunjuk pemakaian atau buku pedoman atau yang tersedia secara elektronik. Jika anda gagal untuk melakukannya produk ini mungkin tidak akan bekerja secara benar dan anda dapat kehilangan data atau mengalami kerusakan lain.

TOSHIBA, REKAN DAN PEMASOK TIDAK MENJAMIN BAHWA PENGOPERASIAN PRODUK TIDAK AKAN TERGANGGU ATAU BEBAS KESALAHAN. ANDA SETUJU BAHWA TOSHIBA, REKAN DAN PEMASOK TIDAK MEMILIKI KEWAJIBAN ATAS KERUSAKAN TERHADAP ATAU TERJADI KEHILANGAN BISNIS, KEUNTUNGAN, PROGRAM, DATA ATAU MEDIA PENYIMPAN LUAR YANG TERJADI KARENA PENGGUNAAN PRODUK, BAHKAN JIKA TELAH DINASEHATKAN KEMUNGKINAN DARIPADANYA.

Walau Toshiba telah menggunakan semua upaya untuk menyakinkan keakuratan dari informasi yang diberikan saat penyusunan ini, namun informasi tersebut dapat berubah tanpa pemberitahuan terlebih dahulu.

TOSHIBA TIDAK MENYEDIAKAN JAMINAN YANG BERHUBUNGAN DENGAN PETUNJUK DAN INFORMASI YANG TERTERA. OLEH SEBAB ITU SEMUA JAMINAN PEMBELIAN DAN PEMAKAIAN UNTUK TUJUAN TERTENTU DAN/ ATAU PELANGGARAN JAMINAN DARI PIHAK KETIGA DENGAN INI TIDAK BERLAKU. TOSHIBA MENGANGGAP TIDAK PUNYA KEWAJIBAN TERHADAP KERUSAKAN SECARA LANGSUNG ATAU TIDAK DARI ANOMALI TEKNIS, KEADAAN TERTENTU, ATAU KEHILANGAN ISI. TOSHIBA TIDAK BERTANGGUNG JAWAB TERHADAP KEJADIAN KEJADIAN BERUPA KECELAKAAN, KONSEKUENSI, KEJADIAN TERTENTU, ATAU KERUSAKAN UMUM, APAKAH BERDASARKAN KONTRAK, PERJANJIAN ATAU APAPUN, YANG MUNCUL DIKARENAKAN PENGGUNAAN PETUNJUK INI ATAU INFORMASI YANG TERCANTUM.

Merek Dagang

Bluetooth adalah merek dagang yang dimiliki pemiliknya dan digunakan oleh TOSHIBA dengan lisensi.

ExpressCard merupakan merek dagang dari PCMCIA.

Blu-ray Disc™, Blu-ray™ dan logonya adalah merek dagang dari Blu-ray Disc Association.

Merek dagang dan merek dagang terdaftar lainnya yang tidak tercantum di atas mungkin digunakan juga dalam buku petunjuk ini.

Pengenalan

Terima kasih atas pembelian produk Toshiba ini.

Semua petunjuk keamanan yang tercantum dalam petunjuk ini harus dibaca secara hati-hati, dan harus dimengerti sebelum berusaha menggunakan produk anda, untuk menghindari kecelakaan yang dapat mengakibatkan luka, kerusakan barang, atau kerusakan pada produk.

Tidak semua komponen atau fungsi yang ada di Buku Pedoman ini disediakan oleh produk Anda. Beberapa fitur hanya tersedia pada model-model tertentu.

Simpan petunjuk ini dekat dengan produk anda, untuk kemudahan referensi di masa mendatang.

Petunjuk ini berisi:

- ❖ Petunjuk keamanan penggunaan produk yang harus diperhatikan untuk menghindari kecelakaan yang dapat mengakibatkan luka dan/atau kerusakan.
- ❖ Petunjuk penggunaan yang harus diperhatikan untuk mengoptimalkan kegunaan dan kenikmatan dari produk anda.
- ❖ Petunjuk keamanan yang dicantumkan dalam buku ini telah di pilah-pilah berdasarkan keseriusan dari kemungkinan kecelakaan, melalui kata kata isarat.

Kata isarat	Pengertian
	Mengindikasikan keadaan genting yang berbahaya yang, jika tidak di hindari, akan berakibat kematian atau luka serius.
	Mengindikasikan sebuah kemungkinan keadaan berbahaya yang, jika tidak di hindari, mungkin akan berkakibat kematian atau luka serius.
	Mengindikasikan sebuah kemungkinan keadaan berbahaya yang, jika tidak di hindari, mungkin akan menyebabkan luka ringan atau sedang.
	Mengindikasikan kemungkinan keadaan berbahaya yang, jika tidak di hindari, mungkin akan menyebabkan kerusakan benda.
	Menyediakan informasi penting.

Penggunaan produk, bagian-bagiannya dan asesoris dengan aman

Daya

▲WARNING

Penanganan perangkat baterai

- ❖ Jangan pernah membuang perangkat baterai dengan membakar atau melemparkannya ke dalam api, dan jangan pernah diletakkan dalam perangkat pemanas (Contoh: microwave oven). Panas akan menyebabkan perangkat baterai meledak dan/atau mengeluarkan cairan berbahaya, yang mungkin akan menyebabkan luka serius.
- ❖ Jangan pernah membongkar, merusak atau memperbaiki perangkat baterai yang dapat menyebabkan panas berlebih dan meledak. Kebocoran cairan alkaline atau perangkat elektronik lain dapat menyebabkan kebakaran, yang mungkin akan berakibat kematian atau luka serius.
- ❖ Jangan pernah menghubungkan plat penghubung perangkat baterai dengan bahan konduktif (logam) lainnya baik tidak sengaja atau sengaja. Hal ini dapat menyebabkan luka serius atau kebakaran, juga dapat merusak perangkat baterai dan produk. Selalu membungkus perangkat baterai dalam plastik (atau kantong plastik) saat pengangkutan, agar plat penghubung tidak terbuka dan terhubung dengan bahan konduktif lainnya (logam) yang dapat menyebabkan cedera serius / kecelakaan. Tutup bagian metal dengan plester saat baterai akan di buang agar kecelakaan karena hubungan arus pendek tidak terjadi.
- ❖ Jangan pernah melubangi perangkat baterai dengan paku atau benda tajam lainnya, memukulnya dengan benda keras atau menginjaknya. Hal tersebut dapat menyebabkan kebakaran atau ledakan yang dapat mengakibatkan cedera serius.

- ❖ Jangan pernah mengisi baterai dengan cara selain dari yang telah diberitahukan dalam buku panduan. Hal ini dapat menyebabkan kebakaran atau ledakan yang berakibat kecelakaan fatal.
- ❖ Jangan pernah memasukkan perangkat baterai ke lubang pengisian seperti pematik api pada mobil. Perangkat baterai dapat retak dan menyebabkan kebakaran atau ledakan yang mengakibatkan luka serius.
- ❖ Jaga perangkat baterai agar tidak basah. Perangkat baterai yang basah dapat menyebabkan panas berlebih dan menyebabkan kebakaran, yang mungkin berakibat kematian atau luka serius.
- ❖ Jangan menyimpan dalam kondisi lembab karena dapat menyebabkan ledakan dan mengakibatkan luka serius.
- ❖ Jangan menempatkan perangkat baterai pada guncangan, benturan atau tekanan yang tidak normal. Jangan memakai baterai yang telah mengalami hal tersebut walau kelihatannya tidak ada yang aneh. Ada kemungkinan pengamanan di dalam baterai telah rusak, yang mengakibatkan panas berlebih, terjadi kebocoran cairan, atau ledakan dan kebakaran, yang berakibat kematian atau luka serius.
- ❖ Jangan menaruh perangkat baterai dalam panas, atau menyimpan dan menggunakan di dekat sumber panas. Perangkat baterai dapat terbakar atau meledak saat terkena panas atau dibakar, yang berakibat kematian atau luka serius. Juga dapat menyebabkan kerusakan, tidak berfungsi atau kehilangan data.

Penggunaan yang tepat perangkat baterai.

- ❖ Selalu gunakan perangkat baterai yang disediakan sebagai perangkat pendukung atau perangkat baterai yang sesuai seperti yang dicantumkan dalam Buku petunjuk. Perangkat baterai lain memiliki tegangan yang berbeda juga polaritasnya. Menggunakan perangkat baterai yang tidak sesuai dapat menyebabkan asap atau kebakaran yang mungkin dapat menyebabkan luka serius.

Keamanan Terhadap Baterai

- ❖ Jauhkan dari mata, badan atau pakaian bila cairan keluar dari baterai anda. Gunakan sarung tangan pengaman yang sesuai saat menyentuh baterai yang rusak.
Jika mata anda terkena cairan elektroda dari perangkat baterai yang rusak, siram dengan air yang mengalir dalam jumlah banyak dan cari bantuan medis secepatnya, untuk menghindari kerusakan mata permanen.
Jika cairan elektroda mengenai bagian dari badan anda, secepatnya cuci dengan air yang mengalir agar tidak mengalami kerusakan kulit.
Jika cairan elektroda mengenai pakaian anda, secepatnya lepas agar cairan tersebut tidak mengenai badan, yang mungkin menghasilkan luka serius.

▲WARNING**Tanda peringatan perangkat baterai.**

- ❖ Secepatnya memutuskan daya dan mencabut kabel daya / kabel dari colokan listrik dan berhenti menggunakan perangkat baterai jika anda menemui kondisi-kondisi seperti ini:
 - Bau yang menyengat
 - Panas yang berlebih
 - Warna berubah
 - Bentuk yang berubah, retak atau bocor
 - Berasap
 - Keanehan lain pada saat digunakan seperti bunyi yang tidak normal.

Bila menemui kejadian tersebut, secepatnya secara hati-hati keluarkan perangkat baterai (untuk model dengan perangkat baterai yang removable) dari produk. Dalam kejadian tertentu, anda mungkin harus menunggu produk untuk dingin terlebih dahulu sebelum mengeluarkan perangkat baterai, untuk menghindari luka ringan yang diakibatkan dari panas. Jangan menyalakan produk lagi sebelum pusat perbaikan resmi Toshiba memeriksanya untuk keamanan. Terus menggunakan produk dapat menyebabkan kebakaran atau kerusakan yang dapat mengakibatkan luka serius atau produk anda gagal bekerja yang salah satunya berakibat hilangnya data.

Cara membuang perangkat baterai

- ❖ Selalu membuang perangkat baterai sesuai dengan ketentuan dan hukum yang berlaku. Tutup dengan plester, seperti selotip, di atas bagian logam saat pemindahan untuk menghindari hubungan arus pendek, kebakaran atau kejutan listrik. Bila tidak dilakukan, kemungkinan dapat menyebabkan luka serius.

Jangan biarkan baterai sel kering berada di dalam produk untuk jangka waktu panjang

- ❖ Jangan pernah membiarkan baterai sel kering berada di dalam produk (mis., remote control, papan ketik/mouse nirkabel) untuk jangka waktu panjang jika tidak digunakan. Hal tersebut berkemungkinan dapat merusak produk Anda.

Tanda kerusakan bila produk jatuh

- ❖ Jika produk terjatuh, dan mengeluarkan asap, bau yang tidak biasa atau panas yang berlebih, secepatnya putuskan hubungan kabel daya AC (jika terhubung) dan matikan produk.

Jangan menghubungkan kabel daya ke produk lagi sebelum pusat perbaikan resmi Toshiba memeriksanya demi keamanan.

Penggunaan yang dilanjutkan dapat menyebabkan kebakaran atau ledakan baterai yang mengakibatkan luka serius. Dapat pula menyebabkan produk gagal bekerja termasuk salah satunya adalah hilangnya data.



Jangan membongkar, memodifikasi, merusak atau memperbaiki produk

- ❖ Dilarang membongkar, memodifikasi, merusak atau memperbaiki produk, (termasuk AC adaptor dan pengisi baterai). Pembongkaran, modifikasi, perusakan atau perbaikan produk dapat menyebabkan kebakaran dan kejutan listrik, yang kemungkinan menyebabkan luka serius.
Silahkan hubungi pusat layanan perbaikan Toshiba untuk memperbaikinya.

Putuskan hubungan kabel daya sebelum memindahkan produk

- ❖ Sebelum memindahkan produk, matikan produk, cabut kabel daya dan dinginkan, bila terdapat pengunci pada tombol daya, atur pada posisi terkunci. Bila tidak mengikuti instruksi ini dengan benar maka dapat menyebabkan adanya tenaga tarikan yang kuat pada bagian konektor yang berakibat kerusakan produk atau terbakar dan menyebabkan cedera serius.

Penanganan adaptor AC dan kabel Pengisi Baterai atau steker

- ❖ Saat menangani kabel daya, ikuti langkah-langkah di bawah ini untuk berjaga-jaga:
 - Jangan merusak kabel daya atau konektornya.
 - Jangan membelah kabel daya
 - Jangan menarik atau menekuk secara berlebih
 - Jangan menarik kabel untuk melepaskannya, tarik dari kepala konektornya.
 - Jangan menindih kabel dengan benda berat
 - Jangan menjepit kabel seperti pada jendela atau pintu.
 - Jauhkan kabel dari sumber panas.
 - Jangan memaku, staples atau benda tajam lainnya untuk menempelkan kabel.

- Jangan pernah membongkar atau memperbaiki AC adaptor atau pengisi baterai.

Melakukan hal ini dapat merusak kabel, dan/atau menyebabkan kebakaran atau kejutan listrik yang dapat mengakibatkan luka serius.

⚠ WARNING

Memasang kabel daya

- ❖ Selalu perhatikan bahwa konektor kabel (dan kabel perpanjangan bila ada) telah dimasukkan dengan benar pada stop kontak, untuk memastikan hubungan listrik yang aman. Bila tidak dilakukan dapat menyebabkan kebakaran atau kejutan listrik, yang menyebabkan luka serius.
- ❖ Hati hati bila menggunakan pengganda daya. Daya berlebih pada satu titik daya dapat menyebabkan kebakaran dan kejutan listrik, yang berakibat luka serius.
- ❖ Stopkontak harus dekat dengan perangkat dan dapat dijangkau dengan mudah.

Memutuskan daya listrik

- ❖ Untuk memutuskan daya listrik ke produk Anda, lepaskan kabel daya dari stopkontak listrik.

Debu pada konektor daya atau ujung konektor

- ❖ Jika konektor berdebu, matikan daya dan putuskan daya. Kemudian bersihkan konektor dengan kain kering. Terus menggunakan tanpa membersihkan terlebih dahulu dapat menyebabkan kebakaran atau kejutan listrik, yang berakibat luka serius.

Hanya gunakan AC Adaptor Toshiba dan Perangkat pengisi baterai Toshiba

- ❖ Selalu gunakan AC Adaptor Toshiba dan perangkat pengisi baterai Toshiba (tambahan) yang disediakan bersama produk anda, atau gunakan AC adaptor dan perangkat pengisi baterai yang disarankan oleh Toshiba untuk menghindari kemungkinan kebakaran atau kerusakan lain pada produk. Menggunakan AC adaptor dan perangkat pengisian yang tidak sesuai dapat menyebabkan kebakaran atau kerusakan pada produk yang mengakibatkan luka serius. Toshiba tidak bertanggung jawab bila di gunakan adaptor dan perangkat pengisian yang tidak sesuai.

Gunakan sumber listrik yang benar

- ❖ Jangan menghubungkan AC adaptor dan perangkat pengisi baterai pada sumber listrik yang memiliki tegangan dan frekuensi yang berbeda dari yang tertera pada label di perangkat. Tidak melakukannya dapat menyebabkan kebakaran dan kejutan listrik, yang mengakibatkan luka serius.

Gunakan kabel yang telah disetujui

- ❖ Selalu gunakan kabel daya yang sesuai dengan tegangan dan frekuensi yang standar baku di negara saat digunakan. Tidak memerhatikannya dapat menyebabkan kebakaran dan kejutan listrik yang mengakibatkan luka serius.

Jangan memegang kabel dengan tangan yang basah

- ❖ Jangan pernah mencoba untuk menghubungkan atau melepas kabel dengan tangan yang basah. Hal ini dapat menyebabkan kejutan listrik, yang berakibat luka serius.

Hindari kontak yang lama dengan adaptor AC

- ❖ Permukaan adaptor AC dapat menjadi panas ketika digunakan untuk jangka waktu lama. Hindari kontak dalam jangka waktu lama untuk menghindari iritasi kulit dan/atau luka karena panas.

⚠ CAUTION

Memasang perangkat baterai

- ❖ Saat memasang perangkat baterai atau sebelum memindahkan produk, selalu yakinkan bahwa perangkat baterai telah terpasang sempurna. Jika baterai jatuh saat anda membawa produk, dapat menyebabkan luka atau kerusakan pada perangkat baterai.

CAUTION

Jangan gunakan perangkat baterai yang rusak

- ❖ Jangan menggunakan perangkat baterai setelah kehilangan kemampuan menyimpan daya atau setelah indikator bahwa baterai telah gagal berfungsi terlihat.
Terus menggunakannya dapat menyebabkan kehilangan data dan merusak produk.

NOTE**Penanganan perangkat baterai**

- ❖ Jangan pernah untuk memasang baterai dengan tegangan yang terbalik. Untuk informasi tentang baterai silahkan lihat buku petunjuk produk

Menyimpan produk

- ❖ Jika anda tidak ingin menggunakan produk untuk waktu yang lama, putuskan hubungan pada daya dan masukkan pada kantong (tas) plastik agar menghindari penumpukan debu.

Komunikasi

▲WARNING

Petunjuk penting dalam penggunaan modem produk.

Saat menggunakan modem produk anda, standar keamanan dasar harus selalu diikuti untuk mengurangi kemungkinan terjadinya kebakaran, kejutan listrik dan melukai seseorang, termasuk di dalamnya hal-hal berikut ini:

- ❖ Jangan pernah menghubungkan/melapaskan atau menggunakan modem produk pada lokasi yang basah.
- ❖ Hindari menggunakan modem dengan kabel telepon yang terpasang saat hujan petir terjadi. Ada kemungkinan kejutan listrik terjadi dari petir.
- ❖ Jangan menghubungkan/melepaskan atau menggunakan modem pada saat terjadi kebocoran gas, pastikan anda keluar dari tempat tersebut.

Matikan fungsi Wi-Fi[®], Bluetooth[™] dan Wireless WAN bagi pengguna pacu jantung

- ❖ Matikan fungsi Wi-Fi, Bluetooth dan Wireless WAN saat berada di sekitar orang yang kemungkinan menggunakan pacu jantung atau peralatan medis lainnya. Gelombang radio mungkin dapat mempengaruhi pacu jantung atau peralatan medis, yang dapat menyebabkan kecelakaan. Ikuti petunjuk dari peralatan medis anda saat menggunakan fungsi Wi-Fi atau Bluetooth atau Wireless WAN.

Matikan produk saat berada di dalam fasilitas medis atau di dekat peralatan medis

- ❖ Selalu matikan produk saat mengunjungi fasilitas medis seperti rumah sakit atau di dekat peralatan medis.
Gelombang radio (antenna), gangguan listrik (AC adaptor) atau gelombang elektromagnetik (sirkuit produk) dapat mengganggu peralatan medis elektronik. Hal ini dapat mengakibatkan peralatan medis tidak berfungsi, yang dapat berakibat fatal.

Matikan seluruh alat seperti Wi-Fi atau Bluetooth atau Wireless WAN ketika mendekati daerah pengatur alat otomatis

- ❖ Selalu matikan seluruh fungsi alat seperti Wi-Fi atau Bluetooth atau Wireless WAN jika produk berdekatan dengan pengatur alat otomatis seperti pintu otomatis atau Detektor api. Gelombang Radio dapat menyebabkan produk tidak dapat digunakan, bahkan kerusakan yang cukup serius.

Matikan Fungsi Wi-Fi atau Bluetooth atau Wireless WAN dalam pesawat terbang

- ❖ Matikan Fungsi Wi-Fi atau Bluetooth atau Wireless WAN dalam pesawat terbang atau di tempat-tempat yang mengakibatkan atau dapat mengakibatkan gangguan radio. Gelombang radio berpotensi dapat mengganggu fungsi-fungsi tersebut hingga menyebabkan kecelakaan karena salah fungsi.

Periksa apakah mobil memiliki kompatibilitas elektromagnetik yang memenuhi syarat ketika menggunakan produk di mobil

- ❖ Ketika menggunakan produk di mobil, periksakan ke dealer mobil terdekat apakah mobil memiliki kompatibilitas elektromagnetik yang memenuhi syarat (EMC). Gelombang radio dari produk dapat berpotensi menyebabkan gangguan mengemudi mobil dengan aman. Tergantung pada model mobil, produk Anda kadang dapat berdampak pada peralatan elektronik jika digunakan di dalam mobil.

CAUTION

Matikan produk saat mengganggu peralatan radio

- ❖ Jika produk mengganggu peralatan radio, matikan produk secepatnya. Gangguan tersebut dapat menyebabkan peralatan gagal berfungsi.

Jangan menggunakan produk di dekat microwave oven

- ❖ Jangan menggunakan produk di dekat microwave oven karena medan magnet menjadi bangkit dan ada sehingga menyebabkan listrik status atau gangguan radio.

Meyakinkan keamanan Jaringan nirkabel (wireless)

- ❖ Sebuah jaringan nirkabel LAN dapat meningkatkan mobilitas konfigurasi dan pengoperasian LAN anda. Anda dapat bertukar data antar produk dan peralatan lain dalam LAN tanpa dibatasi masalah kabel.

Toshiba sangat menyarankan bahwa anda melakukan langkah yang tepat untuk meyakinkan bahwa keamanan yang cukup untuk melindungi privasi dan pecurian identitas saat memakai jaringan tanpa kabel. Namun harus di mengerti bahwa walau pengaturan keamanan telah dilakukan, hacker handal mungkin masih dapat menembusnya dan masuk dalam jaringan dan data anda.

Pengaturan keamanan Access Point (AP) menentukan keamanan jaringan nirkabel, bukan produk nirkabel. Jika AP belum diatur keamanannya, maka produk nirkabel Anda tidak akan dapat menggunakan fitur-fitur itu.

Selain itu, pengaturan keamanan produk nirkabel harus cocok dengan pengaturan AP, jika tidak, fitur tersebut tidak akan bekerja. Hubungi orang yang bertanggung jawab atas AP untuk mendapatkan informasi tentang keamanan koneksi nirkabel.

NOTE

Menghubungkan modem anda

- ❖ Hubungkan modem built-in hanya dengan sambungan telepon biasa.
- ❖ Jangan pernah menghubungkan modem built-in dengan sambungan digital (ISDN)
- ❖ Jangan menghubungkan modem built-in dengan koneksi digital pada telepon umum atau pada Private Branch Exchange (PBX) digital
- ❖ Jangan menghubungkan modem built-in pada sambungan utama pada perumahan dan kantor

Menghubungkan pada sambungan komunikasi selain sambungan analog telepon akan menyebabkan kegagalan kerja sistem produk.

Perangkat Utama

DANGER

Bahaya tersedak

- ❖ Jangan biarkan komponen kecil seperti penutup, baterai kecil, kartu memori yang kecil, tutup dan baut berada dalam jangkauan anak kecil. Menelan benda kecil dapat membuat tersedak dan susah bernapas sehingga menyebabkan kematian atau cedera serius. Jika bagian ada yang tertelan, langsung ambil langkah medis darurat secepatnya dan bertanya kepada dokter.

WARNING

Matikan produk anda di daerah dimana pemakaian peralatan elektronik di atur dan di batasi

- ❖ Saat anda di haruskan untuk mematikan produk di dalam pesawat terbang atau di mana peralatan elektronik diatur dan dibatasi, maka pastikan produk anda benar- benar mati. Hal ini termasuk mematikan semua peralatan komunikasi tanpa kabel, dan menonaktifkan fungsi pengaturan otomatis produk seperti pengingat dan timer. Gagal untuk mematikan produk secara benar akan dapat menyebabkan produk menyala dengan sendirinya dan menjalankan pekerjaan atau menyimpan data yang dapat mengganggu peralatan navigasi dan lainnya, yang mungkin akan menyebabkan kecelakaan serius.

Berikan ventilasi yang memadai

- ❖ Selalu pastikan bahwa produk dan AC adaptor memiliki ventilasi yang cukup untuk mencegah panas berlebih saat di nyalakan atau saat AC adaptor dihubungkan pada steker (baik saat produk dalam posisi standby). Dalam keadaan ini periksa hal-hal tersebut di bawah ini:
 - Jangan pernah menutup produk atau AC adaptor dengan benda lain
 - Jangan letakkan produk atau AC adaptor dekat dengan sumber panas, seperti selimut otomatis atau pemanas ruangan
 - Jangan menutup atau menghambat aliran udara dari ventilasi termasuk yang terletak di bawah produk
 - Selalu menjalankan produk pada permukaan keras dan rata. Menggunakan produk pada permukaan empuk seperti karpet dapat menutup aliran udara.
- ❖ Selalu menyediakan ruang kosong yang cukup di sekitar produk.

Pemanasan berlebih pada produk atau AC adaptor dapat menyebabkan kegagalan sistem, merusak produk atau AC adaptor sehingga menyebabkan kebakaran, yang memungkinkan terjadinya cedera serius.

Bahaya tersedak

- ❖ Jangan biarkan komponen kecil seperti penutup, baterai kecil, kartu memori yang kecil, tutup dan baut dalam jangkauan anak kecil. Menelan benda kecil dapat membuat tersedak dan susah bernafas sehingga menyebabkan kematian atau cedera serius. Jika bagian ada yang tertelan, langsung ambil langkah medis darurat secepatnya dan bertanya kepada dokter.

Hindari cairan, kelembaban dan benda asing

- ❖ jangan biarkan cairan ditumpahkan pada bagian produk, jangan biarkan produk di bawah hujan, air, air laut dan lembab. Membiarkan cairan dan kelembaban akan menyebabkan kejutan listrik atau api, yang akan merusak atau mengakibatkan cedera. Jika kejadian tersebut tak dapat di hindari, secepatnya.

1. Matikan produk
2. Cabut kabel AC adaptor yang terhubung ke produk
3. Keluarkan perangkat baterai (untuk model dengan perangkat baterai yang removable).

Jangan menyalakan produk lagi, sampai telah di periksa dilayanan purna jual yang di tunjuk. Bila tidak akan menyebabkan cedera atau kerusakan permanen pada produk.

- ❖ Jangan biarkan benda logam, seperti baut, steples, penjepit kertas, untuk masuk dalam produk atau papan ketik. Benda asing dapat menyebabkan hubungan singkat yang dapat menyebabkan kerusakan produk dan api, kemungkinan akan menyebabkan cedera serius. Jika benda logam secara tidak sengaja masuk ke dalam produk maka :

1. Matikan produk
2. Cabut kabel dari AC adaptor baik ke dinding atau ke produk
3. Keluarkan perangkat baterai (untuk model dengan perangkat baterai yang removable).
4. Cabut semua kabel dan perangkat lainnya.

Jangan menyalakan nya lagi, sampai anda membawanya ke layanan perbaikan yang ditunjuk. Gagal melakukannya anda dapat mengalami kerusakan permanen pada produk atau cedera serius.

Hindari ruangan lembab atau berair

- ❖ Jangan gunakan produk di dalam kamar mandi atau lingkungan berair lainnya dalam ruangan atau di luar ruangan atau tempat di mana ada kemungkinan terkena hujan, kabut, atau sumber air atau kelembaban lainnya. Hal tersebut dapat menimbulkan api atau kejutan listrik, yang menyebabkan cedera serius. Juga dapat mengakibatkan kegagalan produk atau kehilangan data.

Jangan gunakan pembersih cairan atau pembersih aerosol

- ❖ Selalu matikan komputer dan cabut kabel listrik dari stopkontak listrik sebelum dibersihkan. Gas terbakar terinjeksi yang dihasilkan oleh jenis pembersih ini mungkin tetap berada di dalam produk Anda. Bunga api muatan listrik statis dari motor atau titik kontak sakelar dapat membakar sisa gas, yang bisa mengakibatkan ledakan, kebakaran, atau luka bakar. Untuk itu gunakan kain yang agak lembab untuk membersihkan secara umum dan singkirkan debu dengan kain kering.

▲WARNING

Keamanan layar penampil

- ❖ Jika panel LCD rusak, sehingga mengeluarkan cairan, jangan sentuh cairan tersebut. Cedera dapat terjadi
- ❖ Jika cairan dari LCD secara tidak sengaja menyentuh bibir atau mulut, bersihkan dengan banyak air.
- ❖ Jika cairan dari LCD tersentuh oleh kulit, gunakan air yang banyak untuk membersihkannya agar tidak terjadi iritasi.
- ❖ Jika cairan LCD secara tidak sengaja mengenai mata, bersihkan segera dengan air yang banyak dan cari bantuan medis secepatnya.
- ❖ Jika cairan LCD mengenai pakaian anda, cuci secepatnya dengan detergen sintetis.
- ❖ Bila tidak melakukannya maka akan menyebabkan cedera serius.
- ❖ Jangan menyentuh LCD jika rusak, karena mungkin cairan di dalam layar akan bocor, yang dapat mencedera. Hubungi layanan perbaikan Toshiba resmi untuk penggantian LCD yang rusak dan membuangnya sesuai dengan peraturan dan hukum yang berlaku.
- ❖ Jangan pernah menyentuh layar penampil yang retak atau rusak karena dapat berakibat pada kemungkinan cedera.

Mengalami Ketidaknyamanan

- ❖ Jika anda mengalami ketidaknyamanan saat menggunakan produk, berhenti segera dan beristirahat. Melanjutkan pengoperasian dalam waktu yang lama tanpa istirahat dapat menyebabkan nyeri pada lengan, pergelangan, tangan, leher dan bagian lain dari badan. Jika nyeri berlanjut setelah beristirahat dan hubungi dokter.

⚠ CAUTION

Hindari menempatkan produk anda pada permukaan yang tidak stabil

- ❖ Jangan pernah meletakkan produk anda pada permukaan meja yang bergoyang, tidak rata, atau tidak stabil. Komputer anda mungkin akan jatuh, sehingga menyebabkan kerusakan pada produk atau cedera. Tergantung dari arah dan /atau sudut kemiringan produk anda, produk dapat secara otomatis mematikan diri untuk menghindari panas berlebih.

⚠ CAUTION

Hindari sentuhan terlalu lama antara bagian dasar produk/ tempat menempatkan telapak tangan dengan kulit anda

- ❖ Tempat untuk menempatkan telapak tangan dapat menjadi panas! Hindari bersentuhan terlalu lama untuk menghindari iritasi kulit dan /atau cedera karena panas
- ❖ Performa produk sekarang dapat menimbulkan panas pada kondisi normal, sesuai dengan aktifitas sistem. Hindari bersinggungan terlalu lama antara tempat telapak tangan dengan kulit anda. Jika terlalu lama maka dapat menyebabkan iritasi kulit dan cedera karena panas.

Disarankan untuk menggunakan dasar keras untuk memisahkan produk dengan kulit anda bila digunakan di pangkuan.

Pembuangan produk

- ❖ Buanglah produk sesuai dengan aturan dan undang undang yang berlaku. Untuk lebih lanjut hubungi pihak terkait.

CAUTION**Jangan letakkan produk di lokasi dengan panas yang berlebih**

- ❖ Jangan letakkan produk di tempat yang terkena panas tinggi, seperti sinar matahari langsung, mobil yang tidak berjalan atau dekat dengan pemanas. Hal ini mungkin akan menyebabkan kegagalan sistem, tidak bekerja, kehilangan data atau kerusakan pada produk.

Jangan meletakkan produk pada tempat dengan suhu sangat rendah

- ❖ Jangan letakkan produk pada lokasi dengan suhu yang sangat rendah. Hal ini dapat mengakibatkan kesalahan sistem, kegagalan dan kehilangan data.

Jangan letakkan produk pada tempat dengan perubahan suhu yang berubah-ubah.

- ❖ Jangan letakkan produk pada tempat dengan perubahan suhu yang berubah secara tiba-tiba. Hal ini mungkin menyebabkan pengembangan, sehingga sistem rusak, gagal bekerja, atau kehilangan data.

CAUTION**Jangan letakkan produk anda dalam lingkungan yang berdebu**

- ❖ Jangan letakkan produk pada lingkungan yang berdebu. Jika debu masuk ke dalam produk, ini dapat menyebabkan kerusakan sistem, gagal bekerja atau kehilangan data. Jika debu telah memasuki produk, maka jangan dihidupkan. Bawa ke Layanan Perbaikan resmi Toshiba sebelum anda memakainya.

Bersihkan debu yang menumpuk pada saluran udara.

- ❖ Selalu bersihkan debu yang menumpuk pada saluran udara. Bila tidak maka dapat menyebabkan panas berlebih pada produk dan menyebabkan turunnya performa.

Jangan letakkan produk atau AC adaptor di atas permukaan yang peka terhadap panas.

- ❖ Jangan letakkan produk atau AC adaptor di atas permukaan kayu, perabotan rumah tangga atau permukaan lain yang dapat rusak karena

panas, mengingat produk dan AC adaptor mengeluarkan panas saat di gunakan secara normal.

- ❖ Selalu letakkan koputer dan AC adaptor pada permukaan keras dan tahan panas

Jangan menggunakan produk saat hujan petir

- ❖ Jangan menggunakan produk dengan tenaga AC saat hujan petir. Jika anda melihat petir atau mendengar guntur, jangan sentuh produk, kabel dan perangkat lain. Kejutan listrik dari petir dapat menyebabkan sistem gagal bekerja, data hilang atau perangkat rusak.

Jangan dekatkan produk pada medan magnet

- ❖ Jangan letakkan produk di sekitar benda yang menghasilkan medan magnet, seperti TV atau speaker. Jangan menggunakan perhiasan bermagnet saat menggunakan produk. Medan magnet dapat mengakibatkan sistem rusak, gagal bekerja dan kehilangan data.

Jangan meletakkan atau menjatuhkan benda berat di atas produk

- ❖ Jangan meletakkan benda berat di atas produk dan berhati hati untuk tidak menjatuhkan benda berat di atas produk. Hal itu dapat merusak produk dan menyebabkan kerusakan sistem.

Jangan pernah menaruh atau menjatuhkan benda di atas layar penampil produk Anda

- ❖ Jangan pernah menaruh atau menjatuhkan benda di atas layar penampil produk Anda. Tidak mematuhi instruksi ini dapat menyebabkan kemungkinan rusaknya produk Anda.

Jangan memakai bensin, tinner atau cairan kimiawi lain untuk membersihkan produk

- ❖ Jangan menggunakan bensin atau naptha (petroleum), tinner atau cairan kimiawi lain untuk membersihkan produk, AC adaptor, atau perangkat penyimpan data. Penggunaan bensin atau naptha (petroleum), tinner atau cairan kimiawi lain dapat mengikis permukaan, mengubah bentuk atau mengubah warna dan juga kehilangan data.

NOTE**Beristirahatlah secara berkala**

- ❖ Saat menggunakan produk, istirahatkanlah mata anda secara berkala dan lemaskan otot anda untuk menghindari pegal-pegal dan cidera.

Matikan produk jika tidak digunakan

- ❖ Jangan biarkan produk menyala lebih dari 24 jam. Matikan jika tidak di gunakan.

Lingkungan pemakaian produk

- ❖ Selalu sediakan ruang yang cukup di sekitar produk untuk meyakinkan aliran udara berjalan baik.
- ❖ Jangan pernah menutup atau menghalangi lubang udara termasuk yang terletak di bawah produk.
- ❖ Gunakan produk dalam suhu dan kelembaban yang besarnya di rekomendasikan. Besaran ini berbeda-beda tergantung dari model produk, silahkan baca buku panduan atau situs Toshiba untuk lebih tepat.
- ❖ Hindari perubahan suhu dan kelembaban dengan cepat
- ❖ Jangan dekatkan ke peralatan yang menghasilkan sumber panas, seperti pemanas ruangan dll
- ❖ Jangan dekatkan ke cairan yang korosif
- ❖ Jangan dekatkan ke peralatan yang menghasilkan medan magnet seperti speaker.
- ❖ Selalu letakkan produk ini pada permukaan keras dan datar
- ❖ Sediakan ruang yang cukup di belakang produk agar memudahkan penyesuaian layar
- ❖ Selalu sediakan ruang yang cukup untuk menggunakan tetikus (mouse) dan peralatan lain.

(baca "Menyediakan ventilasi yang cukup" pada bagian Keamanan dan kenyamanan)

Sistem/Peralatan pendukung

⚠ DANGER

Jangan membongkar atau memperbaiki perangkat media optic anda

- ❖ Jangan pernah membongkar, menyetel atau memperbaiki drive optik (Drive CD/DVD/Blu-ray Disc™, drive CD-RW, Multi-drive atau drive serupa lainnya). Peranti tersebut mengandung sistem laser dan digolongkan sebagai "PRODUK LASER KELAS 1 untuk EN60825-1." Anda dapat merusak perangkat tersebut. Anda juga dapat terkena sinar laser atau hal berbahaya lainnya, yang menimbulkan cedera serius. Selalu menghubungi Layanan Perbaikan resmi Toshiba, jika perbaikan dan pengaturan perlu dilakukan.

⚠ WARNING

Jangan membongkar atau mengubah produk anda

- ❖ Jangan pernah membuka penutup produk, atau membuang baut atau hal-hal lain untuk membongkar produk anda. Jangan pernah mencoba untuk menghubungkan peralatan selain yang disarankan pada buku panduan. Melakukannya dapat mengakibatkan cedera seperti kejutan elektronis dan luka bakar.

Mengatur volume suara

- ❖ Jangan mengatur volume terlalu tinggi saat menggunakan headphone. Intensitas suara tinggi secara terus menerus dapat merusak pendengaran anda.

⚠ CAUTION

Mengganti ExpressCard® atau kartu PC

- ❖ ExpressCards dan kartu PC kadang-kadang dapat menjadi panas saat computer digunakan. Sebelum melepaskan ExpressCard atau kartu PC, selalu tunggu sampai dingin. Anda dapat terbakar jika melepaskan ExpressCard atau kartu PC dalam keadaan panas.

⚠ CAUTION**Memasang perangkat tambahan**

- ❖ Selalu matikan daya sebelum menyambungkan perangkat tambahan yang tidak disetujui untuk Hot Insertion. Kejut listrik dapat terjadi jika perangkat seperti itu dipakai saat produk menyala.
- ❖ Pemasangan dan pelepasan suatu perangkat saat produk menyala disebut Hot Insertion.

Jangan menggunakan perangkat tambahan atau software aplikasi yang tidak di rekomendasikan.

- ❖ Sebelum menggunakan sebuah perangkat atau aplikasi perangkat lunak yang tidak disarankan oleh Toshiba maka yakinkan bahwa perangkat atau software tersebut dapat di gunakan untuk produk anda. Menggunakan perangkat yang tidak sesuai dapat menyebabkan cedera dan kerusakan pada produk anda.

Jangan menggunakan CD, DVD, dan disk Blu-ray™ yang retak, sudah diubah bentuknya atau diperbaiki

- ❖ Jangan pernah menggunakan CD/DVD/Blu-ray Disc™ yang retak, sudah diubah bentuknya atau diperbaiki. Pecahan dari CD/DVD/Disk Blu-ray™ yang rusak bisa menyebabkan cedera.

Menutup perangkat optik

- ❖ Selalu jauhkan jari tangan dari bagian samping tray saat menutup tray drive optik (drive CD/DVD/Blu-ray Disc™, drive CD-RW, Multi-drive atau drive optik lain) agar jari tangan Anda tidak terjepit.

Penanganan tetikus optik atau tetikus laser

- ❖ Jangan melihat secara langsung pada sumber cahaya tetikus optik atau laser.

Melepas modul memori

- ❖ Matikan produk dan putuskan hubungan ke AC adaptor saat memasang dan melepaskan modul memori
- ❖ Jika sebelumnya anda telah memakai produk dalam jangka waktu tertentu maka modul memori dan komponen sekitarnya dapat menjadi panas. Tunggu sampai dingin sebelum anda menggantinya.

CAUTION**Lepaskan ExpressCards dan kartu PC sebelum mengangkat produk**

- ❖ Jangan pernah mengangkat produk dengan ExpressCards dan kartu PC terpasang. Hal ini dapat menyebabkan kerusakan pada produk dan/atau ExpressCards dan kartu PC, hingga menyebabkan produk gagal fungsi.

Jangan pernah melepaskan tombol papan ketik

- ❖ Jangan pernah melepaskan tombol papan ketik melakukannya dapat merusak komponen di bawah tombol tersebut.

CAUTION**Hanya gunakan modem yang sesuai dengan negara dan regional anda**

- ❖ Modem yang termasuk dalam produk hanya dapat digunakan untuk negara dan regional tertentu. Menggunakannya dalam area yang tidak sesuai dapat membuat kegagalan sistem. Periksa area anda sebelum memakainya.

Jangan mematikan produk saat suatu aplikasi berjalan.

- ❖ Jangan mematikan produk saat aplikasi sedang berjalan. Melakukannya dapat membuat anda kehilangan data.

Jangan mematikan produk atau melepas perangkat penyimpanan data luar saat dalam proses penulisan atau pembacaan

- ❖ Jangan mematikan produk atau melepas perangkat penyimpanan data luar saat dalam proses penulisan atau pembacaan. Hal tersebut dapat menyebabkan anda kehilangan data.

Memformat media penyimpanan

- ❖ Jangan memformat tanpa memeriksa isi datanya terlebih dahulu, karena melakukannya dapat membuat anda kehilangan data.

Secara periodik back up (menyalin) data anda

- ❖ Adalah ide bagus untuk menyalin data anda secara periodik dalam hard disk internal atau media penyimpanan utama lainnya. Media penyimpanan secara umum akan rusak setelah melalui saat yang panjang, dan dalam kondisi tertentu sehingga dapat terjadi kehilangan data.

Simpan Data sebelum menginstal perangkat atau software

- ❖ Sebelum anda menginstal perangkat, simpan seluruh data yang terdapat dalam memori ke dalam Hard Disk atau alat penyimpan data lainnya. Jika hal ini tidak dilakukan maka dapat menyebabkan hilangnya seluruh data anda.

Merawat CD, DVD dan disk Blu-ray™

- ❖ Berhati-hatilah dengan CD/DVD/Blu-ray Disc™ untuk menghindari hilang atau rusaknya data pada cakram atau kandar optik.
 - Jangan menekuk CD/DVD/Blu-ray Disc™.
 - Jangan merusak permukaan CD/DVD/Blu-ray Disc™.
 - Jangan meletakkan CD/DVD/Blu-ray™ discs di bawah sinar matahari langsung.
 - Jangan memaparkan CD/DVD/Blu-ray™ discs pada panas atau dingin ekstrem.
 - Jangan meletakkan benda berat di atas CD/DVD/Blu-ray Disc™.
 - Jangan menulis, atau merusak, permukaan baca CD/DVD/Blu-ray Disc™.

Selalu terhubung dengan sumber listrik saat menulis data pada perangkat optik

- ❖ Saat menulis data pada media penyimpan optik, selalu gunakan AC adaptor untuk memastikan performa yang maksimum. Penulisan data dengan menggunakan baterai kadang kala dapat gagal dikarenakan kekurangan daya sehingga kehilangan data dapat terjadi.

NOTE**Perangkat lunak penangkal virus**

- ❖ Selalu gunakan program antivirus dan perbaharui secara berkala.

Selalu terhubung dengan sumber listrik saat memutar video DVD/Blu-ray™

- ❖ Saat memutar video DVD/Blu-ray™, selalu hubungkan adaptor AC ke stopkontak atau sumber listrik untuk memastikan performa maksimum. Penggunaan perangkat dengan daya baterai dapat menyebabkan gambar lompat-lompat.

NOTE**Menghapus data**

- ❖ Jika dalam hard disk atau media penyimpan lain menyimpan data yang sensitif, anda harus mengetahui bahwa prosedur penghapusan data secara standar tidak benar benar menghilangkan data. Standar penghapusan data adalah:
 - Memilih file yang ingin dihapus
 - Masukkan file ke dalam Recycle Bin dan kosongkan Recycle Bin
 - Format kembali media
 - Memasang kembali sistem operasi dari media pemulihan

Prosedur di atas hanya menghapus bagian awal dari media penyimpan data yang di gunakan untuk manajemen file. Hal ini hanya membuat data tidak terlihat oleh sistem operasi, tapi data dapat masih dapat di diambil kembali dengan perangkat lunak tertentu. Jika anda membuang produk, perlu diingat untuk menghapus data dalam Hard Disk Drive/Solid State Drive. Dengan melakukannya dapat menghindari penggunaan data pribadi oleh orang yang tidak bertanggung jawab. Untuk meyakinkan data anda tidak di gunakan untuk maksud tertentu, anda dapat :

- Hancurkan Hard Disk Drive/Solid State Drive secara fisik
- Gunakan perangkat lunak khusus untuk menulis data di atas semua data yang ada (menimpa).
- Bawa hard Disk Drive/Solid State Drive ke pada jasa penanganan penghapusan data professional.

Semua biaya penghapusan akan dibebankan kepada anda.

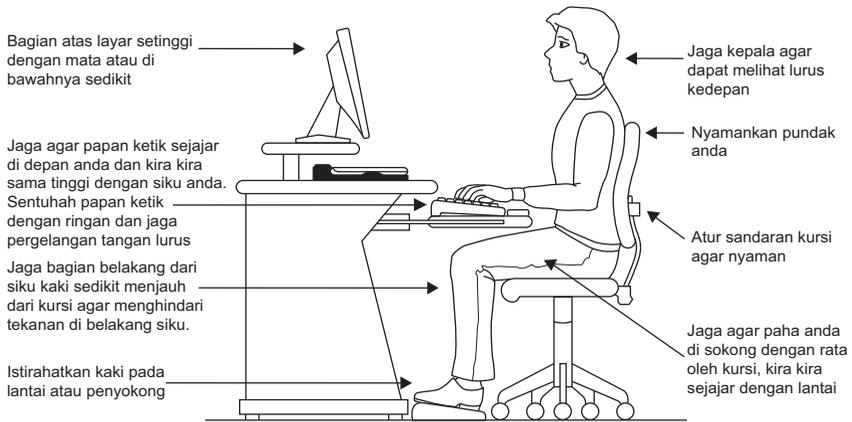
Saran untuk menggunakan komputer secara nyaman

Posisi bekerja yang baik

- ❖ Atur tinggi kursi: kaki anda seharusnya datar terhadap lantai dan bagian bawah paha anda terdukung secara merata pada kursi. Jika kaki anda tidak menyentuh lantai gunakan pendukung kaki atau alas kaki. Hindari titik tekanan terpusat pada belakang lutut atau titik tertentu pada paha bawah.
- ❖ Ruang di bawah meja seharusnya cukup luas dari penghalang sehingga kaki anda bebas bergerak dan tidak tertahan, anda dapat bergerak cukup dekat dengan produk atau benda-benda sekitar yang sering anda raih.
- ❖ Atur penahan punggung (sandaran): Seharusnya penahan punggung mengikuti lekuk tubuh anda dan memberikan kenyamanan pada punggung anda.
- ❖ Atur penahan lengan pada kursi: Seharusnya penahan lengan sejajar dengan papan ketik dan secara nyaman mendukung lengan anda dan membuat pundak santai.
- ❖ Saat menggunakan papan ketik seharusnya letaknya di tengah-tengah di depan anda.
- ❖ Papan ketik dan peralatan penunjuk (tetikus /mouse) seharusnya dekat dengan lengan anda. Papan ketik seharusnya datar sehingga pergelangan tangan anda datar saat mengetik. Namun jika produk lebih tinggi dari lengan anda maka perlu memiringkan produk agar pergelangan tangan anda tetap lurus.
- ❖ Bekerjalah dengan pundak yang santai
- ❖ Saat mengetik, jaga agar pergelangan tangan lurus dan telapak tangan beristirahat di atas produk. Dukung lengan anda pada pangkal lengan. Pangkal lengan dapat di dukung oleh lengan kursi atau pada meja.
- ❖ Layar produk harus diatur supaya gambar jelas.
- ❖ Hindari pantulan cahaya : atur posisi produk sehingga sumber cahaya (lampu atau jendela) tidak memantul secara langsung ke mata anda. Letakkan produk jauh dari sumber cahaya atau gunakan penghalang untuk mengurangi intensitasnya. Pantulan pada layar produk mungkin dapat mengakibatkan kelelahan mata, iritasi atau pusing.

- ❖ Beberapa jenis produk (misalkan layar pada Qosmio) memiliki keterangan mendekati layar TV. Maka disarankan untuk mengatur keterangan layar produk sehingga nyaman dan menghindari kelelahan mata.
- ❖ Jaga kepala anda, menghadap ke depan dan seimbang pada tulang punggung.
- ❖ Atur besar font pada tulisan sehingga nyaman untuk dilihat
- ❖ Istirahatkan mata anda dengan cara melihat benda yang jauh.

Menggunakan produk dengan papan ketik eksternal, tetikus atau monitor



- ❖ Saat menggunakan produk untuk waktu yang lama, hal ini mungkin akan lebih nyaman untuk meletakkan produk dan menggunakan papan ketik luar, mouse dan monitor.
- ❖ Papan ketik dan tetikus (atau trackball) harus dekar dengan tinggi lengan.
- ❖ Tetikus seharusnya dekat dengan papan ketik untuk memudahkan untuk meraihnya. Jika anda harus menggunakan tetikus, lengan seharusnya di dukung pada pangkal lengan dengan dukungan meja atau lengan kursi.
- ❖ Papan ketik alternatif seperti melengkung atau/dan dapat di belah, mungkin dapat kenyamanan pundak dan lengan.
- ❖ Pilih tetikus yang nyaman untuk digunakan
- ❖ Jangan istirahatkan lengan anda pada pinggiran papan ketik atau permukaan kerja (meja) saat mengetik.
- ❖ Jarak monitor sebaiknya kira kira sepanjang lengan saat anda duduk pada kursi.
- ❖ Layar seharusnya di tengah tengah di depan badan anda.

- ❖ Posisi tinggi bagian atas layar seharusnya sedikit di bawah mata. Layar yang terlalu tinggi atau terlalu rendah dapat membuat posisi kepala dan leher yang tidak nyaman sehingga dapat melelahkan otot leher.
- ❖ Jika mata anda silinder, maka anda perlu merendahkan layar, atau anda dapat membeli kaca mata khusus dengan anjuran dokter untuk produk.

Posisi mengetik

- ❖ Belajarlah untuk mengetik tanpa melihat ke papan ketik
- ❖ Mengetiklah dengan pergelangan tangan lurus
- ❖ Mengetik dengan ringan (tidak menekan terlalu keras ke papan ketik)
- ❖ Belajar untuk menghafal short cut (perintah khusus dari papan ketik untuk memakai fungsi tertentu dari suatu program) agar anda lebih produktif
- ❖ Gunakan perangkat penunjuk (seperti touch pad, Accupoint, atau pena tablet yang di berikan bersama produk, atau penunjuk tambahan lainnya seperti mouse atau trackball) dengan posisi tangan yang baik, hindari posisi sulit dan genggamannya yang kuat.
- ❖ Sangatlah berguna untuk berganti-ganti tipe perangkat penunjuk yang di gunakan tiap hari untuk menghindari bekerja dengan hanya satu posisi tangan.

Beristirahat dan mengulas pekerjaan

- ❖ Ubahlah posisi tubuh anda saat bekerja sehingga tidak dalam posisi yang sama pada waktu yang lama. Beberapa orang merasa lebih nyaman bila diselingi dengan berdiri saat menggunakan produk. Untuk melakukannya dengan benar, produk harus di letakkan pada permukaan yang bisa naik. Pastikan anda mengikuti saran Posisi bekerja yang baik seperti di atas
- ❖ Lakukan olah raga ringan untuk menghindari pegal-pegal dan nyeri mata dengan berjalan jalan, berdiri, pemanasan dan sebagainya beberapa menit setiap beberapa jam
- ❖ Istirahat secara berkala sangat penting terutama jika bekerja dengan jangka waktu lama.
- ❖ Jika stress karena pekerjaan telah mengganggu kesehatan, cari penyebabnya dan cari cara untuk menguranginya.

Saran untuk produk bergerak

- ❖ Saat menggunakan produk dalam bandar udara, pesawat terbang atau kereta api, atau saat pertemuan pastikan anda memikirkan beberapa hal yang disebutkan atau di umumkan.
- ❖ Saat bekerja di perjalanan mungkin sulit untuk memakai produk dalam posisi yang optimal. Dalam situasi ini anda perlu secara berkala beristirahat dan merubah posisi tubuh untuk melepaskan penat pada badan anda
- ❖ Lebih kreatif, saat dalam hotel, dapat digunakan selimut yang di gulung untuk menjadi sandara, atau untuk sandaran lengan, agar posisi produk ideal ingatlah untuk tetap meletakkannya diatas permukaan keras. Menggunakan produk pada karpet, selimut atau bahan lembut lain dapat menghalangi jalannya udara dari ventilasi di bawah produk (Lihat "Menyediakan ventilasi yang cukup" dalam buku panduan untuk keamanan dan kenyamanan ini)

Membawa produk

Membawa produk dalam waktu lama bisa menyebabkan kelelahan bahu dan lengan. Jika anda membawa produk dengan benda benda lain, pikirkan untuk menggunakan desain tas yang ergonomis.

Mencari bantuan lainnya

Ikuti saran dari staf kesehatan dan keamanan dalam perusahaan anda. Hubungi mereka bila anda membutuhkan bantuan untuk mengatur jaringan atau cahaya.

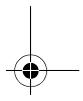
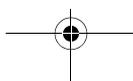
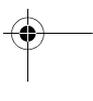
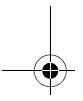
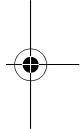
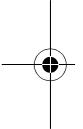
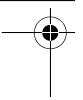
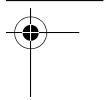
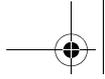
Jika anda mengalami sakit yang berkelanjutan, gatal-gatal, mati rasa, merasa terbakar atau penat dan pegal anda harus menemui penasehat kesehatan. Mungkin hal tersebut di sebabkan karena gangguan kondisi medis serius yang dapat dan perlu di tangani segera.

Untuk rekomendasi yang lebih spesifik tentang keamanan dan kenyamanan dari seputar komputer anda, bagi pelanggan dari Amerika Serikat dapat mengunjungi situs web United State Department of Labor, Occupational Safty & Health Administration di :

<http://www.osha.gov/SLTC/etools/computerworkstations/>

Daftar yang perlu diperiksa

- Apakah kursi anda nyaman - apakah dapat menopang punggung dan tangan?
- Apakah kaki anda rata dengan lantai?
- Apakah terdapat ruang kosong di bawah meja anda?
- Apakah papan ketik dan tetikus sejajar dengan lengan?
- Apakah pundak anda nyaman saat menggunakan papan ketik?
- Apakah pundak anda nyaman saat menggunakan tetikus dan perangkat lainnya?
- Apakah tangan dan pergelangan tangan anda nyaman dan dalam posisi lurus?
- Apakah tangan anda di dukung pada siku tangan bukan pada pergelangan tangan?
- Apakah anda dapat menggunakan tetikus dan trackball dengan bebas dan nyaman?
- Apakah anda dapat dengan ringan menggunakan tetikus dan mengetik?
- Apakah anda membersihkan tetikus dan trackball secara berkala?
- Apakah bagian atas produk tingginya kira kira sejajar dengan mata?
- Apakah monitor jarak dengan mata sekitar panjang satu lengan?
- Apakah anda dapat menghilangkan pantulan pada layar?
- Apakah layar telah diatur posisinya agar mudah dibaca?
- Apakah anda mengubah posisi duduk secara berkala?
- Apakah anda beristirahat setidaknya 1 kali dalam satu jam?



Buku Petunjuk untuk Keselamatan dan Kenyamanan

Mei 2016

Edisi Kesembilan

Diterbitkan oleh Toshiba Client Solutions Co., Ltd.

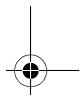
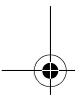
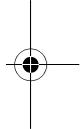
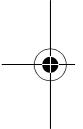
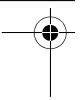
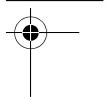
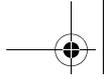
6-15, Toyosu 5-chome, Koto-ku, Tokyo 135-8505, Jepang

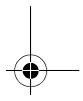
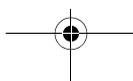
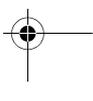
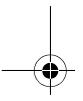
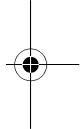
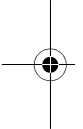
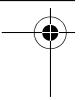
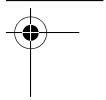
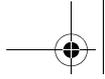
DICETAK DI CINA

GX1C0018NL10

Hak cipta © 2016 oleh Toshiba Client Solutions Co., Ltd. Hak cipta dilindungi

Tidak ada bagian pada Manual ini yang boleh diproduksi kembali atau ditransmisikan dalam bentuk apa pun, dengan cara apa pun, tanpa persetujuan tertulis terlebih dulu dari Toshiba Client Solutions Co., Ltd.





GX1C0018NL10



GX1C0018NL10