

# OCCUPATIONAL HEALTH & SAFETY

## 2. ALAT PELINDUNG DIRI, SERAGAM KERJA DAN ID CARD

- Helm harus berstandar SNI/ANSI
- Dilengkapi dengan tali dagu
- Tidak dicorat-coret, tidak pecah/rusak

Sabuk pengaman tubuh dan sabuk keselamatan



Rompi reflektif dan kartu identitas



- Celana panjang rapi
- Sepatu keselamatan standar SNI/ANSI
- Sepatu elektrostatis
- Sepatu dengan pelindung jari yang terbuat dari baja
- Sepatu keselamatan karet

- Seragam baju lengan panjang dan celana panjang
- Sarung tangan kulit/katun/kimia/kombinasi

- Masker pengelasan
- Pelindung wajah
- Kacamata pengaman



- Sarung tangan kain
- Sarung tangan tahan kimia
- Sarung tangan karet
- Sarung tangan tahan panas
- Sarung tangan kulit

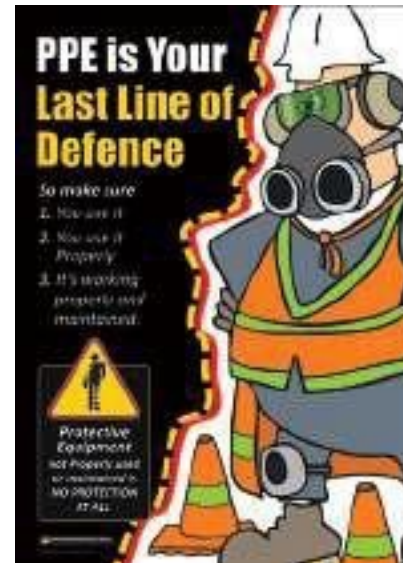
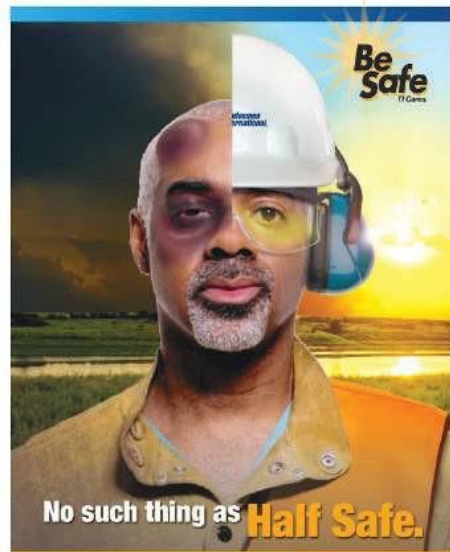
- Sumbat telinga
- Penutup telinga



- Pakaian tahan listrik
- Pakaian elektrostatis

- Masker debu
- Masker gas
- Alat bantu pernapasan

No.	Deskripsi	Hal Penting
1	Gunakan APD yang bersih dan sesuai dengan standar SNI atau standar ANSI.	Setiap APD yang akan digunakan harus dicek oleh petugas K3 saat induksi dan APD yang tidak standar dilarang digunakan.
2	Cek secara berkala fisik helm dan suspensinya	Kencangkan dengan tali dagu dan ada nama perusahaan di depan helm, logo K3 di belakang, logo induksi keselamatan di samping kanan dan stiker kompetensi di samping kiri.
3	Cek secara berkala semua APD yang digunakan dan periksa sebelum dipakai.	Helm yang sudah tertimpa material dan sabuk keselamatan/sabuk pengaman tubuh yang sudah menahan beban jatuh atau kondisinya sudah tidak normal harus diganti setelah diinspeksi (gunakan daftar periksa).
4	Sabuk keselamatan dan sabuk pengaman tubuh harus diperiksa setiap akan digunakan, pastikan tidak ada kerusakan pada kait tali, tali koneksi, dll.	Helm yang sudah tertimpa material dan sabuk keselamatan/sabuk pengaman tubuh yang sudah menahan beban jatuh atau kondisinya sudah tidak normal harus diganti setelah diinspeksi (gunakan daftar periksa).
5	Semua pekerja proyek harus memakai rompi reflektif, sepatu keselamatan atau sepatu dengan pelindung jari yang terbuat dari baja, safety glasses dan sarung tangan.	Semua APD harus dipakai saat induksi keselamatan untuk diperiksa oleh petugas K3.
6	Semua pekerja dan orang yang memasuki proyek harus menggunakan kartu identitas.	Kartu identitas dapat diberikan setelah mendapatkan induksi keselamatan (pekerja dan tamu).
7	Buat buku catatan masa pakai APD dan siapkan APD pengganti bila akan habis masa pakainya.	Sepatu keselamatan bila sudah kadaluarsa, solnya akan lepas.
8	APD lain harus digunakan sesuai dengan jenis pekerjaan dan potensi bahaya	Masker pengelasan, pelindung/penutup telinga, penutup mulut/hidung (masker), pelindung wajah, alat bantu pernapasan (SCBA), sarung tangan karet, dll.
9	Pelanggaran terhadap penggunaan APD (tidak pakai atau tidak sesuai standar).	Dikenakan sanksi sesuai dengan Peraturan Kawasan



# PERSYARATAN ALAT PELINDUNG DIRI

## 1. PELINDUNG KEPALA

1. Helm proyek harus standar ANSI Z.89.1-2014 atau minimal standar SNI atau MSA Import.
2. Model helm adalah V-Guard dan dilengkapi dengan tali dagu karet serta model otomatis untuk mengencangkan suspensi helm.
3. Helm dilarang untuk dicat (karena akan bersenyawa dengan cat) dan dilarang ditulis dengan spidol.
4. Catat tanggal pembelian pada bagian dalam helm dan di buku catatan.
5. Masa pakai helm paling lama adalah 5 tahun setelah itu harus diganti baru.
6. Helm yang rusak atau terkena dampak (kejatuhan benda) harus diganti.
7. Cek kondisi helm minimal setiap 2 minggu sekali, ganti bila cacat atau rusak.



## 2. PELINDUNG KAKI

1. Sepatu keselamatan harus standar ANSI Z.41-1999 atau minimal standar SNI 7079-2009 dan SNI 0111- 2009.
2. Sepatu untuk pekerjaan galian dan pengecoran dapat digunakan sepatu karet biasa (gamb. 1).
3. Sepatu untuk pekerjaan konstruksi lain harus menggunakan sepatu dengan pelindung jari yang terbuat dari baja, dan anti tergelincir (gamb. 2).
4. Catat tanggal pembelian pada buku catatan.
5. Masa pakai sepatu paling lama adalah 3 tahun, setelah itu harus diganti baru.
6. Cek kondisi sepatu minimal setiap 2 minggu sekali, ganti bila cacat atau rusak.



### 3. PELINDUNG MATA

1. Semua pekerja dan orang yang memasuki proyek harus menggunakan pelindung mata.
2. Pelindung standar adalah kacamata pengaman Kings KY1151 sesuai standar ANSI Z.87.1-2010 (gamb. 1).
3. Pekerjaan yang berbahaya terhadap mata, seperti pengelasan, pemotongan, dan gerinda harus menggunakan pelindung mata yang sesuai.
4. Pekerjaan pemotongan tiang pancang harus menggunakan pelindung mata (gamb. 2).





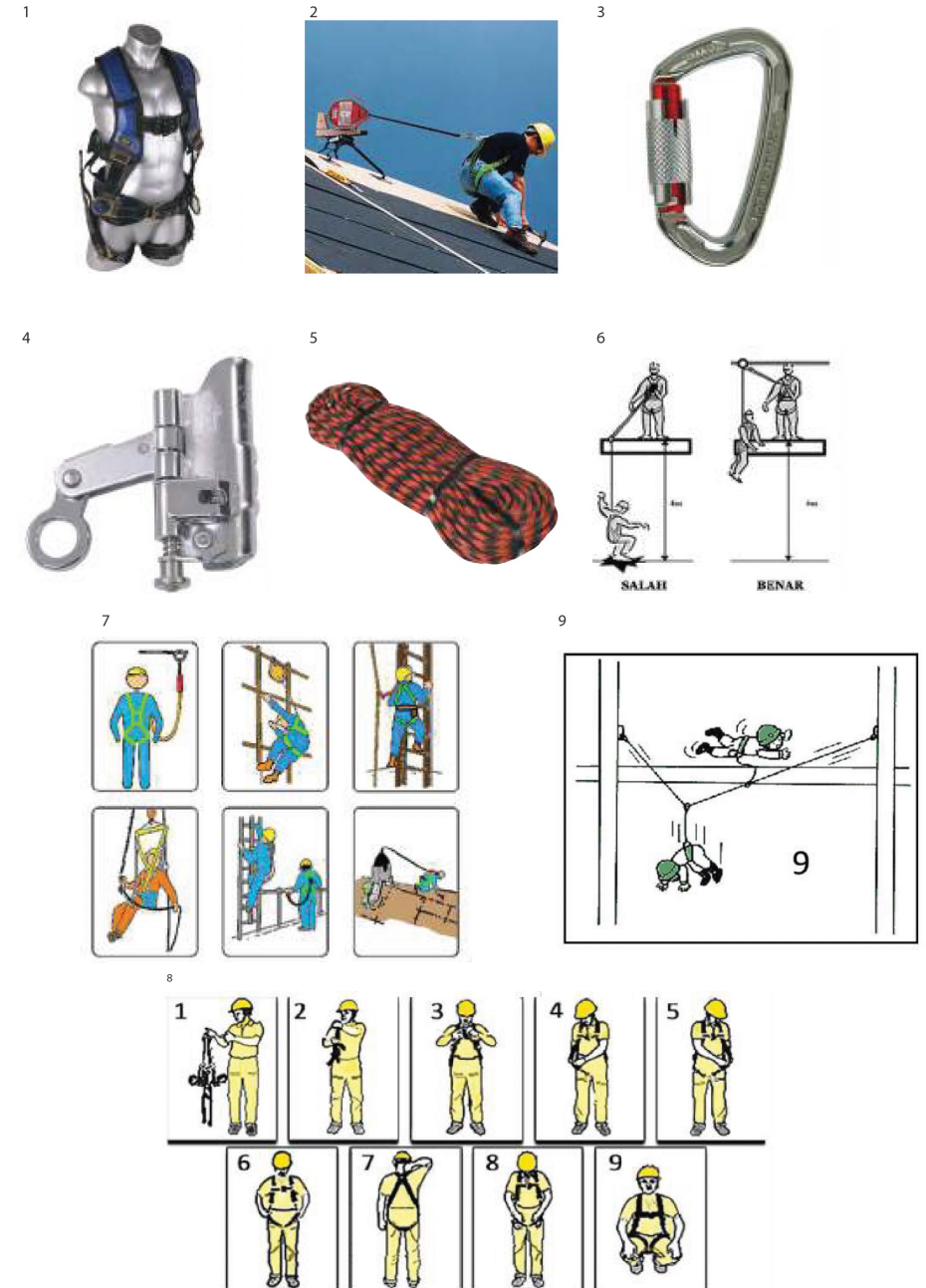
#### 4. PELINDUNG WAJAH

1. Pekerjaan yang spesifik membahayakan muka pekerja (pekerjaan pengelasan, pemotongan, gerinda, dll.) harus menggunakan pelindung muka sesuai standar ANSI Z.87.1-2010.
2. Pekerjaan pengelasan dan pemotongan baik dengan trafo las maupun las potong harus menggunakan masker pengelasan (gamb. 1).
3. Pekerjaan gerinda dan alat portabel yang berputar lainnya (mesin senai, sekop, dll.) pada area terbuka harus menggunakan tameng wajah yang dikombinasikan dengan helm (gamb. 2), sedangkan pekerjaan di bengkel kerja dapat menggunakan tameng wajah biasa (gamb 3).
4. Cek APD sebelum digunakan, jangan menggunakan APD yang rusak



## 5. PELINDUNG JATUH DARI KETINGGIAN

1. Sabuk pengaman tubuh (gamb. 1) dan sabuk keselamatan (gamb. 2) yang digunakan harus memenuhi standar ANSI Z.359.1-2016 atau standar SNI.
2. Kait yang digunakan untuk sabuk pengaman tubuh atau sabuk keselamatan harus menggunakan kait yang besar.
3. Penggunaan sabuk pengaman tubuh dan sabuk keselamatan (gamb. 8).
4. Panjang tali koneksi tidak boleh lebih dari 1,7 m.
5. Setiap pekerjaan di ketinggian lebih dari 1,8 m harus menggunakan sabuk pengaman tubuh dan pengait dikaitkan minimal harus di atas pinggang (gamb. 6).
6. Setiap pekerjaan di ketinggian harus terpasang tali keselamatan horizontal dari pipa galvanis atau tali bantu angkat (tali baja atau tali serat) dia. 8 mm untuk mengaitkan kait pada sabuk pengaman tubuh (gamb. 7).
7. Bila menggunakan tali bantu angkat, 1 tali bantu angkat dilarang digunakan untuk 2 sabuk pengaman tubuh (gamb. 9).
8. Tali keselamatan vertikal untuk operator kran Menara atau gondola atau pekerjaan struktur baja, sabuk pengaman tubuh harus dikaitkan menggunakan kelengkapan untuk turun dari ketinggian dengan tali yang terdiri dari karmantel statis diameter minimum 8 mm (gamb. 5), karabiner (gamb. 3) dan pemberhentian otomatis (gamb. 4).
9. Pengait sabuk keselamatan pada penggunaan seperti gambar 2, harus dikaitkan pada angkur atau bagian struktur bangunan yang kuat.



## 6. PELINDUNG TANGAN

1. Semua pekerja harus menggunakan sarung tangan sesuai standar SNI-06-0652-2015.
2. Pekerja pada umumnya harus menggunakan sarung tangan katun min. 8 benang (gamb. 1).
3. Pekerjaan yang lebih kasar, seperti tukang besi, baja, bekisting, penanganan tali baja, kawat, dll, harus menggunakan sarung tangan kombinasi (gamb. 2).
4. Pekerjaan pengelasan, pemotongan, dan gerinda harus menggunakan sarung tangan kulit (gamb. 3).
5. Pekerjaan dengan bahan kimia dan beracun harus menggunakan sarung tangan tahan kimia (bahan vynil, PVC, nitril, dll.) (gamb. 4).
6. Teknisi listrik harus menggunakan sarung tangan tahan listrik min. 5KV (gamb. 5).
7. Cek kondisi sarung tangan setiap akan digunakan, ganti bila cacat atau rusak.



## 7. PELINDUNG PENDENGARAN

1. Jika bekerja pada level bising di atas 85 dB untuk pemajanan selama 8 jam harus menggunakan pelindung telinga (sumbat telinga atau penutup telinga).
2. Sumbat telinga adalah sumbat yang dimasukkan ke liang telinga.
3. Sumbat telinga (gamb. 1) harus terbuat dari bahan karet atau plastik lunak dan harus dapat mereduksi bising X-85 dB (X adalah intensitas bising yang diterima pekerja).
4. Penutup telinga (gamb. 2) adalah penutup seluruh telinga yang dapat mereduksi bising sebesar 35-45 dB.
5. Periksa sumbat telinga atau penutup telinga sebelum digunakan, pastikan dalam kondisi bersih dan simpan Kembali ke dalam kotak setelah digunakan setelah dibersihkan.

1



2



## 8. PELINDUNG PERNAPASAN

1. Pekerja yang berpotensi terpajan debu, asap, uap atau gas harus menggunakan pelindung pernapasan.
2. Masker dan respirator harus digunakan disesuaikan dengan pekerjaan dan potensi kontaminasi atau gangguan pernapasan.
3. Untuk pelindung debu dapat digunakan masker sekali pakai yang terbuat dari katun, kertas atau kasa (gamb.1).
4. Untuk pelindung gas, uap dan asap harus menggunakan respirator dengan penyaring yang sesuai (gamb. 2).
5. Pada pekerjaan di ruang terbatas atau area yang terkontaminasi gas harus menggunakan SCBA (alat bantu pernapasan) (gamb. 3).



## 9. PAKAIAN PELINDUNG

1. Semua pekerja dan orang yang memasuki proyek harus menggunakan baju lengan panjang dan celana panjang yang baik, tidak robek atau bolong-bolong (gamb. 1).
2. Pelindung lengan dari kulit atau pakaian pelindung tahan api harus dipakai pada pekerjaan pengelasan, pemotongan atau gerinda bila diperlukan (gamb. 2).
3. Pada saat hujan, pekerja harus menggunakan jas hujan



## 10. SERAGAM KERJA DAN KARTU IDENTITAS

1. Semua pekerja harus menggunakan seragam kerja yang rapi dan rompi reflektif.
2. Seragam yang digunakan harus memantulkan cahaya/ reflektif (gamb. 1). Bila menggunakan kaos lengan panjang, harus dilengkapi dengan rompi reflektif (gamb. 2).
3. Kartu identitas harus dipakai selama berada di dalam proyek.
4. Kartu identitas harus ditandatangani pejabat proyek dan dapat diberikan setelah lulus induksi keselamatan.

