
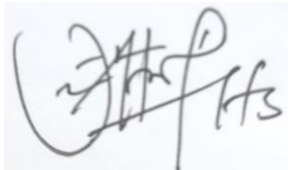

	UNIVERSITAS TEUKU UMAR	PROSEDUR
	PROSEDUR PELAKSANAAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3) DI LINGKUNGAN FAKULTAS PERTANIAN-UTU	K3/FP-UTU/24/02
		Tgl. Terbit: Agustus 2024
		Halaman: 1 dari 7

DOKUMEN TERKENDALI	
Kebijakan :	<ol style="list-style-type: none"> 1. Dokumen ini tidak boleh diubah, direproduksi, dikutip, atau disalin dalam bentuk penuh atau sebagian tanpanya izin tertulis dari pemegang kendali dokumen; 2. Jika disetujui oleh Pengendali Dokumen untuk tujuan tertentu, dokumen ini bisa disalin melalui fotokopi dan diberikan kepada pihak lain sebagai Dokumen Tidak Terkendali.

Disiapkan Oleh :	
Koordinator Laboratorium Fakultas Pertanian	
Dikaji ulang Oleh :	
Dekan Fakultas Pertanian	 Ir. Rusdi Faizin, M.Si
Disahkan Oleh :	
Satuan Penjaminan Mutu Fakultas	 Hasanuddin Husni, S.P., M.Sc

	UNIVERSITAS TEUKU UMAR	PROSEDUR
	PROSEDUR PELAKSANAAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3) DI LINGKUNGAN FAKULTAS PERTANIAN-UTU	K3/FP-UTU/24/02
		Tgl. Terbit: Agustus 2024
		Halaman: 2 dari 7


DAFTAR ISI

Halaman

Pengesahan

Daftar Isi

1. Tujuan
2. Ruang Lingkup
3. Referensi
4. Definisi
5. Penanggung Jawab
6. Uraian Prosedur
7. Indikator Keberhasilan
8. Rekaman
9. Lampiran

	UNIVERSITAS TEUKU UMAR	PROSEDUR
	PROSEDUR PELAKSANAAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3) DI LINGKUNGAN FAKULTAS PERTANIAN-UTU	K3/FP-UTU/24/02
		Tgl. Terbit: Agustus 2024
		Halaman: 3 dari 7

1. TUJUAN

Prosedur ini bertujuan untuk menjadi pedoman bagi Seluruh Gedung dan Laboratorium di Lingkungan Kampus Universitas Teuku Umar dalam Kesehatan Keselamatan Kerja (K3) / (Safety Induction).

2. RUANG LINGKUP

Langkah-langkah ini disusun untuk memastikan bahwa setiap anggota komunitas kampus (baik mahasiswa, dosen, pegawai, maupun warga non-pegawai) dapat memperbaiki tingkat keteraturan, keamanan, kenyamanan, dan juga keselamatan di Gedung dan laboratorium di bawah Universitas Teuku Umar.

3. REFERENSI

1. Undang-undang Republik Indonesia No. 1 Tahun 1970 tentang Keselamatan Kerja.
2. Undang-Undang Nomor 13 Tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan.
3. Peraturan Pemerintah RI No. 50 Tahun 2012 tentang Penerapan Sistem Manajemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja.
4. Undang-Undang Nomor 11 Tahun 2020 tentang Cipta Kerja.

4. DEFINISI

Kesehatan Keselamatan Kerja (K3) adalah segala kegiatan untuk menjamin dan melindungi keselamatan dan kesehatan individu melalui upaya pencegahan kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja di Gedung dan Laboratorium di lingkungan Universitas Teuku Umar.


5. PENANGGUNG JAWAB

Seluruh warga Fakultas Pertanian terutama Pimpinan Fakultas, Ketua Program Studi, dan Staff UTU bertanggung jawab untuk menjaga ketertiban, keamanan, kenyamanan serta K3 di lingkungan UTU.

6. URAIAN PROSEDUR

6.1. Prosedur Umum

1. Mengkomunikasikan potensi bahaya dan prosedur keselamatan pada pegawai baru dan tamu selama berada di Gedung Kuliah Terintegrasi Fakultas Pertanian UTU.
2. Untuk pencegahan dan penanggulangan kebakaran serta keselamatan kerja, Gedung dan Laboratorium dilengkapi dengan beberapa perlengkapan dan papan informasi mengenai K3.
3. Jika dalam situasi berbahaya, dapat menekan tombol alarm pada hydrant yang terdapat pada setiap sisi Gedung.
4. Jika dalam situasi darurat atau terjadi kebakaran, evakuasi diri anda mengikuti jalur evakuasi dan diharapkan berkumpul pada titik kumpul sampai situasi dinyatakan aman.

	UNIVERSITAS TEUKU UMAR	PROSEDUR
	PROSEDUR PELAKSANAAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3) DI LINGKUNGAN FAKULTAS PERTANIAN-UTU	K3/FP-UTU/24/02
		Tgl. Terbit: Agustus 2024
		Halaman: 4 dari 7


5. Untuk ruangan beresiko seperti laboratorium, maka gunakan alat keselamatan yang telah disediakan dan ikuti petunjuk keselamatan yang diterapkan.
6. Bila anda mendengarkan suara sirine, itu menandakan bahwa telah terjadi keadaan darurat.

6.2. Keselamatan di Gedung Koridor

1. Selalu gunakan koridor yang tersedia sebagai penghubung antar bangunan. Jangan memotong jalur yang dapat merusak lingkungan kampus.
2. Berjalanlah di koridor dengan berhati – hati, jangan berlarian, karena selain dapat mencelakai diri sendiri juga dapat mencelakai orang lain.
3. Jangan duduk di sekitar koridor atau tangga, karena dapat menghalangi perjalanan orang lain.
4. Tangga
5. Gunakan tangga yang tersedia dengan baik. Jangan tergesa – gesa ketika menaiki atau menuruni tangga.
6. Gunakan handrail untuk berpegangan ketika menaiki atau menuruni tangga.
7. Bawalah barang bawaan sesuai dengan kemampuan dan kapasitas. Kelebihan beban dapat menimbulkan gangguan yang bersifat ergonomis.

6.3. Ergonomi / Kenyamanan Kerja

1. Pastikan kursi nyaman dan mendukung untuk mendapatkan posisi yang baik dalam menulis/mengetik.
2. Sesuaikan tinggi meja dengan posisi tubuh, sehingga saat menggunakan perangkat komputer, posisi komputer tidak terlalu ke atas atau ke bawah.
3. Kabel-kabel dan alat elektronik penunjang sebaiknya diorganisir, ditata rapi dan ditempatkan secara aman.
4. Atur posisi monitor sesuai dengan ketinggian mata, atur posisi keyboard sesuai dengan pergelangan tangan.
5. Perhatikan pencahayaan dalam ruang kerja, jangan bekerja dalam ruangan yang terlalu terang atau terlalu gelap.
6. Terapkan postur tubuh yang baik dengan menarik perut dan meluruskan punggung pada saat duduk.
7. Hindari menyilangkan kaki pada saat duduk. Posisi ini dapat mengurangi sirkulasi darah yang dapat menimbulkan varises vena (varicose veins).
8. Luruskan kaki ke depan saat duduk untuk menjaga posisi panggul dan pinggul agar senantiasa seimbang saat duduk.
9. Berdiri setidaknya sekali setiap 30 menit untuk meningkatkan sirkulasi darah dan meregangkan otot.
10. Bangunlah dari kursi, berjalan-jalan sebentar di saat waktu senggang.
11. Bernafas dalam-dalam disertai fokus dapat mengurangi tekanan darah, stres dan memberi energi lebih.
12. Sebaiknya istirahat sejenak jika merasa cukup lelah. Lakukan gerakan-gerakan ringan untuk meregangkan kepenatan.

	UNIVERSITAS TEUKU UMAR	PROSEDUR
	PROSEDUR PELAKSANAAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3) DI LINGKUNGAN FAKULTAS PERTANIAN-UTU	K3/FP-UTU/24/02
		Tgl. Terbit: Agustus 2024
		Halaman: 5 dari 7

13. Istirahatkan mata ketika menggunakan komputer dengan aturan 20/20/20. Setiap 20 menit bekerja, istirahat selama 20 detik, dengan alihkan pandangan ke jarak 20 kaki (± 6 meter).

14. Berperilakulah secara aman untuk mencegah bahaya tersengat aliran listrik.


6.4. K3 Bekerja di Laboratorium

Keselamatan Kerja dalam Laboratorium

1. Baca dan pahami isi material safety data sheet (MSDS) bahan kimia.
2. Dilarang makan, minum, di dalam laboratorium.
3. Dilarang menggunakan peralatan gelas sebagai wadah makanan atau minuman.
4. Dilarang merokok di dalam laboratorium. Merokok hanya boleh dilakukan di tempat yang diperbolehkan saja.
5. Dilarang memakai lensa kontak ketika di dalam laboratorium.
6. Dilarang bermain-main, senda gurau, bercanda, mengganggu rekan kerja di dalam laboratorium.
7. Dilarang menyimpan bahan kimia di dalam lemari asam.
8. Gunakan pakaian pelindung (jas laboratorium) selama berada di dalam laboratorium.
9. Baca semua prosedur sebelum memasuki laboratorium dan siapkan diri untuk melakukan pekerjaan di dalam laboratorium
10. Laporkan pengawas secepatnya jika terdapat kondisi yang tidak aman.
11. Tempatkan semua sisa bahan kimia dengan baik.
12. Baca label dan instruksi peralatan sebelum penggunaan. Siapkan dan gunakan alat sesuai petunjuk.
13. Jauhkan tangan dari wajah, mata, mulut, dan tubuh ketika menggunakan bahan kimia atau peralatan laboratorium. Cuci tangan dengan sabun dan air setelah melakukan semua percobaan.
14. Jangan berkeliaran di dalam ruangan, mengganggu analis lain, mengejutkan analis lain, atau mengganggu percobaan analis lain.
15. Ketahui lokasi dan prosedur keselamatan, termasuk P3K, alat pemadam kebakaran, alarm kebakaran, safety shower dan eye wash.
16. Jaga selalu kebersihan dan kerapihan tempat kerja.

Alat Pelindung Diri (APD) di laboratorium

1. Gunakan kaca mata pelindung (safety glasses) untuk melindungi mata dari percikan bahan kimia.
2. Gunakan jas laboratorium selama berada di dalam laboratorium.
3. Pakai sepatu dan jangan menggunakan sandal selama bekerja di laboratorium.
4. Gunakan chemical respirator untuk melindungi pernapasan dari paparan asap, uap, gas selama percobaan menggunakan bahan kimia.
5. Gunakan sarung tangan karet (latex/nitrile gloves) untuk melindungi tangan dari paparan atau percikan bahan kimia selama percobaan.

	UNIVERSITAS TEUKU UMAR	PROSEDUR
	PROSEDUR PELAKSANAAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3) DI LINGKUNGAN FAKULTAS PERTANIAN-UTU	K3/FP-UTU/24/02
		Tgl. Terbit: Agustus 2024
		Halaman: 7 dari 7

6. Gunakan sarung tangan tahan panas/api ketika berhubungan dengan percobaan atau pekerjaan yang melibatkan sumber panas/api.

6.5. K3 Penggunaan Listrik

1. Kenali peralatan listrik dengan baik dan patuhi persyaratan umum instalasi listrik (PUIL) dan syarat-syarat penyambung listrik (SPL).
2. Pastikan tangan dan kaki tidak dalam kondisi basah pada waktu bekerja yang berhubungan dengan instalasi listrik.
3. Gunakan alat pelindung diri yang sesuai antara lain : sarung tangan atau sepatu dari bahan karet atau berisolasi dan tidak diperkenankan dengan kaki telanjang.
4. Pasang tanda bahaya pada setiap peralatan instalasi listrik yang mengandung risiko atau bahaya (voltage tinggi).
5. Lakukan pemeriksaan secara rutin terhadap panel atau instalasi listrik lainnya. Bila menemukan pintu panel dalam keadaan terbuka dan tidak terkunci, maka harus diperiksa keadaan panel tersebut dan segera dikunci.
6. Periksa kondisi kabel listrik, bila menemukan kabel listrik dalam kondisi terkelupas atau sambungan tidak dibalut dengan isolasi, maka harus segera diperbaiki dengan membungkus kabel listrik tersebut dengan bahan isolator.
7. Tidak diperkenankan pekerja yang tidak terlatih atau tidak ahli melakukan pekerjaan yang berhubungan dengan instalasi listrik.
8. Pastikan aliran listrik dalam kondisi mati dan pasang label / tanda peringatan pada panel atau switch on / off "Aliran Listrik Jangan Dhidupkan" untuk menghindari terjadinya kecelakaan kerja akibat aliran listrik yang dihidupkan dengan tiba-tiba oleh petugas lainnya atau pekerja.
9. Pastikan bahwa alat-alat yang menggunakan aliran listrik harus sudah dicabut dari stop kontak sebelum meninggalkan pekerjaan.
10. Periksa secara rutin kondisi dari sambungan-sambungan kabel dan steker. Jaga kabel-kabel listrik bebas dari daerah pejalan kaki.
11. Dilarang menyentuh peralatan listrik jika sedang berdiri di atas lantai basah atau tangga logam.

7. INDIKATOR KEBERHASILAN

Terciptanya lingkungan kampus USM yang aman, sehat, dan nyaman.

8. REKAMAN

Seluruh rekaman terkait prosedur pelaksanaan ini dipelihara oleh personil terkait yang berwenang. Rekaman yang telah dinyatakan kadaluarsa atau sudah tidak berlaku dapat dimusnahkan oleh personil yang berwenang.

9. LAMPIRAN

Prosedur pelaksanaan ini disimpan dalam bentuk berkas dan/atau file dalam komputer dengan status legalitas yang sama.