



KESEHATAN DAN KESELAMATAN KERJA

Nurullia Febriati

KESEHATAN KESELAMATAN KERJA



Menurut Kamus Umum Bahasa Indonesia (W.J.S Poerwadarminta): “ Keselamatan diartikan sebagai keadaan/ perihal untuk terhindar dari bahaya, tidak mendapat gangguan, sehat tidak kurang suatu apapun ”



PRINSIP KESELAMATAN

1. Keselamatan dalam melaksanakan pekerjaan sesuai dengan Standar Operasional Prosedur
2. Keselamatan dalam menangani bahaya atau resiko sesuai dengan Standar Operasional Prosedur
3. Keselamatan dalam menggunakan peralatan sesuai dengan Standar Operasional Prosedur

MANFAAT KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA



1. Mengantisipasi keberadaan faktor penyebab bahaya dan melakukan pencegahan sebelumnya.
2. Memahami jenis-jenis bahaya yang ada di tempat kerja
3. Mengevaluasi tingkat bahaya di tempat kerja
4. Mengendalikan terjadinya bahaya atau komplikasi.

PENYEBAB KECELAKAAN KERJA



1. Sembrono dan tidak hati - hati
2. Tidak mematuhi peraturan
3. Tidak mengikuti standar prosedur kerja
4. Tidak memakai alat pelindung diri
5. Kondisi badan yang lemah

Kondisi dalam hitungan persentase penyebab kecelakaan kerja yaitu 3% dikarenakan sebab yang tidak bisa dihindarkan (seperti bencana alam), selain itu 24% dikarenakan lingkungan atau peralatan yang tidak memenuhi syarat, dan 73% dikarenakan perilaku yang tidak aman. Cara efektif untuk mencegah terjadinya kecelakaan kerja adalah dengan menghindari terjadinya lima perilaku tidak aman yang telah disebutkan di atas

FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB BAHAYA

1. Bahaya kimia
2. Bahaya fisika
3. Bahaya Proyek terhadap Manusia





BAHAYA KIMIA

Bahaya kimia muncul ketika pekerja terpapar zat kimia dalam berbagai wujud (cairan, gas, uap, padatan, debu).

Rute paparan / kontak

- ▶ **Inhalasi** (terhirup) — gas, uap, debu
- ▶ **Kontak kulit / absorpsi kulit** — cairan kimia atau partikel yang kontak langsung
- ▶ **Tertelan (ingestion)** — terutama jika kebersihan buruk
- ▶ **Kontak dengan mata** — semprotan, cipratan



BAHAYA KIMIA

Efek yang mungkin terjadi

- ▶ Iritasi kulit, mata, saluran pernapasan
- ▶ Luka bakar kimia (korosif)
- ▶ Kerusakan jaringan (organ)
- ▶ Efek toksik akut atau kronis
- ▶ Efek karsinogenik (jika zat kimia tertentu)
- ▶ Keracunan sistemik



BAHAYA KIMIA

Contoh dalam kasus Anda

- ▶ Cairan metal / non-metal yang tumpah menyentuh kulit
- ▶ Uap / asap hidrokarbon yang dihirup
- ▶ Debu / abu beracun
- ▶ Gas berbahaya atau embun yang mengandung bahan kimia



BAHAYA KIMIA

Mitigasi / pengendalian

- ▶ Penggunaan **Alat Pelindung Diri (APD)** seperti sarung tangan tahan bahan kimia, masker / respirator yang sesuai, kaca mata pelindung
- ▶ Ventilasi lokal / sistem penghisap asap
- ▶ Menyimpan dan menangani bahan kimia sesuai prosedur keselamatan
- ▶ Pelatihan tentang bahan kimia dan membaca Safety Data Sheet (SDS)
- ▶ Isolasi area kerja bila memungkinkan
- ▶ Pencucian / dekontaminasi segera jika terjadi kontak



BAHAYA FISIK

Bahaya fisik adalah bahaya yang berasal dari kondisi fisik lingkungan kerja, yang bisa mempengaruhi kesehatan atau keselamatan pekerja.

Contoh jenis bahaya fisik dalam daftar Anda

- ▶ Suhu ekstrem (panas atau dingin)
- ▶ Radiasi (ionisasi dan non-ionisasi)
- ▶ Kebisingan
- ▶ Getaran / vibrasi
- ▶ Tekanan udara tidak normal
- ▶ Lingkungan panas/dingin ekstrem
- ▶ Radiasi pengion / non-pengion



BAHAYA FISIK

Bahaya fisik adalah bahaya yang berasal dari kondisi fisik lingkungan kerja, yang bisa mempengaruhi kesehatan atau keselamatan pekerja.

Contoh jenis bahaya fisik dalam daftar Anda

- ▶ Suhu ekstrem (panas atau dingin)
- ▶ Radiasi (ionisasi dan non-ionisasi)
- ▶ Kebisingan
- ▶ Getaran / vibrasi
- ▶ Tekanan udara tidak normal
- ▶ Lingkungan panas/dingin ekstrem
- ▶ Radiasi pengion / non-pengion
- ▶ Listrik / arc flash (termasuk ledakan listrik)



BAHAYA FISIK

Dampak potensial

- ▶ Stres panas / heat stroke
- ▶ Hipotermia
- ▶ Gangguan pendengaran
- ▶ Kerusakan jaringan akibat radiasi
- ▶ Kerusakan sistem saraf atau organ akibat getaran jangka panjang
- ▶ Cedera akibat tekanan udara ekstrem



BAHAYA FISIK

Mitigasi / pengendalian

- ▶ Isolasi atau kontrol suhu (pendingin / pemanas)
- ▶ Peredam kebisingan, pelindung telinga
- ▶ Peredam getaran atau pembatas paparan getaran
- ▶ Pelindung untuk radiasi, penghalang, penggunaan bahan layar
- ▶ Desain ventilasi dan tekanan ruang kerja
- ▶ Pelatihan keselamatan, pemantauan lingkungan (sensor suhu, radiasi)



BAHAYA DARI JENIS PROYEK / AKTIVITAS KERJA

Pencahayaan dan penerangan yang kurang, bahaya dari pengangkutan, dan bahaya yang ditimbulkan oleh peralatan

a. Pencahayaan / penerangan yang kurang

- ▶ Kondisi gelap atau kurang cahaya menyebabkan risiko tergelincir, tersandung, jatuh, atau kesalahan kerja
- ▶ Mata lelah, penglihatan terganggu
- ▶ Dalam konstruksi atau proyek luar ruangan, lampu kerja / flood light / lampu area sangat penting

BAHAYA DARI JENIS PROYEK / AKTIVITAS KERJA



b. Bahaya pengangkutan / transportasi

- ▶ Kecelakaan dengan alat berat / kendaraan / forklift / truk
- ▶ Terjepit, tertimpa muatan
- ▶ Tergelincir / terjatuh selama pemindahan barang
- ▶ Risiko kelistrikan atau kebakaran selama pengisian bahan bakar / listrik alat
- ▶ Paparan bahan kimia selama transportasi
- ▶ Kesalahan muat atau distribusi beban, yang menyebabkan kerusakan atau perubahan keseimbangan



BAHAYA DARI JENIS PROYEK / AKTIVITAS KERJA

c. Bahaya yang ditimbulkan oleh peralatan

Peralatan kerja (mesin, alat ulang, alat produksi, dll).

Potensi bahaya termasuk:

- ▶ Bagian bergerak (risiko jepit, potong, sobek)
- ▶ Pinch point / bagian berputar
- ▶ Percikan, panas, listrik
- ▶ Cedera mekanis dari komponen
- ▶ Kebisingan atau getaran dari mesin
- ▶ Kesalahan operasional



BAHAYA DARI JENIS PROYEK / AKTIVITAS KERJA

c. Bahaya yang ditimbulkan oleh peralatan

Peralatan kerja (mesin, alat ulang, alat produksi, dll).

Potensi bahaya termasuk:

- ▶ Bagian bergerak (risiko jepit, potong, sobek)
- ▶ Pinch point / bagian berputar
- ▶ Percikan, panas, listrik
- ▶ Cedera mekanis dari komponen
- ▶ Kebisingan atau getaran dari mesin
- ▶ Kesalahan operasional



CARA-CARA PENGENDALIAN

1. Pengendalian teknik: mengganti prosedur kerja, menutup mengisolasi bahan berbahaya, menggunakan otomatisasi pekerjaan, menggunakan cara kerja basah dan ventilasi pergantian udara.
2. Pengendalian administrasi: mengurangi waktu pajanan, menyusun peraturan keselamatan dan kesehatan, memakai alat pelindung, memasang tanda-tanda peringatan, membuat daftar data bahan-bahan yang aman, melakukan pelatihan sistem penanganan darurat.
3. Pemantauan kesehatan: melakukan pemeriksaan kesehatan pada diri karyawankaryawan.



PELAKSANAAN K3

1. Mengidentifikasi bahaya di lingkungan kerja:
 - a. Fisik ruang kerja staf: penempatan fisik barang, menjamin kebebasan dari bahaya fisik, dan memastikan kondisi yang tidak sempit atau penuh sesak dan berfungsi untuk memudahkan pekerjaan yang harus dilakukan
 - b. Penerangan pastikan pencahayaan yang tepat, pastikan lampu yang beroperasi dengan baik
 - c. Lingkungan kerja suhu panas seperti di ruang Laundry



PELAKSANAAN K3

2. Mengidentifikasi bahaya / risiko kerja:

- a. Paparan elemen. Ini adalah kekhawatiran di mana ada staf yang bekerja di luar rumah di sekitar kolam renang atau sebagai staf lapangan. Masalah mungkin termasuk perlindungan terhadap sinar matahari, angin dan hujan dan diperlukan penggunaan peralatan dan pakaian pelindung pribadi
- b. Tingkat kebisingan yang berlaku. Hal ini dapat menjadi perhatian khusus bagi mereka yang bekerja di bagian laundry di mana ada peralatan yang beroperasi bising untuk waktu yang lama

DASAR HUKUM KESEHATAN KESELAMATAN KERJA



Undang-undang Republik Indonesia No. 23 tahun 1992 tentang kesehatan, pada Pasal 23;

- Ayat 1 : Kesehatan kerja diselenggarakan untuk produktivitas kerja optimal.
- Ayat 2 : lingkup kesehatan kerja meliputi pelayanan kesehatan kerja, pencegahan penyakit akibat kerja, dan syarat kesehatan kerja.
- Ayat 3 : Setiap tempat kerja wajib menyelenggarakan kesehatan kerj



DASAR HUKUM KESEHATAN KESELAMATAN KERJA

Undang-undang No. 1 tahun 1970 tentang keselamatan kerja, memuat syarat-syarat antara lain :

1. Mencegah dan mengurangi kecelakaan, kebakaran, dan bahaya peledakan.
2. Memberi kesempatan atau jalan untuk menyelamatkan diri pada kejadian berbahaya
3. Memberi pertolongan pada kecelakaan
4. Memberi alat-alat perlindungan diri pada pekerja
5. Mencegah dan mengendalikan timbul atau menyebar luasnya suhu, kelembaban, debu, kotoran, asap, uap, gas, hembusan angin, cuaca, sinar atau radiasi, suara, dan getaran
6. Mencegah dan mengendalikan timbulnya penyakit akibat kerja baik fisik maupun psikis, keracunan, infeksi, dan penularan.
7. Memperoleh keserasian antara tenaga kerja, alat kerja, lingkungan, cara dan proses kerja.



DASAR HUKUM KESEHATAN KESELAMATAN KERJA

Undang-undang Pokok Kesehatan No. 9 tahun 1960 Bab III, maka semua perusahaan yang memberikan service atau pelayanan kepada masyarakat umum dan sebagainya tempat-tempat umum dan harus memenuhi standar minimal persyaratan kesehatan.

Salah satu syarat yang utama adalah syarat yang utama adalah syarat sanitasi. Adapun standart juga yang telah disepakati bersama.

Standard Sanitasi Dapur dan Peralatannya, yakni :

- a. Kebersihan pekerja (standard personal hygiene)
- b. Beberapa hal yang perlu diperhatikan
- c. Kebersihan peralata

TUJUAN KESEHATAN KESELAMATAN KERJA



Tujuan keselamatan dan kesehatan kerja adalah melindungi kesehatan tenaga kerja, meningkatkan efisiensi kerja, mencegah terjadinya kecelakaan kerja dan penyakit.



DAMPAK KECELAKAAN

Kecelakaan Ringan

- ▶ Luka atau cedera **tidak serius**.
- ▶ Korban masih bisa **melanjutkan pekerjaan** atau hanya butuh **pertolongan pertama**.
- ▶ **Tidak menimbulkan kehilangan hari kerja**.
- ▶ Contoh: luka gores kecil, memar ringan, iritasi kulit karena bahan kimia ringan.



DAMPAK KECELAKAAN

Kecelakaan Sedang

- ▶ Cedera cukup serius sehingga korban **tidak bisa langsung bekerja kembali.**
- ▶ Membutuhkan **perawatan medis lebih lanjut** (misalnya ke dokter/klinik).
- ▶ Menyebabkan **kehilangan waktu kerja (lost time accident)**, tapi tidak sampai menimbulkan cacat tetap.
- ▶ Contoh: patah tulang kecil, luka bakar derajat 1-2, luka jahitan.



DAMPAK KECELAKAAN

Kecelakaan Berat

- ▶ Cedera sangat serius hingga menyebabkan:
 - Kehilangan anggota tubuh (amputasi, kelumpuhan, cacat permanen).
 - Gangguan kesehatan permanen.
 - Kematian.
- ▶ Membutuhkan perawatan intensif/rumah sakit jangka panjang.
- ▶ Contoh: patah tulang parah, kehilangan penglihatan, luka bakar luas, kecelakaan fatal.



GAMBAR BUDAYA PENERAPAN K3





» TERIMAKASIH