




KESEHATAN

dan **KESELAMATAN KERJA**

Zulfikar Lating, SKM., M.Kes



Tentang Penulis



Zulfikar Lating, SKM., M.Kes adalah staf pengajar di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, STIKes Maluku Husada. Lahir di Masohi pada tanggal 07 Februari 1996. Pada tahun 2016, Penulis menyelesaikan pendidikan S-1 Kesehatan Masyarakat, Peminatan Kesehatan dan Keselamatan Kerja di Universitas Muslim Indonesia.

Pada tahun 2018, Penulis menyelesaikan pendidikan S-2 Kesehatan Masyarakat, Peminatan Kesehatan dan Keselamatan Kerja di Universitas Muslim Indonesia. Penulis juga telah selesai mengikuti Pelatihan Ahli Kesehatan dan Keselamatan Kerja. Selain sebagai pengajar, penulis juga aktif di berbagai seminar/pelatihan Kesehatan dan Keselamatan Kerja dan penulis juga aktif dalam penulisan buku-buku kesehatan diantaranya Perspektif Keselamatan Pasien (2021), Perspektif Kesehatan dan Keselamatan Kerja pada Pekerja Laboratorium (2021), Dampak Kualitas Lingkungan Kerja dan Status Gizi Pada Tenaga Pendidik Perguruan Tinggi (2022). Psikologi Industri (2022).



☎ 0858 5343 1992
✉ eurekamediaaksara@gmail.com
📍 Jl. Banjaran RT.20 RW.10
Bojongsari - Purbalingga 53362

ISBN 978-623-487-596-6



9 786234 875966

KESEHATAN DAN KESELAMATAN KERJA

Zulfikar Lating, SKM., M.Kes



eureka
media aksara

PENERBIT CV.EUREKA MEDIA AKSARA

KESEHATAN DAN KESELAMATAN KERJA

Penulis : Zulfikar Lating, SKM., M.Kes

Desain Sampul : Eri Setiawan

Tata Letak : Alfin Nisfulaili M. F.

ISBN : 978-623-487-596-6

Diterbitkan oleh : **EUREKA MEDIA AKSARA, JANUARI 2023**
ANGGOTA IKAPI JAWA TENGAH
NO. 225/JTE/2021

Redaksi:

Jalan Banjaran, Desa Banjaran RT 20 RW 10 Kecamatan Bojongsari
Kabupaten Purbalingga Telp. 0858-5343-1992

Surel : eurekaediaaksara@gmail.com

Cetakan Pertama : 2023

All right reserved

Hak Cipta dilindungi undang-undang

Dilarang memperbanyak atau memindahkan sebagian atau seluruh isi buku ini dalam bentuk apapun dan dengan cara apapun, termasuk memfotokopi, merekam, atau dengan teknik perekaman lainnya tanpa seizin tertulis dari penerbit.

PRAKATA

Penyusunan Buku Referensi ini untuk Mata Kuliah Kesehatan dan Keselamatan Kerja ini merupakan sebuah bagian yang tidak bisa dipisahkan dari upaya untuk mewujudkan Student Centered Learning. Buku Referensi ini untuk setiap topik pembelajaran dalam Mata Kuliah Kesehatan dan Keselamatan Kerja perlu disusun agar memudahkan dalam memahami topik yang akan didiskusikan. Selesainya penyusunan Buku Ajar ini tidak terlepas dari bantuan dan dukungan berbagai pihak, baik secara langsung maupun secara tidak langsung, yang penulis tidak dapat sebutkan namanya satu persatu. Penulis sepenuhnya menyadari bahwa Buku Referensi ini belum sempurna. Sehubungan dengan itu, saran-saran yang bersifat konstruktif dari berbagai pihak, tetap penulis nantikan. Semoga Buku Referensi Kesehatan dan Keselamatan Kerja ini dapat memberi kontribusi yang bermakna bagi peningkatan efektivitas proses dan optimalisasi hasil pembelajaran.

Ambon, 07 Desember 2022

Penulis

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Buku Referensi ini tepat pada waktunya. Adapun tujuan dari penulisan Buku Referensi ini adalah sebagai pedoman bagi para mahasiswa untuk memahami konsep Kesehatan dan Keselamatan Kerja yang baik dan benar. Selain itu, buku Referensi ini juga dapat meningkatkan kemampuan mahasiswa dalam memahami lebih dalam terkait dengan Dasar-Dasar Kesehatan & Keselamatan Kerja (K3), Arah Kebijakan Dan Organisasi Nasional-Internasional Kesehatan & Keselamatan Kerja, ISO Dalam Kesehatan & Keselamatan Kerja, Kesehatan Dan Keselamatan Kerja Rumah Sakit, Penyakit Akibat Kerja Dan Sistem Pelaporan, HIRAC & JSA, Rambu Kesehatan & Keselamatan Kerja Di Tempat Kerja, Safety-Talk Dalam Kerja. Kami menyadari bahwa Buku Referensi ini masih jauh dari sempurna, untuk itu kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan demi sempurnanya buku ini. Akhirnya penulis berharap semoga buku ini dapat memberi manfaat bagi berbagai pihak.

DAFTAR ISI

PRAKATA.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI	v
BAB 1 KONSEP DASAR-DASAR KESEHATAN & KESELAMATAN KERJA	1
A. Sejarah Kesehatan dan Keselamatan Kerja Di Dunia	1
B. Sejarah K3 Di Indonesia	5
C. Pengertian Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3).....	7
D. Tujuan Kesehatan dan Keselamatan Kerja	11
E. Fungsi Kesehatan dan Keselamatan Kerja.....	11
F. Ruang Lingkup Kesehatan dan Keselamatan Kerja.....	13
G. Keselamatan Kerja	13
H. Kesehatan Kerja.....	15
I. Aspek Pemicu Kecelakaan Kerja	16
J. Penerapan Kesehatan dan Keselamatan Kerja	18
K. Peran Kesehatan dan Keselamatan Kerja dalam Perusahaan	18
BAB 2 ARAH KEBIJAKAN DAN ORGANISASI NASIONAL- INTERNASIONAL KESEHATAN & KESELAMATAN KERJA	20
A. Kebijakan Nasional Kesehatan dan Keselamatan Kerja	20
B. Dasar Hukum K3 dalam Undang-undang Dasar 1945	21
C. Dasar Hukum K3 berupa Undang-undang.....	22
D. Dasar hukum K3 berupa Peraturan Pemerintah.....	24
E. Dasar Hukum K3 berupa Peraturan Presiden.....	25
F. Dasar Hukum K3 berupa Peraturan Daerah Provinsi.	25
G. Dasar Hukum K3 berupa Peraturan Menteri.....	26
H. Visi Kebijakan Kesehatan dan Keselamatan Kerja Secara Nasional.....	27
I. Strategi Kesehatan dan Keselamatan Kerja Secara Nasional.....	27
J. Logo-logo K3 nasional.....	27
K. Logo-logo K3 Perusahaan	32
L. Lambang Kementerian.....	34

	M. Logo K3 Organisasi	36
	N. Logo K3 Organisasi Internasional.....	42
BAB 3	KONSEP ISO DALAM KESEHATAN & KESELAMATAN KERJA	47
	A. Pengertian ISO 45001	47
	B. Program K3 berdasarkan ISO 45001	47
	C. Prinsip K3 versi ILO.....	57
BAB 4	KONSEP KESEHATAN DAN KESELAMATAN KERJA RUMAH SAKIT	62
	A. Pengertian Keselamatan dan Kesehatan Kerja Rumah Sakit	62
	B. Dasar Hukum K3RS	65
	C. Tujuan K3RS (Keselamatan Dan Kesehatan Kerja Rumah Sakit).....	67
	D. Sistem Keselamatan dan Kesehatan Kerja Rumah Sakit.....	68
BAB 5	KONSEP PENYAKIT AKIBAT KERJA DAN SISTEM PELAPORAN.....	85
	A. Pengertian Penyakit Akibat Kerja (PAK)	85
	B. Dasar Hukum	86
	C. Ruang Lingkup.....	86
	D. Faktor Penyebab Penyakit Akibat Kerja.....	87
	E. Diagnosa Penyakit Akibat Kerja	88
	F. Jenis Penyakit Akibat Kerja	94
	G. Sistem Pelaporan Penyakit Akibat Kerja (PAK)	98
BAB 6	KONSEP HIRAC & JSA.....	101
	A. HIRAC (Hazard Identification Risk Assessment & Control)	101
	B. Tujuan HIRAC.....	103
	C. Ruang Lingkup Pengertian dan Jangkauan HIRAC ..	104
	D. Hazard (Bahaya).....	104
	E. Sumber-Sumber Bahaya di Lingkungan Kerja	107
	F. Cara Pengendalian Ancaman Bahaya Kesehatan Kerja.....	108
	G. Risk (Risiko).....	109
	H. Job Safety Analysis (JSA)	116
	I. Tahapan Job Safety Analysis (JSA)	117

BAB 7 KONSEP RAMBU KESEHATAN & KESELAMATAN KERJA DI TEMPAT KERJA	126
A. Pengertian Rambu Kesehatan dan Keselamatan Kerja	126
B. Rambu K3 Peringatan.....	126
BAB 8 KONSEP SAFETY-TALK DALAM KERJA	166
A. Safety-Talk Bahaya Dari Getaran	166
B. Safety-Talk Bahaya Bising di Tempat Kerja.....	167
C. Safety-Talk Mengangkat Barang dengan Ergonomis	168
D. Safety-Talk Berlatih identifikasi bahaya	169
E. Safety-Talk Hindari Berbagai Penyakit.....	170
F. Safety-Talk Safety Contact : Kenapa Saya Harus Bekerja dengan Safety	171
G. Safety-Talk Keselamatan dalam pengerindaan.....	171
H. Safety-Talk Mengenal Simbol Bahan Kimia	173
I. Safety Contact : Pelaporan Kecelakaan.....	175
J. Safety-Talk Menghadapi Gempa Bumi.....	177
DAFTAR PUSTAKA	178
TENTANG PENULIS	179



**KESEHATAN DAN
KESELAMATAN
KERJA**



BAB 1

KONSEP DASAR-DASAR KESEHATAN & KESELAMATAN KERJA (K3)

A. Sejarah Kesehatan dan Keselamatan Kerja Di Dunia

Sejak zaman purba pada awal kehidupan manusia, untuk memenuhi kebutuhan hidupnya manusia bekerja. Pada saat bekerja mereka mengalami kecelakaan dalam bentuk cedera atau luka. Dengan akal pikirannya mereka berusaha mencegah terulangnya kecelakaan serupa dan ia dapat mencegah kecelakaan secara preventif. Selama pekerjaan masih dikerjakan secara perseorangan atau dalam kelompok maka usaha pencegahan tidaklah terlalu sulit, sifat demikian segera berubah, tatkala revolusi industri dimulai yakni sewaktu umat manusia dapat memanfaatkan hukum alam dan dipelajari sehingga menjadi ilmu pengetahuan dan dapat diterapkan secara praktis. Penerapan ilmu pengetahuan tersebut dimulai pada abad 18 dengan munculnya industri tenun, penemuan ketel uap untuk keperluan industri.

Tenaga uap sangat bermanfaat bagi dunia industri, namun pemanfaatannya juga mengandung risiko terhadap peledakan karena adanya tekanan uap yang sangat tinggi. Selama awal abad pertengahan berbagai bahaya diidentifikasi, termasuk efek paparan timbal dan mercury, kebakaran dalam ruang terbatas, serta kebutuhan alat pelindung perorangan. Namun demikian, tidak ada standar atau persyaratan keselamatan yang terorganisasi dan ditetapkan pada saat itu. Para pekerja biasanya pengrajin independen atau bagian dari toko atau pertanian keluarga dan bertanggung jawab sendiri untuk keselamatan, kesehatan, dan kesejahteraannya.

BAB 2

ARAH KEBIJAKAN DAN ORGANISASI NASIONAL- INTERNASIONAL KESEHATAN & KESELAMATAN KERJA

A. Kebijakan Nasional Kesehatan dan Keselamatan Kerja

Dasar Hukum K3 (keselamatan dan kesehatan kerja) sangat diperlukan bagi kita, para pelaku keselamatan dan kesehatan kerja, sebagai landasan normatif bagi penerapan K3 di lingkungan kerja. Dasar hukum K3 di Indonesia tidak bisa dilepaskan dari banyaknya peraturan K3 dari undang-undang hingga peraturan daerah.



Gambar 2. 1

Sebelum membahas dasar hukum K3, kita harus mengetahui terlebih dahulu tentang tingkatan peraturan perundangan di Indonesia. Berdasarkan Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2011 tentang Pembentukan Peraturan

BAB 3

KONSEP ISO DALAM KESEHATAN & KESELAMATAN KERJA

A. Pengertian ISO 45001

ISO 45001 merupakan Standar Internasional tentang Keselamatan dan Kesehatan Kerja yang menggantikan OHSAS 18001. ISO 45001 memberikan istilah tempat kerja sebagai “workplace”. Adapun pengertian “workplace” adalah: “place under the control of the organization where a person needs to be or to go for work purposes” (tempat dalam kendali organisasi di mana seseorang perlu berada atau pergi untuk tujuan pekerjaan)

ISO 45001 memberikan tambahan : “Note 1 to entry: The organization’s responsibilities under the OH&S management system for the workplace depend on the degree of control over the workplace”

(Catatan 1 sebagai masukan: Tanggung jawab organisasi dalam system manajemen Keselamatan dan Kesehatan di tempat kerja tergantung pada tingkat kendali dalam sebuah area kerja)

B. Program K3 berdasarkan ISO 45001

Program K3 atau Program Keselamatan dan Kesehatan Kerja merupakan kunci untuk menerapkan Keselamatan dan Kesehatan bagi pekerja di tempat kerja. Tujuan Program Keselamatan dan kesehatan kerja ini tentunya untuk membuat pekerja lebih selamat dan sehat melalui perlindungan pekerja dari risiko-risiko di tempat kerja yang dapat menurunkan derajat kesehatan dan keselamatannya.

Program keselamatan dan kesehatan kerja sangatlah beragam dan tergantung dengan situasi, kondisi dan kebijakan

BAB 4

KONSEP KESEHATAN DAN KESELAMATAN KERJA RUMAH SAKIT

A. Pengertian Keselamatan dan Kesehatan Kerja Rumah Sakit

K3RS (Keselamatan dan Kesehatan Kerja Rumah Sakit) adalah segala kegiatan untuk menjamin dan melindungi keselamatan dan kesehatan bagi sumber daya manusia rumah sakit, pasien, pendamping pasien, pengunjung, maupun lingkungan rumah sakit melalui upaya pencegahan kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja di rumah sakit. Pengertian tersebut merupakan pengertian yang ada pada Peraturan Menteri Kesehatan Nomor 66 Tahun 2016 tentang Keselamatan dan Kesehatan Kerja Rumah Sakit.



Gambar 4. 1 Ilustrasi Rumah Sakit

BAB 5

KONSEP PENYAKIT AKIBAT KERJA DAN SISTEM PELAPORAN

A. Pengertian Penyakit Akibat Kerja (PAK)

Penyakit Akibat Kerja (PAK) dipakai di peraturan perundangan yang dikeluarkan oleh Kementerian Tenaga Kerja dan Transmigrasi yaitu pada Peraturan Menteri Tenaga Kerja Dan Transmigrasi Nomor Per 01/Men/1981 tentang Kewajiban Melapor Penyakit Akibat Kerja dan Keputusan Menteri Tenaga Kerja Nomor KEPTS.333/MEN/1989 tentang Diagnosis Dan Pelaporan Penyakit Akibat Kerja. Sedangkan istilah Penyakit yang timbul karena hubungan kerja adalah istilah yang digunakan erat kaitannya dengan kompensasi (ganti rugi) kecelakaan kerja seperti halnya digunakan pada Keputusan Presiden Nomor 22 tahun 1993 tentang Penyakit Yang Timbul Karena Hubungan Kerja. Baik Penyakit Akibat Kerja maupun Penyakit Yang Timbul Karena Hubungan Kerja mempunyai pengertian yang sama yaitu penyakit yang disebabkan oleh pekerjaan atau lingkungan kerja.

Istilah lain dari gangguan kesehatan tenaga kerja adalah Penyakit Yang Bertalian Dengan Pekerjaan yang merupakan terjemahan dari work-related disease diartikan sebagai penyakit yang penyebabnya multifaktor atau jamak, sedangkan pekerjaan atau lingkungan adalah salah satu dari penyebab penyakit tersebut, jadi tidak termasuk penyakit akibat kerja atau penyakit yang timbul karena hubungan kerja. Dalam uraian selanjutnya agar tidak mengulang-ulang penyakit akibat kerja atau penyakit yang timbul karena hubungan kerja, maka cukup digunakan salah satu dari 2 istilah tersebut. Apabila ditulis Penyakit Akibat

BAB 6

KONSEP HIRAC & JSA

A. HIRAC (Hazard Identification Risk Assessment & Control)

Keselamatan dan Kesehatan Kerja pada intinya ialah suatu program yang bertujuan melindungi kestabilan jalannya usaha. Selain itu, dengan adanya keselamatan dan kesehatan kerja, biaya untuk membiayai karyawan yang sakit akan mengalami penurunan karena keselamatan dan kesehatan kerja sudah terbangun serta produktivitas perusahaan pun semakin bertambah. Rencana basic tentang keselamatan dan kesehatan kerja menyangkut dua hal yakni: tingkah laku pekerja yang tidak aman dan keadaan lingkungan yang tidak aman. Berdasarkan pada data dari Biro Kursus Tenaga Kerja, penyebabnya kecelakaan yang pernah terjadi hingga saat ini yaitu disebabkan oleh tingkah laku yang tidak aman seperti berikut:

1. Sembrono dan tidak hati-hati
2. Tidak mematuhi ketentuan
3. Tidak mengikuti standard prosedur kerja.
4. Tidak memakai alat pelindung diri
5. Keadaan tubuh yang lemah

Persentase penyebabnya kecelakaan kerja yakni 3% karena sebab yang tidak dapat dihindarkan (seperti bencana alam), diluar itu 24% karena lingkungan atau perlengkapan yang tidak memenuhi prasyarat, dan 73% karena tingkah laku yang tidak aman. Cara efisien untuk menghindar terjadinya kecelakaan kerja yaitu dengan menghindari terjadinya lima tingkah laku tidak aman yang sudah dijelaskan diatas. Dengan

BAB 7

KONSEP RAMBU KESEHATAN & KESELAMATAN KERJA DI TEMPAT KERJA

A. Rambu K3 Peringatan

Rambu K3 peringatan merupakan rambu K3 yang berfungsi untuk memberikan informasi bahaya atau tindakan yang harus dilakukan di sebuah tempat tertentu. Rambu keselamatan dan kesehatan kerja peringatan sangat penting dalam hal komunikasi K3 agar pekerja selalu tahu risiko di tempat kerja dan bisa memperkirakan apa yang harus dilakukan.

B. Pengertian Rambu Kesehatan dan Keselamatan Kerja

Rambu K3 Peringatan biasanya memiliki latar belakang warna kuning sebagaimana yang telah menjadi panduan dalam standard internasional rambu keselamatan dan kesehatan kerja. Pyrani dan Reynolds dalam penelitiannya menyimpulkan bahwa pemberian rambu termasuk poster K3 memiliki efektifitas 51% setelah 2 minggu dan turun menjadi 11% setelah 4 bulan

Pembuatan rambu keselamatan dan kesehatan kerja di tempat kerja:.

BAB 8

KONSEP SAFETY-TALK DALAM KERJA

A. Safety-Talk Bahaya Dari Getaran

Kita mungkin menyepelekan sumber getaran yang ada di sekitar area pekerjaan kita. Padahal sumber getaran tersebut dapat menyebabkan beberapa penyakit

1. Apa Bahaya Getaran?

Bahaya getaran dapat menimbulkan resiko:

- a. Gangguan aliran darah
- b. Gangguan syaraf pusat menyebabkan kelemahan degeneratif syaraf.
- c. Gangguan metabolisme / pencernaan / pertukaran oxygen dalam paru-paru
- d. Gangguan pada otot atau persendian

2. Tahukah Anda?

Batas ambang getaran adalah 0.5 m/s²



Gambar 8. 1

DAFTAR PUSTAKA

- Alli, Benjamin O. 2008. *Fundamentals Principles of Occupational Health and Safety*. Geneva: International Labour Organization.
- Aven, Terje. 2014. "What is safety science?" *Safety Science* 15-20.
- British Standard Institute. n.d. OHSAS 18001:2007. Accessed Oct 29, 2017. <http://mhconsulting-indonesia.com/file-download/Klausul-OHSAS-18001.pdf>
- Dictionary of Terms Used in the Safety Profession, American Society of Safety Engineers, Des Plaines, IL, 1981.
- Fundamentals Principles of Occupational Health and Safety. ILO. 2008.
- Government of the Republic of Indonesia. 2012. "Government Regulation Number 50 of 2012 concerning Occupational Safety and Health Management System." Jakarta.
- Geigle, Steven. 2018. *OSHA Academy Training Module: Introduction to Safety Management*. Prosafe Institute.
- Hollnagel, Errik. 2014. "Is safety a subject for science?" *Safety Science* 21-24.
- Kurniawidjaja, M. (2007). *Basic Philosophies and Concepts of Occupational Health and Its Development in Practice*. *National Journal of Public Health*, 243-251.
- Modjo, Robiana. *Bahan Kuliah : Pengenalan Bahaya, Risiko, Accident dan Loss*. Depok: FKM UI. 2009.
- Ramli, Soehatman. 2019. *MMK3L Lecture Module "New Paradigm of SM"*. SP Univ. Sahid Jakarta.
- Ramli, Soehatman. 2013. *SMART SAFETY Guide to Effective Implementation of SMK3*. Jakarta: Dian Rakyat
- Regulation of the Minister of Health Number 66 of 2016 concerning Hospital Occupational Safety and Health.

TENTANG PENULIS



Zulfikar Lating, SKM., M.Kes adalah staf pengajar di Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat, STIKes Maluku Husada. Lahir di Masohi pada tanggal 07 Februari 1996. Pada tahun 2016, Penulis menyelesaikan pendidikan S-1 Kesehatan Masyarakat, Peminatan Kesehatan dan Keselamatan Kerja di Universitas Muslim Indonesia.

Pada tahun 2018, Penulis menyelesaikan pendidikan S-2 Kesehatan Masyarakat, Peminatan Kesehatan dan Keselamatan

Kerja di Universitas Muslim Indonesia. Penulis juga telah selesai mengikuti Pelatihan Ahli Kesehatan dan Keselamatan Kerja. Selain sebagai pengajar, penulis juga aktif di berbagai seminar/pelatihan Kesehatan dan Keselamatan Kerja dan penulis juga aktif dalam penulisan buku-buku kesehatan diantaranya Perspektif Keselamatan Pasien (2021), Perspektif Kesehatan dan Keselamatan Kerja pada Pekerja Laboratorium (2021), Dampak Kualitas Lingkungan Kerja dan Status Gizi Pada Tenaga Pendidik Perguruan Tinggi (2022). Psikologi Industri (2022).