



Dokumen Teknis

MEKANISME PENINGKATAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3) MELALUI PENGUATAN KEPATUHAN PENGGUNAAN ALAT PELINDUNG DIRI (APD)

Seksi Penerangan Jalan Umum

Dinas Perhubungan Kota Pekalongan





Regulasi

Undang-Undang No. 1 Tahun 1970	Keselamatan Kerja
Permenakertrans No. PER.01/MEN1981	Kewajiban Melapor Penyakit Akibat Kerja
Permenakertrans No. PER.08/MEN/VII/2010	Alat Pelindung Diri
SNI 19-1958-1990	Pedoman Alat Pelindung Diri



Tujuan

- Membangun budaya keselamatan dan kesehatan kerja (K3) yang berkelanjutan di lingkungan Seksi PJU Dinas Perhubungan Kota Pekalongan melalui peningkatan kesadaran dan kepatuhan petugas lapangan terhadap penggunaan Alat Pelindung Diri (APD).
- Mencegah kecelakaan dan penyakit akibat kerja.
- Meningkatkan produktivitas dan kesejahteraan pekerja.

TAHAPAN DAN TATA CARA PELAKSANAAN PROGRAM:

Kegiatan:

1. Pengadaan APD berstandar SNI.

- Identifikasi kebutuhan dan jenis APD yang sesuai
- Mencari APD yang memenuhi standar SNI.
- Konsultasi dengan mentor dan bagian pengadaan terkait APD.
- Proses pengadaan APD.
- Distribusi APD kepada seluruh petugas lapangan.

2. Penyusunan materi tentang pentingnya penggunaan APD.

- Mengumpulkan referensi terkait K3 dan regulasi penggunaan APD (SNI, Permenaker, pedoman K3).
- Menyusun draft materi.
- Konsultasi dengan mentor.
- Memfinalkan materi edukasi setelah mendapatkan masukan, siap untuk digunakan pada kegiatan sosialisasi.

3. Sosialisasi tentang pentingnya penggunaan APD dan simulasi penggunaan APD kepada seluruh petugas lapangan.



TAHAPAN DAN TATA CARA PELAKSANAAN PROGRAM:

Kegiatan:

4. Monitoring penggunaan APD di lapangan melalui supervisi langsung.

- Melakukan kunjungan langsung ke lokasi kerja PJU dan mengamati kepatuhan petugas terhadap penggunaan APD.
- Memberikan arahan langsung di lapangan kepada petugas terkait kesalahan atau ketidakpatuhan.
- Mendokumentasikan kegiatan

5. Membuat evaluasi hasil optimalisasi K3



ALAT PELINDUNG DIRI WAJIB

Seksi Penerangan Jalan Umum
Dinas Perhubungan Kota Pekalongan

1. Helm
2. Baju Lapangan
3. Alat Pelindung Jatuh
4. Sarung Tangan
5. Sepatu

*opsional:
Kacamata



HAZARD | bahaya

“segala sesuatu yang memiliki potensi untuk menyebabkan bahaya, cedera, kerusakan, atau gangguan kesehatan di tempat kerja”

1. Bahaya Fisik

- Bekerja di ketinggian
- Lalu lintas jalan
- Menarik kabel dan menanam tiang
- Kondisi cuaca ekstrem

2. Bahaya Listrik

- Sengatan listrik akibat kabel terbuka atau tidak dimatikan saat perbaikan
- Korsleting listrik dari panel atau instalasi
- Ledakan kecil/arc flash dari hubung singkat

3. Bahaya Mekanis

- Peralatan kerja rusak (tangga, crane, bucket truck)

4. Bahaya Kimia

- Paparan debu, asap kendaraan, dan polusi udara

5. Bahaya Ergonomis

- Posisi kerja tidak ergonomis

RISK | risiko

“kemungkinan terjadinya kecelakaan/kerugian akibat bahaya tersebut. Risiko ditentukan oleh probabilitas (P) dan konsekuensi (K).”

1. Bahaya Fisik

- Jatuh dari ketinggian (tiang PJU atau bucket truck)
- Tertabrak kendaraan
- Terjepit, terhimpit, atau tertindih
- Tersambar petir, terpeleset, jatuh

2. Bahaya Listrik

- Tersengat listrik
- Kebakaran
- Terkena percikan ledakan

3. Bahaya Mekanis

- Terjatuh, terjepit

4. Bahaya Kimia

- Gangguan Pernapasan dan Penglihatan

5. Bahaya Ergonomis

- Cedera punggung, Kram



Tabel HIRARC seksi PJU

Aktifitas Kerja	Bahaya	Risiko	P	K	Tingkat Risiko	Pengendalian K3 (Control Measure)
Perbaikan lampu di tiang/bucket	Bekerja di ketinggian	Patah tulang, cedera fatal, kematian	3	3	High	<ul style="list-style-type: none"> • Memakai APD full body harness/safety belt dan helm • Mengecek oli hidrolik crane
Perbaikan panel listrik/instalasi	Kabel terbuka / korsleting	Tersengat listrik, luka bakar fatal, kematian	3	3	High	<ul style="list-style-type: none"> • Matikan aliran listrik • Memakai APD Sarung Tangan Elektrik • Kotak P3K
Pekerjaan di pinggir jalan	Lalu lintas kendaraan	Pekerja tertabrak kendaraan	2	3	High	<ul style="list-style-type: none"> • Isolasi area pekerjaan dengan memasang con traffic • Memakai APD yang dilengkapi reflektor dan Helm
Penggunaan tangga/alat kerja	Tangga patah / tidak stabil	Terjatuh, terjepit	2	2	Medium	<ul style="list-style-type: none"> • Inspeksi rutin alat • Pastikan Safety Lock tangga berfungsi
Pekerjaan saat hujan / angin /panas	Cuaca ekstrem / petir	Tersambar petir, terpeleset, dehidrasi	2	3	High	<ul style="list-style-type: none"> • Tunda pekerjaan saat cuaca buruk • Sediakan Air Minum
Pekerjaan malam hari	Penerangan kurang	Tersandung, tertabrak	2	2	Medium	<ul style="list-style-type: none"> • Lampu kerja portable • Memakai APD yang dilengkapi reflektor
Penggantian lampu	Posisi kerja tidak ergonomis	Cedera punggung, Kram	2	1	Low	<ul style="list-style-type: none"> • Koordinasi dengan rekan kerja • Pastikan posisi nyaman dan aman

APD Bekerja di Ketinggian



1. Full Body Harness

Menahan tubuh secara merata jika terjadi jatuh bebas (fall arrest system).

Kelebihan:

Mendistribusikan gaya jatuh ke bahu, paha, dan pinggang sehingga meminimalisir cedera fatal.



2. Safety Belt

Digunakan untuk menahan posisi, bukan untuk menahan jatuh bebas.

Kelemahan:

Jika terjadi jatuh, beban hanya bertumpu pada pinggang → risiko cedera serius pada tulang belakang, pinggang, atau organ dalam.



Keselematan Penggunaan Tangga

" 3 POINT OF CONTACT & 4:1 RATIO "

Langkah:

1. Cek kelayakan tangga.
2. Letakkan tangga pada permukaan yang rata dan kaki tangga seimbang.
3. Pastikan ada satu orang untuk memegang tangga pada bagian bawah.
4. Berdirikan tangga dengan perbandingan sudut 1:4 artinya 1 keluar dan 4 ke atas atau berdirikan dengan sudut 75° . Boleh kurang, asalkan terdapat penopang pada bagian bawah tangga.
5. Gunakan metode three point contact saat naik ataupun turun tangga.
6. Gunakan Safety Belt / Full Body Harness

