

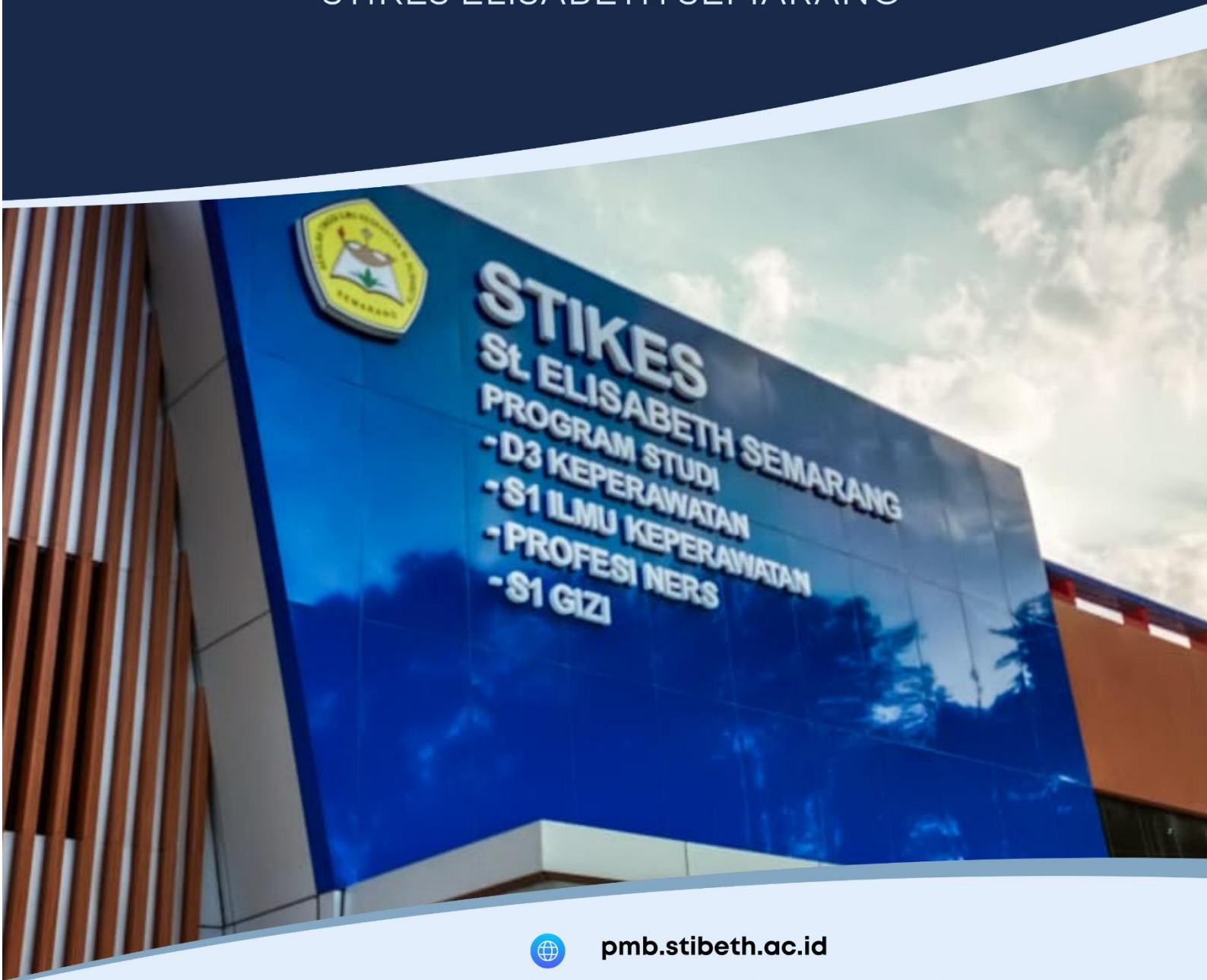


SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
ELISABETH SEMARANG
Pilihan Tepat Menjadi Tenaga Kesehatan Profesional

BUKU PEDOMAN

KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)

STIKES ELISABETH SEMARANG



pmb.stibeth.ac.id




akabeth_semarang@yahoo.com



[@stikeselisabethsmg](https://www.instagram.com/stikeselisabethsmg)

Jalan Kawi no.11, Wonotingal, Candisari, Semarang
Telp. (024) 8412729

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi : -
		Halaman : 25



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
St. ELISABETH SEMARANG
 Jalan Kawi 11 Semarang 50231 Telp. (024) 8412729, Fax. (024) 8506185
 e-mail : akabeth_semarang@yahoo.com
 Website : www.stibeth.ac.id

SURAT KEPUTUSAN KETUA STIKES ELISABETH SEMARANG
NOMOR : 85/SE/09/2020

TENTANG

KEBIJAKAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)
DI STIKES ELISABETH SEMARANG


- Menimbang** :
- a. Bahwa untuk menciptakan lingkungan kerja dan belajar yang aman, sehat, serta berkelanjutan, diperlukan sistem pengelolaan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) yang terintegrasi di lingkungan kampus.
 - b. Bahwa keselamatan dan kesehatan kerja merupakan fondasi utama dalam menyelenggarakan Tridharma Perguruan Tinggi yang bermutu dan sejalan dengan standar akreditasi.
 - c. Bahwa berdasarkan pertimbangan huruf a dan b, perlu menetapkan Surat Keputusan Ketua STIKes tentang Kebijakan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) di STIKes Elisabeth Semarang.

- Mengingat** :
- a. Undang-Undang No. 1 Tahun 1970 tentang Keselamatan Kerja.
 - b. Undang-Undang No. 20 Tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional.
 - c. Undang-Undang No. 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi.
 - d. Peraturan Pemerintah No. 50 Tahun 2012 tentang Sistem Manajemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja (SMK3).
 - e. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 3 Tahun 2020 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi.
 - f. Statuta Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Elisabeth Semarang.
 - g. Standar Sistem Penjaminan Mutu Internal STIKes Elisabeth Semarang.

MEMUTUSKAN

Menetapkan : Kebijakan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Elisabeth Semarang.

Pertama : Memberlakukan Buku Pedoman Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) STIKes Elisabeth Semarang sebagai acuan resmi bagi seluruh sivitas akademika (dosen, tenaga kependidikan, dan mahasiswa) serta pihak

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25



SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
St. ELISABETH SEMARANG

Jalan Kawi 11 Semarang 50231 Telp. (024) 8412729, Fax. (024) 8506185
e-mail : akabeth_semarang@yahoo.com
Website : www.stibeth.ac.id


- ketiga dalam melaksanakan aktivitas di lingkungan kampus dan lahan praktik.
- Kedua** : Kebijakan K3 sebagaimana dimaksud pada diktum PERTAMA mencakup :
1. Pembentukan Tim K3 Institusi yang bertanggung jawab atas koordinasi, sosialisasi, dan inspeksi rutin K3.
 2. Penerapan budaya *Self Care* dalam identifikasi bahaya dan mitigasi risiko kecelakaan kerja serta penyakit akibat kerja.
 3. Standarisasi prosedur tanggap darurat, evakuasi, dan penggunaan APD di laboratorium maupun lahan praktik.
 4. Manajemen kesehatan lingkungan yang meliputi pengelolaan limbah medis/B3 dan penetapan Kawasan Tanpa Rokok (KTR).
- Ketiga** : Setiap unit kerja wajib melaporkan setiap insiden, kecelakaan kerja, atau kejadian nyaris celaka (*near miss*) kepada Tim K3 maksimal 1x24 jam untuk dilakukan investigasi menggunakan prinsip *No Blame Culture*.
- Keempat** : Keputusan ini berlaku sejak tanggal ditetapkan, dan apabila di kemudian hari terdapat kekeliruan, akan diadakan perbaikan sebagaimana mestinya.

Ketua STIKes Elisabeth Semarang




Sr. Emrensiana Anu Nono, OSF, MAN

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN	Revisi :-
	KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Halaman : 25



Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

NOMOR PENTING DARURAT KOTA SEMARANG

 DAMKAR (Dinas Pemadam Kebakaran)

113

 IGD RS Elisabeth Semarang

(024) 8310035

 Ambulance Hebat Semarang


1500-132 / 112 / 0821-3975-3077

 BPBD Kota Semarang

(024) 6730212

 PMI Kota Semarang

(024) 3541237


 Polsek Candi (Semarang Selatan)

(024) 8315123

 PLN Kota Semarang

(024) 290123 / (024) 3547651-355

Instruksi kerja (IK) ini merupakan **Dokumen Terkendali** yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi : -
		Halaman : 25

PRAKATA

Puji syukur kami panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas rahmat dan bimbingan-Nya, sehingga Buku Pedoman Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) STIKes Elisabeth Semarang ini dapat diselesaikan dengan baik.

Penyusunan pedoman ini merupakan langkah strategis sekaligus wujud komitmen nyata pimpinan dan seluruh civitas akademika STIKes Elisabeth Semarang dalam menciptakan lingkungan kerja dan belajar yang aman, sehat, dan berkelanjutan.

Sejalan dengan standar akreditasi perguruan tinggi, aspek keselamatan dan kesehatan kerja bukan sekadar pemenuhan regulasi, melainkan fondasi utama dalam menyelenggarakan Tridharma Perguruan Tinggi yang bermutu.

Buku pedoman ini disusun untuk memberikan acuan bagi seluruh dosen, tenaga kependidikan, mahasiswa, serta pihak ketiga di lingkungan kampus dalam:

1. Mengidentifikasi dan memitigasi risiko kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja.
2. Menjamin standar prosedur operasional dalam keadaan darurat (kebakaran, gempa bumi, dan evakuasi medik).
3. Mendorong budaya pelestarian lingkungan melalui pengelolaan limbah dan efisiensi energi di area kampus.

Kami menyadari bahwa keberhasilan implementasi K3 sangat bergantung pada kedisiplinan dan partisipasi aktif seluruh unit kerja. Oleh karena itu, buku ini diharapkan tidak hanya menjadi dokumen administratif sebagai bukti fisik akreditasi, tetapi benar-benar menjadi panduan perilaku keseharian di laboratorium, ruang kelas, maupun area lainnya.


Terima kasih kami ucapkan kepada Tim Penyusun dan seluruh pihak yang telah berkontribusi memberikan masukan konstruktif dalam penyempurnaan dokumen ini. Semoga dedikasi kita dalam menjaga keselamatan dan kesehatan di lingkungan kampus senantiasa diberkati dan membawa manfaat bagi kemajuan STIKes Elisabeth Semarang.

Semarang, September 2020

Ketua STIKes Elisabeth Semarang,

Sr. Emirensianan Anu Nono, OSF.,MAN


Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

DAFTAR ISI


HALAMAN JUDUL	1
SURAT KEPUTUSAN KETUA STIKES	2
PRAKATA	6
DAFTAR ISI	7
BAB I: PENDAHULUAN	10
A. Latar belakang	10
B. Visi dan Misi STIKes Elisabeth Semarang	10
C. Tujuan Pedoman K3	11
D. Landasan Hukum	11
E. Ruang Lingkup (Kampus dan Lahan Praktik)	12
BAB II: SISTEM MANAJEMEN K3 INSTITUSI	13
A. Organisasi dan Tanggung Jawab (Tim K3)	13
B. Identifikasi Bahaya dan Penilaian Risiko (IBPR)	14
C. Prosedur Pelaporan Insiden/Kecelakaan Kerja	14
BAB III: PANDUAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA	16
A. Keselamatan lalu lintas	16
B. Bahaya Kebakaran	18
C. Bahaya Pohon Tumbang	20
D. Bahaya Putting Beliaung	22
E. Bahaya Gempa Bumi	25
F. Bahaya Petir	27
G. Bahaya Banjir	30
H. Bahaya Penggunaan Peralatan Kantor	36
I. Bahaya Penggunaan Peralatan Listrik	40
J. Keselamatan di Ruang Kelas dan Kantor	44

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25


K. Standar Keamanan Laboratorium Keperawatan dan Gizi	45
L. Penggunaan Alat Pelindung Diri (APD) di Lingkungan Kampus	46
M. Pemeliharaan Sarana dan Prasarana Berbasis K3	47
N. Ergonomi Kerja bagi Dosen dan Tenaga Kependidikan	48
O. Pest Control	48
BAB IV: K3 MAHASISWA DI LAHAN PRAKTIK (RS/KLINIK/KOMUNITAS)	51
A. Prosedur Persiapan Mahasiswa Sebelum Praktik (<i>Pre-Clinic</i>)	51
B. Standar Pencegahan Infeksi (<i>Hand Hygiene & APD</i>)	51
C. Penanganan Tertusuk Jarum (<i>Needle Stick Injury</i>) dan Paparan Cairan Tubuh	52
D. Prosedur Keselamatan Transportasi Menuju Lahan Praktik	52
E. Perlindungan Kesehatan Mental Mahasiswa Selama Praktik	53
BAB V: KODE ETIK KESELAMATAN DAN LINGKUNGAN	54
A. Kode Etik Keselamatan Pasien (<i>Patient Safety</i>):	54
B. Kode Etik Mahasiswa dalam Aspek K3	54
C. Tanggung Jawab Pribadi terhadap Alat Kerja dan Lingkungan.	55
D. Etika Pelaporan Kesalahan (<i>No Blame Culture</i>).	55
E. Kode Etik Terhadap Lingkungan	55

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

BAB VI: MANAJEMEN KESEHATAN LINGKUNGAN DAN LIMBAH	57
A. Pengelolaan Limbah Padat Domestik	57
B. Pengelolaan Limbah Medis/B3 (Bahan Berbahaya dan Beracun) di Laboratorium	57
C. Kawasan Tanpa Rokok (KTR)	58
D. Penyediaan Air Bersih dan Sanitasi	58
BAB VII: TANGGAP DARURAT DAN BENCANA	59
A. Prosedur Evakuasi Kebakaran dan Gempa Bumi	59
B. Penggunaan APAR (Alat Pemadam Api Ringan)	59
C. Sistem Peringatan Dini (Alarm dan Jalur Evakuasi)	60
D. Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K)	60
BAB VIII: MONITORING, EVALUASI, DAN AUDIT	61
A. Jadwal Inspeksi K3 Rutin	61
B. Survey Kepuasan Civitas Akademika terhadap Fasilitas K3L	61
C. Tindak Lanjut Hasil Audit Internal	61
BAB IX: PENUTUP	63

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN	Revisi :-
	KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Halaman : 25

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Elisabeth Semarang sebagai institusi pendidikan kesehatan yang berorientasi pada pengembangan *Self Care*, memandang bahwa keselamatan dan kesehatan adalah tanggung jawab fundamental setiap individu. Dalam proses pendidikan, penelitian, dan pengabdian masyarakat, seluruh civitas akademika baik dosen, tenaga kependidikan, maupun mahasiswa selalu berinteraksi dengan berbagai potensi bahaya, baik di lingkungan kampus maupun di lahan praktik.

Potensi bahaya seperti paparan agen infeksius, bahan kimia berbahaya, risiko cedera fisik, hingga stres kerja dapat mengancam kesejahteraan civitas akademika. Oleh karena itu, penerapan Keselamatan, Kesehatan Kerja (K3) bukan sekadar pemenuhan regulasi, melainkan manifestasi dari budaya *Self Care*. Dengan mengutamakan keselamatan diri, mahasiswa dan staf diharapkan mampu memberikan asuhan yang aman bagi pasien dan masyarakat. Pedoman ini juga disusun untuk memenuhi standar pendidikan tinggi yang mewajibkan terciptanya lingkungan akademik yang sehat, aman, dan berkelanjutan.


B. Visi dan Misi STIKes Elisabeth Semarang

Visi: “Pada Tahun 2026 Menjadi Pusat Pendidikan Kesehatan Berorientasi *Self Care* di Tingkat Nasional Yang Mampu Bersaing di Era Global.”

Misi:

1. Menyelenggarakan pendidikan keperawatan yang berorientasi pada pengembangan *self care*.
2. Menyelenggarakan penelitian yang berorientasi pada pengembangan *self care*.
3. Menyelenggarakan pengabdian masyarakat yang berorientasi pada pengembangan *self care*.
4. Meningkatkan kualitas SDM.

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN	Revisi :-
	KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Halaman : 25

5. Meningkatkan kualitas dan kuantitas sarana prasarana.
6. Menjalinkan kerjasama dengan instansi dalam dan luar negeri.
7. Menyelenggarakan kepemimpinan yang efektif dan efisien.

Korelasi K3 dengan Visi & Misi: Implementasi K3 mendukung **Misi ke-4 dan ke-5** dalam menjamin perlindungan SDM dan penyediaan sarana prasarana yang aman, serta menjadi dasar bagi **Misi ke-1, 2, dan 3** agar kegiatan Tridharma dapat terlaksana tanpa kendala insiden/kecelakaan yang dapat menghambat pencapaian target institusi.

C. Tujuan Pedoman K3


1. **Tujuan Umum:** Menciptakan budaya K3 yang terintegrasi dengan filosofi *Self Care* guna menjamin keamanan seluruh civitas akademika dalam menjalankan aktivitas pendidikan dan pekerjaan.
2. **Tujuan Khusus:**
 - a. Melindungi mahasiswa, dosen, dan tenaga kependidikan dari risiko kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja (PAK).
 - b. Memberikan panduan teknis keselamatan bagi mahasiswa saat menempuh praktik klinik di lahan praktik.
 - c. Mengatur standarisasi keamanan laboratorium dan fasilitas fisik kampus sesuai standar akreditasi.
 - d. Menjadi dasar bagi pimpinan dalam mengambil kebijakan terkait mitigasi risiko dan tanggap darurat.

D. Landasan Hukum

Penyusunan pedoman ini didasarkan pada:

1. Undang-Undang No. 1 Tahun 1970 tentang Keselamatan Kerja.
2. Undang-Undang No. 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan.
3. Undang-Undang No. 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi.
4. Peraturan Pemerintah No. 50 Tahun 2012 tentang Sistem Manajemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja (SMK3).

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

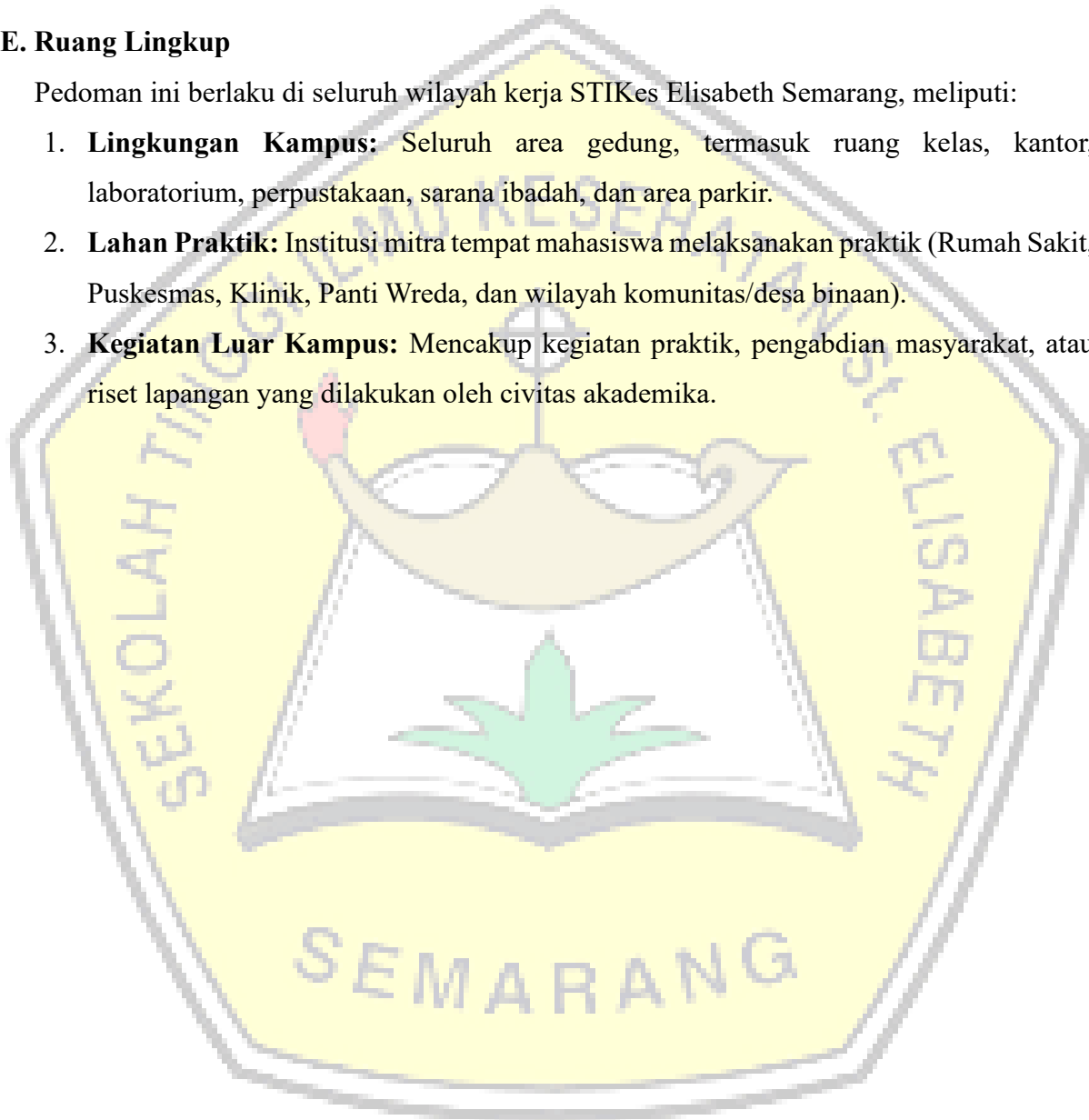
	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

5. Peraturan Menteri Kesehatan No. 66 Tahun 2016 tentang K3 Rumah Sakit.
6. Peraturan Menteri Pendidikan dan Kebudayaan Nomor 3 Tahun 2020 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi


E. Ruang Lingkup

Pedoman ini berlaku di seluruh wilayah kerja STIKes Elisabeth Semarang, meliputi:

1. **Lingkungan Kampus:** Seluruh area gedung, termasuk ruang kelas, kantor, laboratorium, perpustakaan, sarana ibadah, dan area parkir.
2. **Lahan Praktik:** Institusi mitra tempat mahasiswa melaksanakan praktik (Rumah Sakit, Puskesmas, Klinik, Panti Wreda, dan wilayah komunitas/desa binaan).
3. **Kegiatan Luar Kampus:** Mencakup kegiatan praktik, pengabdian masyarakat, atau riset lapangan yang dilakukan oleh civitas akademika.



Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

BAB II

SISTEM MANAJEMEN K3 INSTITUSI

A. Organisasi dan Tanggung Jawab (Tim K3)

Untuk menjamin implementasi K3 berjalan secara efektif dan berkelanjutan, STIKes Elisabeth Semarang membentuk Tim Unit Keselamatan, kesehatan Kerja dan Keselamatan Pasien (K3KP) Institusi yang ditetapkan melalui Surat Keputusan (SK) Ketua STIKes.

1. Struktur Organisasi Tim K3KP:

- a. **Pelindung:** Ketua STIKes Elisabeth Semarang.
- b. **Divisi K3 Lingkungan dan Kampus**
- c. **Divisi Keselamatan Pasien & Mahasiswa**

2. Tanggung Jawab Tim K3KP :


- a. Menyusun dan mengevaluasi kebijakan serta prosedur K3 secara berkala.
- b. Melakukan sosialisasi budaya K3 kepada dosen, staf, dan mahasiswa.
- c. Melakukan inspeksi rutin terhadap fasilitas kampus dan kesiapan APD mahasiswa.
- d. Menindaklanjuti setiap laporan kecelakaan atau insiden kerja.



Keterangan:

- **Helm Merah** : Petugas Pengendali Api dan penggunaan APAR (Alat Pemadam Api Ringan)
- **Helm Kuning** : Tim Evakuasi dan Pengamanan Pasien

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN	Revisi :-
	KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Halaman : 25

- **Helm Putih** : Tim Penyelamatan Dokumen dan Fasilitas Kantor
- **Helm Biru** : Tim Komunikasi, Informasi, dan Bantuan Hidup Dasar (BHD)

Standarisasi warna helm ini bertujuan untuk memudahkan identifikasi peran dan tanggung jawab setiap personel dalam situasi tanggap darurat kecelakaan kerja atau bencana di lingkungan kerja.

B. Identifikasi Bahaya dan Penilaian Risiko (IBPR)

Institusi melakukan pemetaan risiko secara periodik untuk mencegah kecelakaan sebelum terjadi. Proses IBPR dilakukan pada setiap unit kerja, terutama di Laboratorium dan Lahan Praktik.

1. Identifikasi Bahaya:

- Bahaya Biologi:** Paparan virus, bakteri, dan jarum suntik bekas di laboratorium atau RS.
- Bahaya Kimia:** Paparan reagen atau bahan pembersih di lab dan area sanitasi.
- Bahaya Fisik:** Lantai licin, kabel yang terkelupas, pencahayaan kurang, dan risiko kebakaran.
- Bahaya Ergonomi:** Posisi duduk dosen/staf yang tidak tepat atau teknik mengangkat pasien oleh mahasiswa yang salah.
- Bahaya Psikososial:** Stres akademik atau beban kerja tinggi di lahan praktik.

- Penilaian Risiko:** Setiap bahaya dinilai berdasarkan *Probabilitas* (kemungkinan terjadi) dan *Severity* (tingkat keparahan dampak). Hasil penilaian ini digunakan untuk menentukan prioritas perbaikan sarana atau prosedur.


C. Prosedur Pelaporan Insiden/Kecelakaan Kerja

STIKes Elisabeth Semarang menerapkan sistem pelaporan yang transparan dan tidak menyalahkan (*No Blame Culture*) untuk mendorong keterbukaan.

1. Jenis Kejadian yang Wajib Dilaporkan:

- Kecelakaan Kerja:** Kejadian yang menimbulkan cedera (misal: tertusuk jarum, jatuh).


Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi : -
		Halaman : 25

- b. **Penyakit Akibat Kerja (PAK):** Gangguan kesehatan akibat lingkungan kerja/praktik.
- c. **Kejadian Nyaris Celaka (Near Miss):** Kejadian yang hampir menimbulkan cedera (misal: terpeleset namun tidak jatuh).

2. Alur Pelaporan:

- a. Tahap 1 (Pertolongan Pertama): Korban segera mendapatkan penanganan medis di tempat kejadian atau dibawa ke unit kesehatan terdekat (IGD).
- b. Tahap 2 (Pelaporan): Korban atau saksi melapor kepada Atasan Langsung (Dosen Pembimbing Lapangan jika di RS) maksimal 1x24 jam.
- c. Tahap 3 (Investigasi): Tim K3KP melakukan investigasi untuk mencari akar penyebab masalah (*Root Cause Analysis*).
- d. Tahap 4 (Rekomendasi): Tim K3KP memberikan rekomendasi perbaikan agar kejadian tidak terulang kembali.
- e. Tahap 5 (Dokumentasi): Seluruh laporan diarsipkan sebagai bukti tindak lanjut manajemen yang menjadi poin penting dalam penilaian akreditasi.

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN	Revisi : -
	KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Halaman : 25

BAB III

PANDUAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA

A. Keselamatan Lalu Lintas

Penggunaan kendaraan bermotor (baik roda 2 maupun roda 4) merupakan aktivitas rutin yang dilakukan oleh seluruh civitas akademika STIKes Elisabeth Semarang dalam mobilitas dari rumah menuju kampus, lahan praktik, atau lokasi pengabdian masyarakat. Sejalan dengan visi STIKes Elisabeth yang mengedepankan nilai-nilai kemanusiaan dan semangat *Self Care*, setiap individu wajib memastikan keselamatan dirinya dan orang lain di jalan raya dengan mengikuti panduan berikut:

1. Persiapan Kendaraan


Sebelum memulai perjalanan, pastikan kendaraan dalam kondisi layak jalan untuk meminimalkan risiko kecelakaan akibat kegagalan teknis:

- a. Sistem Pengereman: Periksa kondisi rem secara seksama agar berfungsi optimal.
- b. Sistem Pencahayaan: Pastikan lampu utama, lampu sein (isyarat), dan lampu rem berfungsi dengan baik, terutama untuk perjalanan malam hari atau cuaca mendung.
- c. Kondisi Ban: Periksa tekanan angin dan kelayakan alur ban (tidak gundul) untuk menjaga daya cengkeram di jalan.
- d. Kondisi Mesin & Cairan: Periksa kondisi mesin secara rutin, pastikan level oli dan air radiator (untuk kendaraan roda 4) dalam batas aman.

2. Persiapan Diri dan Peralatan Pendukung

Keselamatan berkendara dimulai dari kesiapan fisik dan mental pengendara:

- a. Kebugaran Fisik: Pastikan kondisi kesehatan dalam keadaan baik. Sangat dilarang mengemudi dalam kondisi mengantuk atau di bawah pengaruh obat-obatan yang menyebabkan kantuk.
- b. Alat Pelindung Diri (APD) Berkendara:
 - 1) Pengendara Motor: Wajib menggunakan helm standar (SNI), jaket, sepatu tertutup, dan menyiapkan jas hujan.

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN	Revisi :-
	KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Halaman : 25

- 2) Pengendara Mobil: Wajib menggunakan sabuk pengaman (*seat belt*) selama perjalanan.
- 3) Budaya Keselamatan: Pastikan terdengar bunyi "KLIK" saat mengunci helm maupun sabuk pengaman sebagai tanda pengamanan telah terpasang dengan sempurna.



GAMBAR 1
Cara Menggunakan helm yang benar


- 4) Aspek Spiritual: Selalu mengawali dan mengakhiri perjalanan dengan doa, memohon perlindungan Tuhan agar selamat sampai tujuan.

3. Tindakan dalam Kasus Kecelakaan

Jika terjadi kecelakaan di lingkungan kampus atau melibatkan civitas akademika saat bertugas, maka langkah yang harus diambil adalah:

- a. Pertolongan Pertama: Segera berikan pertolongan pertama kepada korban dengan tetap memperhatikan prinsip keselamatan diri (Gunakan sarung tangan jika tersedia untuk menghindari paparan cairan tubuh).
- b. Evakuasi Aman: Pindahkan korban dan kendaraan ke tepi jalan jika kondisi memungkinkan agar tidak mengganggu arus lalu lintas dan mencegah kecelakaan susulan.
- c. Penanganan Medis: Jika korban mengalami luka serius, segera bawa ke Unit Gawat Darurat (UGD) rumah sakit terdekat.

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN	Revisi :-
	KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Halaman : 25

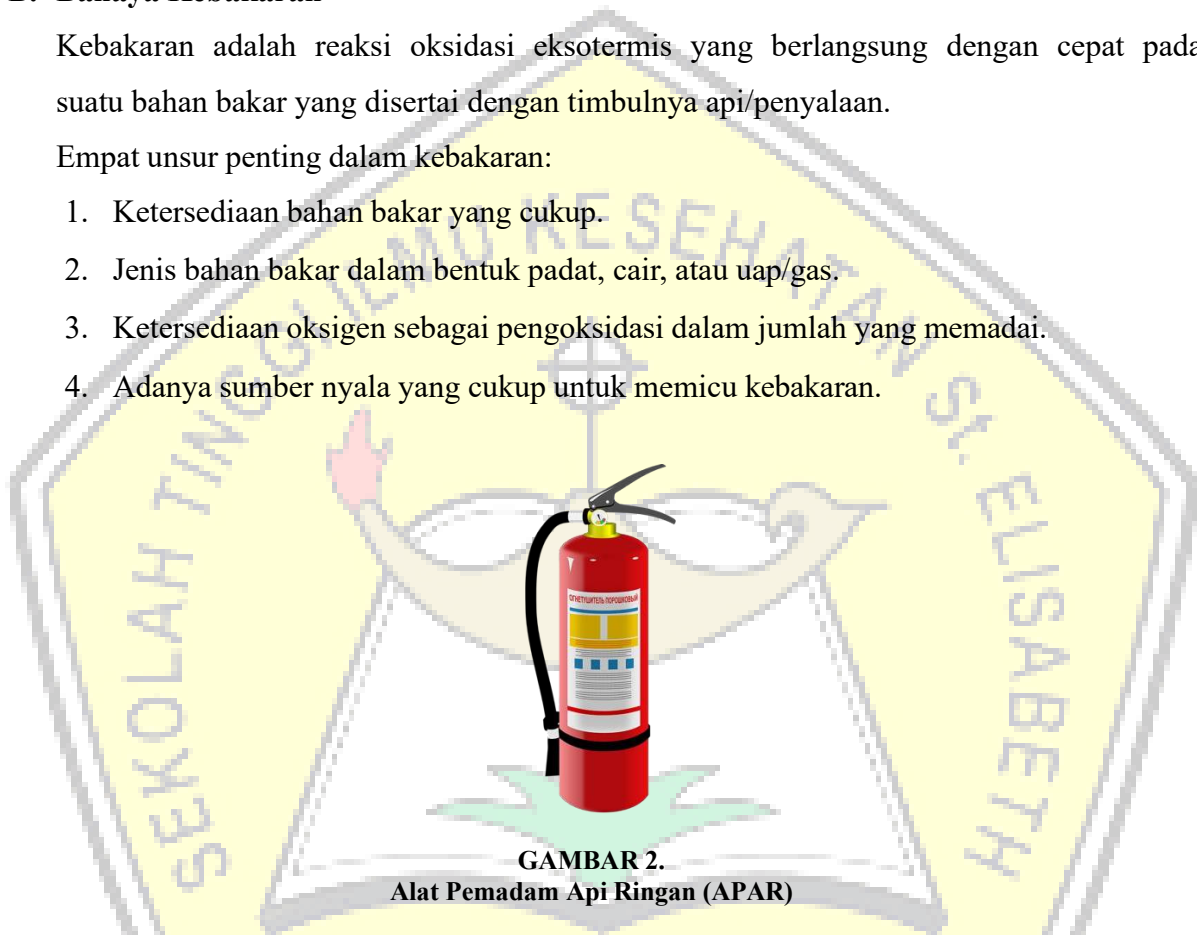
- d. Pelaporan: Segera laporkan kejadian kepada Petugas K3KL STIKes Elisabeth Semarang atau pihak kepolisian terdekat untuk pendokumentasian dan tindak lanjut.

B. Bahaya Kebakaran

Kebakaran adalah reaksi oksidasi eksotermis yang berlangsung dengan cepat pada suatu bahan bakar yang disertai dengan timbulnya api/penyalaan.

Empat unsur penting dalam kebakaran:

1. Ketersediaan bahan bakar yang cukup.
2. Jenis bahan bakar dalam bentuk padat, cair, atau uap/gas.
3. Ketersediaan oksigen sebagai pengoksidasi dalam jumlah yang memadai.
4. Adanya sumber nyala yang cukup untuk memicu kebakaran.




GAMBAR 2.
Alat Pemadam Api Ringan (APAR)

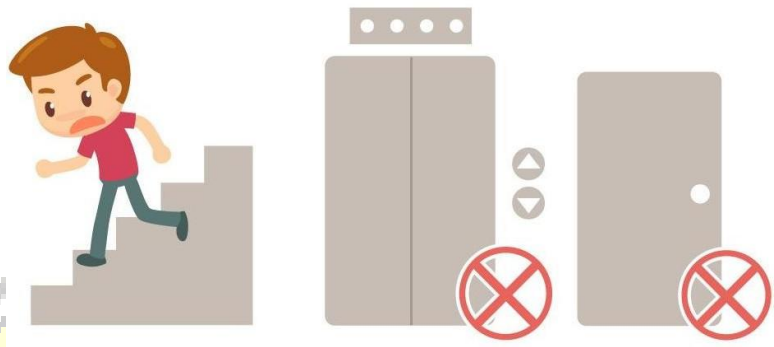
Panduan keselamatan ketika terjadi kebakaran :

- a) Tetap tenang, selalu berdoa, dan jangan panik.
- b) Segera lakukan pemadaman sebelum api berkembang dengan menggunakan Alat Pemadam Api Ringan (APAR), seperti yang ditunjukkan pada Gambar 2.
- c) Instruksikan kepada seluruh anggota keluarga atau teman untuk segera keluar dari area kebakaran dan menyelamatkan diri.
- d) Matikan panel listrik di gedung atau lokasi kebakaran.
- e) Berkumpul di titik yang telah ditentukan sebagai Titik Kumpul / *Assembly Point*.

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

- f) Jika api telah berkembang, segera hubungi petugas pemadam kebakaran atau petugas K3KL



GAMBAR 3.

JANGAN gunakan lift/elevator saat terjadi gempa atau bencana.

Saat terjadi gempa bumi atau kebakaran, **JANGAN** pernah menggunakan elevator atau lift, **GUNAKAN TANGGA**. Alasan mengapa Anda tidak boleh menggunakan lift/elevator saat kondisi darurat:

- Gempa bisa menyebabkan kerusakan lebih lanjut yang membuat lift/elevator tidak berfungsi.
- Apabila terjadi kebakaran, listrik di gedung akan dimatikan sehingga lift/elevator juga tidak akan beroperasi.

JANGAN PANIK jika Anda sudah berada dalam lift/elevator. Tekan tombol panggilan darurat atau buat bunyi keras agar tim penyelamat atau orang lain mendengar suara Anda dan mengetahui posisi Anda.


Kondisi Darurat/Bencana

Jika Anda mendengar alarm darurat berbunyi.....

JANGAN PANIK!!

- Perhatikan tanda EXIT/KELUAR dan segera menuju tempat berkumpul di lapangan, yaitu di Titik Kumpul atau Assembly Point.
- Tinggalkan pekerjaan Anda dalam kondisi yang aman, hindari tindakan yang dapat

Instruksi kerja (IK) ini merupakan **Dokumen Terkendali** yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

memperburuk situasi.

- c) Jangan menghalangi akses jalan menuju area penyelamatan, Alat Pemadam Api Ringan (APAR), dan hidran.
- d) Pastikan Anda tahu di mana lokasi alat-alat pemadam kebakaran dan bagaimana cara menggunakannya.
- e) Hindari mendorong-mendorong rekan saat menuju Titik Kumpul/*Assembly Point*.




GAMBAR 4.
Papan tanda Titik Kumpul/*Assembly Point*

C. Bahaya Pohon Tumbang

Pohon tumbang merupakan kondisi di mana pohon, baik berukuran besar maupun kecil, jatuh atau roboh dari posisi semula. Kejadian ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor, seperti angin kencang, hujan lebat, kelemahan struktural pada batang atau akar pohon, serta kondisi tanah yang tidak stabil. Pohon tumbang berpotensi menimbulkan bahaya serius, termasuk kerusakan properti, hambatan akses jalan, dan ancaman terhadap keselamatan jiwa.

Oleh karena itu, diperlukan langkah-langkah pencegahan dan prosedur tanggap darurat yang efektif untuk meminimalisasi risiko dan menjaga keselamatan sivitas akademika STIKes Elisabeth Semarang :

1. **Kesadaran dan Kewaspadaan** Seluruh sivitas akademika diharapkan meningkatkan kesadaran dan kewaspadaan terhadap kondisi lingkungan sekitar, khususnya ketika beraktivitas di area kampus yang memiliki vegetasi pohon.

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

2. Pemantauan Lingkungan Perhatikan tanda-tanda potensi bahaya pohon tumbang, seperti:

- a. Batang pohon yang rapuh atau berlubang
- b. Cabang pohon yang patah atau kering
- c. Sistem perakaran yang terlihat rusak atau tidak stabil
- d. Kemiringan batang pohon yang tidak normal



GAMBAR 5.

Area Kampus yang Memerlukan Kewaspadaan Terhadap Potensi Bahaya Pohon Tumbang


3. **Sistem Pelaporan** Segera laporkan kepada Unit K3 atau petugas keamanan STIKes Elisabeth Semarang apabila menemukan pohon yang berpotensi membahayakan keselamatan.
4. **Penandaan dan Pembatasan Akses** Pohon yang teridentifikasi berpotensi berbahaya harus segera diberi tanda peringatan dan dilakukan pembatasan akses untuk mencegah pendekatan ke area tersebut.

Prosedur Tanggap Darurat Saat Terjadi Pohon Tumbang

Apabila terjadi insiden pohon tumbang di lingkungan STIKes Elisabeth Semarang, ikuti prosedur berikut:

- a. **Tetap Tenang:** Pertahankan ketenangan dan hindari kepanikan.

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

- b. **Evakuasi Diri:** Segera jauhi area sekitar pohon yang tumbang dengan hati-hati dan cepat.
- c. **Lindungi Diri:** Apabila tidak memungkinkan untuk menjauh, berlindunglah di bawah struktur yang kokoh atau posisikan tubuh dengan berjongkok dan lindungi kepala.
- d. **Hindari Kendaraan:** Jangan tetap berada di dalam kendaraan apabila pohon tumbang menimpa atau di sekitarnya. Segera keluar dan cari tempat aman.
- e. **Aktivasi Sistem Tanggap Darurat:** Segera hubungi Unit K3, petugas keamanan, atau nomor darurat STIKes Elisabeth Semarang.
- f. **Peringatan kepada Orang Lain:** Apabila melihat orang lain berada dalam zona bahaya, segera berikan peringatan dan arahkan untuk menjauh.
- g. **Koordinasi dengan Petugas:** Setelah melaporkan insiden, tunggu kedatangan petugas untuk evaluasi dan penanganan lebih lanjut.


Seluruh sivitas akademika STIKes Elisabeth Semarang wajib mengikuti pelatihan dan sosialisasi K3 secara berkala, termasuk prosedur tanggap darurat terkait bahaya pohon tumbang. STIKes Elisabeth Semarang berkomitmen untuk melakukan pemeriksaan berkala terhadap kondisi vegetasi pohon di area kampus serta melaksanakan pemeliharaan rutin guna mencegah potensi bahaya.

Dengan mematuhi panduan dan prosedur keselamatan ini, diharapkan dapat tercipta lingkungan belajar dan bekerja yang aman serta terlindungi bagi seluruh sivitas akademika STIKes Elisabeth Semarang dari risiko bahaya pohon tumbang.

D. Bahaya Puting Beliung

Puting beliung merupakan fenomena cuaca ekstrem yang ditandai dengan angin berputar secara vertikal membentuk kolom udara, sering kali tampak seperti corong atau belalai yang menjulur dari awan gelap. Fenomena ini umumnya disertai hujan lebat, kilat/petir, serta angin kencang yang dapat menimbulkan dampak destruktif, seperti kerusakan infrastruktur, tumbangnya pohon, dan ancaman serius terhadap keselamatan jiwa. Oleh karena itu, diperlukan kesiapsiagaan, mitigasi risiko, dan prosedur tanggap darurat yang terstruktur di lingkungan STIKes Elisabeth Semarang.

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25



GAMBAR 6.

Ilustrasi Evakuasi dan Penanganan Dini Saat Terjadi Puting Beliung di Lingkungan Kampus
Panduan dan Prosedur Keselamatan yang berkaitan dengan Puting beliung antara lain:

1. Pemantauan dan Kesadaran Cuaca

Seluruh sivitas akademika diharapkan secara aktif memantau informasi prakiraan cuaca melalui sumber resmi (BMKG, aplikasi terverifikasi, atau pengumuman institusi), terutama pada musim peralihan atau kondisi cuaca tidak stabil.

2. Respons terhadap Peringatan Dini

Apabila terdapat peringatan dini atau indikasi potensi puting beliung, segera tingkatkan kewaspadaan, siapkan jalur evakuasi, dan ikuti arahan dari Unit K3 atau tim tanggap darurat STIKes Elisabeth Semarang.

3. Identifikasi Lokasi Shelter/Area Aman


Kenali lokasi titik kumpul atau ruang perlindungan yang telah ditetapkan oleh institusi. Saat peringatan berbunyi, segera menuju lokasi tersebut dengan tertib dan cepat.

4. Protokol Berlindung di Dalam Gedung

Jika berada di dalam bangunan, segera menuju ruang interior yang tidak memiliki jendela, seperti lorong tengah, toilet, atau ruang tanpa bukaan besar. Lindungi kepala dan tubuh dengan posisi merunduk.

5. Jauhi Area Kaca dan Bukaan

Hindari berdiri di dekat jendela, pintu kaca, atau dinding tipis yang berpotensi pecah akibat tekanan angin atau puing terbang.

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

6. Larangan Beraktivitas di Area Terbuka

Dilarang keras berada di lapangan terbuka, halaman kampus, atau area tanpa peneduh saat puting beliung terjadi. Angin kencang dapat membawa puing berbahaya dan menyebabkan cedera serius.

7. Penghentian Penggunaan Kendaraan

Segera hentikan perjalanan jika sedang mengemudikan kendaraan. Keluar dari kendaraan (jika kondisi aman) atau tetap di dalam dengan posisi serendah mungkin, lindungi kepala, dan jauhi kaca. Jangan mencoba melawan arah angin atau parkir di bawah pohon/struktur rapuh.

8. Kepatuhan terhadap Instruksi Petugas

Tetap tenang, hindari kepanikan, dan patuhi seluruh instruksi dari petugas keamanan, Unit K3, atau tim penanganan darurat kampus.

9. Pelaporan dan Koordinasi Darurat

Setelah kondisi memungkinkan, segera laporkan kondisi diri, korban, atau kerusakan fasilitas kepada pos komando darurat STIKes Elisabeth Semarang untuk penanganan dan pendataan lebih lanjut.


10. Pasca-Kejadian dan Penanganan Sisa Risiko

Setelah puting beliung mereda, tetap waspada terhadap bahaya sekunder seperti kabel listrik putus, struktur bangunan rusak, genangan air, atau pohon tumbang. Jangan menyentuh kabel listrik yang jatuh dan hindari area yang belum dinyatakan aman oleh petugas berwenang.

11. Pelatihan dan Simulasi Rutin

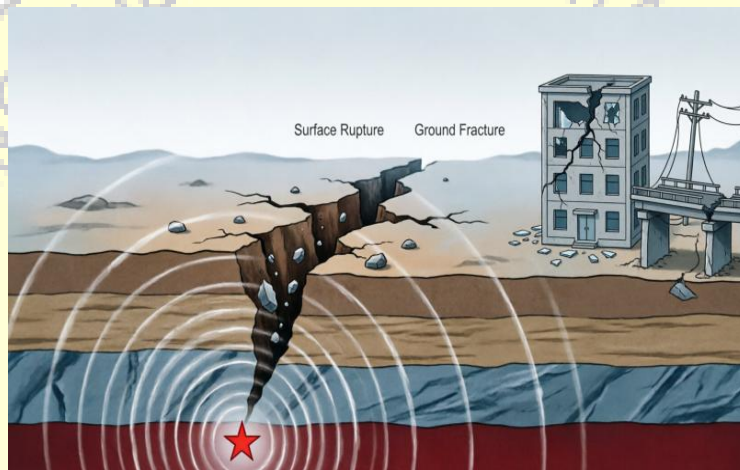
STIKes Elisabeth Semarang mewajibkan seluruh sivitas akademika mengikuti pelatihan K3 dan simulasi tanggap darurat cuaca ekstrem secara berkala guna meningkatkan kesiapsiagaan, pemahaman prosedur, dan refleksi penanganan insiden.

Dengan mematuhi panduan dan prosedur keselamatan ini, diharapkan seluruh sivitas akademika STIKes Elisabeth Semarang dapat meminimalisasi risiko, melindungi diri dan lingkungan kampus, serta merespons secara tepat dan terkoordinasi saat menghadapi potensi puting beliung atau cuaca ekstrem lainnya.

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

E. Bahaya Gempa Bumi

Gempa bumi merupakan getaran atau guncangan pada permukaan bumi yang disebabkan oleh pelepasan energi secara tiba-tiba dari dalam kerak bumi. Fenomena ini umumnya dipicu oleh pergerakan lempeng tektonik, aktivitas vulkanik, atau proses geologis lainnya. Gempabumi dapat bervariasi dalam skala kekuatan dan berpotensi menimbulkan kerusakan infrastruktur, gangguan fasilitas kampus, serta mengancam keselamatan jiwa. Oleh karena itu, STIKes Elisabeth Semarang menerapkan protokol kesiapsiagaan dan tanggap darurat gempabumi sebagai bagian integral dari Sistem Manajemen Keselamatan dan Kesehatan Kerja (SMK3).



GAMBAR 7.

Ilustrasi Fenomena Gempabumi dan Dampaknya pada Permukaan Bumi

Panduan dan Prosedur Keselamatan Tanggap Darurat Gempabumi meliputi :

1. Sosialisasi dan Kesiapsiagaan


Seluruh sivitas akademika wajib mengikuti sosialisasi dan pelatihan prosedur tanggap darurat gempabumi secara berkala. Pemahaman tentang langkah mitigasi, jalur evakuasi, dan titik kumpul (*assembly point*) menjadi dasar kesiapsiagaan institusi.

2. Sistem Informasi dan Peringatan

Kenali sumber informasi resmi dan mekanisme peringatan dini yang berlaku di lingkungan kampus. Apabila terdapat indikasi atau peringatan gempabumi, segera ikuti instruksi dari Unit K3 atau petugas berwenang.

3. Rencana Komunikasi dan Titik Kumpul

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

Koordinasikan dengan rekan kerja, dosen, mahasiswa, atau keluarga yang berada di lingkungan kampus mengenai prosedur darurat. Pastikan seluruh pihak mengetahui lokasi titik kumpul yang telah ditetapkan oleh STIKes Elisabeth Semarang.

4. Tindakan Saat Gempabumi Terjadi

- a. Tetap tenang dan hindari kepanikan. Lindungi kepala dan leher dengan kedua tangan.
- b. Jika berada di dalam gedung, jangan langsung berlari ke luar. Lakukan protokol *Drop, Cover, and Hold On* dengan berlindung di bawah meja atau furnitur yang kokoh.




GAMBAR 8.

Protokol Berlindung di Bawah Meja/Furnitur Kokoh Saat Terjadi Gempabumi

- c. Jauhi jendela, kaca, cermin, lemari tinggi, serta benda berat yang berpotensi jatuh atau pecah.
- d. Jika berada di luar gedung, segera menjauh dari bangunan, tiang utilitas, pohon, dan struktur yang berpotensi roboh. Berdiri di area terbuka yang aman.
- e. Jika sedang mengendarai kendaraan, hentikan laju kendaraan di tempat aman, tetap di dalam kendaraan, dan hindari area di bawah jembatan, *overpass*, atau gedung tinggi.
- f. Setelah guncangan berhenti, segera periksa kondisi diri dan orang sekitar. Berikan pertolongan pertama dasar apabila diperlukan dan aman untuk dilakukan.

5. Prosedur Evakuasi Pasca gempa bumi

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

- a. Apabila struktur bangunan mengalami kerusakan atau terdapat ancaman lanjutan, lakukan evakuasi mengikuti jalur yang telah ditetapkan.
- b. Selama evakuasi, hindari area rawan longsor, reruntuhan, kabel listrik terbuka, atau kebocoran gas.

6. Pelaporan dan Koordinasi Bantuan

- a. Segera laporkan kondisi lokasi, korban, atau kerusakan fasilitas kepada pos komando darurat STIKes Elisabeth Semarang.
- b. Berikan bantuan kepada individu yang membutuhkan hanya apabila tidak membahayakan diri sendiri dan sesuai dengan kompetensi yang dimiliki.

7. Kewaspadaan terhadap Gempa Susulan

Tetap waspada terhadap potensi gempa susulan (*aftershock*). Lakukan kembali protokol keselamatan apabila terjadi guncangan lanjutan hingga kondisi dinyatakan aman oleh petugas berwenang.


8. Pelatihan dan Simulasi Rutin

STIKes Elisabeth Semarang mewajibkan seluruh sivitas akademika mengikuti pelatihan K3 dan simulasi tanggap darurat gempa bumi secara periodik guna memastikan kesiapan respons, keakuratan alur evakuasi, dan efektivitas koordinasi antarunit.

Dengan menerapkan panduan dan prosedur keselamatan ini, STIKes Elisabeth Semarang berkomitmen menciptakan lingkungan akademik dan klinis yang aman, tanggap, serta terlindungi dari risiko gempabumi. Kesiapsiagaan kolektif, kepatuhan terhadap protokol institusi, dan pemutakhiran prosedur secara berkala merupakan kunci utama dalam meminimalisasi dampak bencana dan menyelamatkan jiwa.

F. Bahaya Petir

Petir merupakan fenomena alam berupa pelepasan muatan listrik statis di atmosfer yang terjadi secara tiba-tiba, menghasilkan cahaya sangat terang (kilat) dan gelombang kejut suara (guntur). Bahaya petir dapat muncul ketika sambaran terjadi di dekat atau

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi : -
		Halaman : 25

langsung mengenai manusia, bangunan, atau infrastruktur, dengan potensi risiko serius seperti kebakaran, kerusakan peralatan elektronik, cedera berat, hingga kematian. Oleh karena itu, STIKes Elisabeth Semarang menerapkan protokol kesiapsiagaan dan tanggap darurat terkait bahaya petir sebagai bagian dari Sistem Keselamatan dan Kesehatan Kerja.



GAMBAR 9.

Ilustrasi Fenomena Petir dan Potensi Bahayanya di Lingkungan Kampus

Panduan dan Prosedur Keselamatan Tanggap Darurat Bahaya Petir antara lain :

1. Pemantauan Cuaca Secara Aktif


Seluruh sivitas akademika diharapkan memantau informasi prakiraan cuaca dan peringatan dini melalui sumber resmi (BMKG, aplikasi terverifikasi, atau pengumuman institusi), terutama pada musim hujan atau kondisi cuaca tidak stabil.

2. Respons Terhadap Peringatan Dini

Apabila terdapat peringatan potensi badai petir atau teramati tanda-tanda awal (kilat/guntur), segera tingkatkan kewaspadaan dan ikuti arahan dari Unit K3 atau petugas tanggap darurat STIKes Elisabeth Semarang.

3. Segera Cari Perlindungan

- a. Jauhi area terbuka, lapangan, atau tempat tinggi yang berpotensi menjadi sasaran sambaran petir.
- b. Hindari berdiri di bawah pohon, tiang listrik, menara, atau struktur logam lainnya.
- c. Segera masuk ke dalam bangunan permanen yang memiliki sistem penangkal petir atau ke dalam kendaraan tertutup dengan atap logam.

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

4. Protokol Keselamatan di Dalam Gedung

- a. Hindari penggunaan peralatan elektronik yang terhubung ke jaringan listrik (komputer, charger, peralatan medis portabel) selama badai petir berlangsung.
- b. Jangan menggunakan telepon kabel; gunakan telepon seluler atau perangkat nirkabel jika diperlukan.
- c. Tunda aktivitas mandi, mencuci tangan dengan air mengalir, atau kontak dengan instalasi pipa logam, karena air dan logam dapat menghantarkan arus petir.



GAMBAR 10.

Hindari Penggunaan Peralatan Listrik dan Kontak dengan Air Saat Terjadi Petir

5. Hindari Kontak dengan Air dan Area Basah

Jangan berenang, berada di tepi kolam, atau melakukan aktivitas di area terbuka yang basah selama badai petir. Air merupakan konduktor listrik yang efektif dan dapat meningkatkan risiko cedera akibat sambaran tidak langsung.


6. Keselamatan di Dalam Kendaraan

- a. Jika berada di dalam kendaraan, tetap di dalam dengan jendela tertutup rapat.
- b. Hindari kendaraan terbuka (seperti mobil golf, sepeda motor, atau *convertible*) karena tidak memberikan perlindungan optimal terhadap sambaran petir.
- c. Parkir kendaraan di area aman, jauh dari pohon tinggi atau struktur yang berpotensi roboh.

7. Waktu Tunggu Pasca-Badai

Tunggu minimal 30 menit setelah suara guntur terakhir terdengar sebelum meninggalkan tempat perlindungan. Petir dapat menyambar kembali meskipun hujan telah reda.

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

8. Kewaspadaan Berkelanjutan

Terus pantau perkembangan cuaca setelah badai berlalu. Waspadaai potensi badai susulan atau perubahan kondisi cuaca yang dapat memunculkan kembali aktivitas petir.


9. Pelatihan dan Sosialisasi Rutin

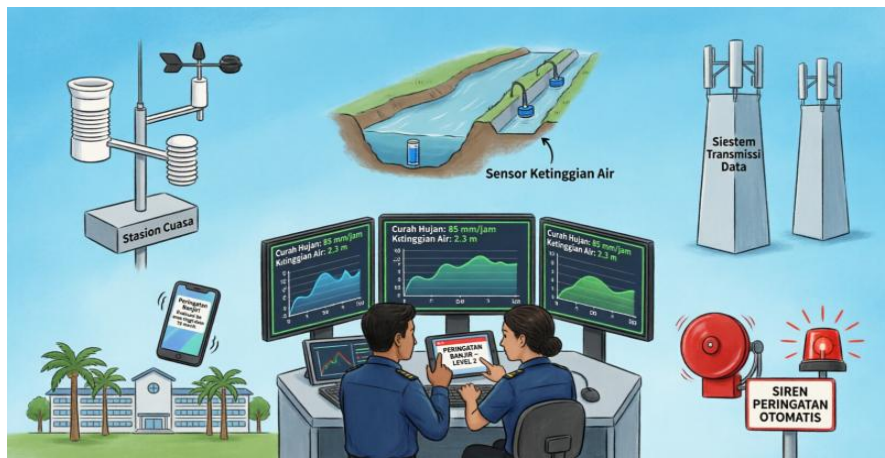
STIKes Elisabeth Semarang mewajibkan seluruh sivitas akademika mengikuti pelatihan K3 dan sosialisasi prosedur tanggap darurat cuaca ekstrem, termasuk bahaya petir, secara berkala guna meningkatkan kesiapsiagaan dan respons yang tepat.

Dengan mematuhi panduan dan prosedur keselamatan ini, sivitas akademika STIKes Elisabeth Semarang dapat meminimalisasi risiko cedera atau kerugian akibat bahaya petir. Kesiapsiagaan individu, kepatuhan terhadap protokol institusi, dan koordinasi yang efektif antarunit merupakan kunci utama dalam menciptakan lingkungan kampus yang aman dan tangguh menghadapi fenomena cuaca ekstrem.

G. Bahaya Banjir

Banjir merupakan kondisi darurat yang terjadi ketika air meluap dari sumbernya (sungai, danau, saluran drainase, atau laut) dan menggenangi area yang kering. Fenomena ini dapat disebabkan oleh curah hujan tinggi, meluapnya aliran sungai, pasang surut laut (rob), buruknya sistem drainase, atau kombinasi faktor alam dan antropogenik. Banjir berpotensi menimbulkan kerusakan infrastruktur kampus, gangguan aktivitas akademik dan pelayanan kesehatan, kerusakan peralatan dan dokumen penting, serta ancaman terhadap keselamatan dan kesehatan sivitas akademika. Oleh karena itu, STIKes Elisabeth Semarang menerapkan protokol kesiapsiagaan dan tanggap darurat banjir sebagai bagian integral dari Sistem Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3).

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
<p style="text-align: center;">PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)</p>		Revisi :-
		Halaman : 25



GAMBAR 11.
Ilustrasi Sistem Pemantauan Cuaca dan Peringatan Dini Banjir


Panduan dan Prosedur Keselamatan Tanggap Darurat Bahaya Banjir antara lain :

1. Edukasi dan Kesiapsiagaan

Seluruh sivitas akademika wajib memiliki pemahaman komprehensif tentang bahaya banjir, indikator peringatan dini, jalur evakuasi, dan prosedur tanggap darurat yang berlaku di lingkungan STIKes Elisabeth Semarang melalui pelatihan dan sosialisasi berkala.

2. Pemantauan Informasi Cuaca dan Banjir

Pantau secara aktif informasi prakiraan cuaca, peringatan dini banjir, dan status siaga bencana melalui sumber resmi (BMKG, Badan Penanggulangan Bencana Daerah/BPBD, aplikasi terverifikasi, atau pengumuman institusi), terutama pada musim hujan atau kondisi cuaca ekstrem.

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Tahun : 2020 Revisi : - Halaman : 25



GAMBAR 12.

Pentingnya Memantau Informasi Cuaca dan Peringatan Banjir dari Sumber Terpercaya

3. Kesiapan Paket Darurat Bencana

Siapkan *emergency kit* atau tas siaga bencana yang dapat diakses dengan cepat, berisi:

- Air minum dan makanan minimal untuk 3 hari
- Pakaian ganti dan selimut
- Senter, baterai cadangan, dan radio portable
- Alat komunikasi (telepon seluler) dengan daya penuh dan power bank
- Kotak P3K dan obat-obatan pribadi esensial
- Dokumen penting (KTP, kartu identitas kampus, asuransi) dalam kantong kedap air
- Uang tunai dalam pecahan kecil


4. Pemantauan Debit dan Tinggi Muka Air

Apabila menerima peringatan dini atau mengamati peningkatan signifikan tinggi muka air sungai, saluran drainase, atau genangan di sekitar kampus, segera laporkan kepada Unit K3 dan lakukan tindakan pencegahan sesuai protokol yang berlaku.

5. Evakuasi Preventif dan Dini

- Jika berada di area berpotensi tergenang, segera evakuasi diri ke lokasi yang lebih tinggi atau aman sesuai petunjuk petugas.
- Ikuti jalur evakuasi yang telah ditetapkan dan menuju titik kumpul (*assembly point*) yang ditentukan oleh STIKes Elisabeth Semarang.

Instruksi kerja (IK) ini merupakan **Dokumen Terkendali** yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

- c. Prioritaskan keselamatan diri dan bantu individu yang membutuhkan (lansia, penyandang disabilitas, atau korban cedera) jika memungkinkan.

6. Keselamatan Berkendara

- Hindari mengemudikan kendaraan melalui jalan tergenang banjir. Kedalaman air yang tampak dangkal dapat menyembunyikan arus deras, lubang, atau rintangan berbahaya.
- Kendaraan dapat terseret arus pada ketinggian air 30-60 cm dan terapung pada 60-90 cm.
- Jika terjebak dalam kendaraan yang terendam, segera keluar dan cari tempat yang lebih tinggi.

7. Larangan Beraktivitas di Area Banjir


- Dilarang keras bermain, berenang, atau beraktivitas di dalam air banjir.
- Air banjir dapat mengandung arus listrik (akibat kabel terputus), bahan kimia berbahaya, limbah, bakteri patogen, dan benda tajam yang berpotensi menyebabkan cedera atau infeksi.
- Pastikan anak-anak dan mahasiswa dalam pengawasan ketat untuk mencegah paparan risiko.

8. Sistem Komunikasi Darurat

- Pastikan alat komunikasi (telepon seluler, radio, atau perangkat lain) dalam kondisi berfungsi dan terisi daya penuh.
- Pertahankan kontak dengan Unit K3, petugas keamanan, atau tim tanggap darurat STIKes Elisabeth Semarang untuk memperoleh instruksi dan informasi terkini.
- Gunakan saluran komunikasi resmi institusi untuk menghindari misinformasi.

9. Antisipasi Risiko Kesehatan

- Banjir meningkatkan risiko penyakit menular (diare, leptospirosis, demam berdarah, infeksi kulit) dan cedera fisik.
- Pastikan ketersediaan obat-obatan esensial, antiseptik, dan peralatan P3K.

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN	Revisi :-
	KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Halaman : 25

- c. Terapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS): cuci tangan dengan air bersih dan sabun, hindari konsumsi makanan/minuman yang terpapar banjir, dan gunakan alas kaki pelindung.
- d. Segera laporkan gejala penyakit atau cedera kepada unit kesehatan kampus atau fasilitas pelayanan kesehatan terdekat.

10. Kewaspadaan Pasca-Banjir

Setelah air surut, tetap waspada terhadap bahaya residual :

- a. Struktur bangunan yang melemah atau rusak
- b. Jalan atau jembatan yang rusak dan tidak stabil
- c. Kabel listrik terputus atau instalasi listrik yang terendam
- d. Benda tajam, puing, atau material berbahaya lainnya
- e. Kontaminasi air bersih dan sanitasi
- f. Potensi longsor susulan di area miring
- g. Jangan memasuki area yang belum dinyatakan aman oleh petugas berwenang.

11. Nomor dan Saluran Darurat


Ketahui dan simpan nomor kontak darurat berikut:

- a. Unit K3 STIKes Elisabeth Semarang
- b. Petugas keamanan kampus
- c. BPBD Kota Semarang
- d. Layanan ambulans/UGD terdekat
- e. Pemadam kebakaran
- f. Polisi

Pastikan nomor-nomor tersebut mudah diakses oleh seluruh sivitas akademika.

12. Pelatihan dan Simulasi Rutin


STIKes Elisabeth Semarang mewajibkan seluruh sivitas akademika mengikuti pelatihan K3 dan simulasi tanggap darurat banjir secara berkala guna memastikan kesiapan respons, efektivitas alur evakuasi, dan koordinasi optimal antarunit.

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN	Revisi :-
	KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Halaman : 25

Dengan mematuhi panduan dan prosedur keselamatan ini, sivitas akademika STIKes Elisabeth Semarang dapat meningkatkan kesiapsiagaan, meminimalisasi risiko cedera atau kerugian, dan merespons secara tepat dan terkoordinasi saat menghadapi bahaya banjir. Komitmen kolektif terhadap protokol institusi, pemutakhiran prosedur secara berkala, dan partisipasi aktif dalam pelatihan K3 merupakan fondasi utama dalam mewujudkan lingkungan kampus yang tangguh bencana dan berkelanjutan.



Instruksi kerja (IK) ini merupakan **Dokumen Terkendali** yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

H. Bahaya Penggunaan Peralatan Kantor

Bahaya penggunaan peralatan kantor merujuk pada potensi risiko atau ancaman yang dapat timbul ketika sivitas akademika STIKes Elisabeth Semarang mengoperasikan peralatan kerja seperti komputer, printer, mesin fotokopi, perangkat elektronik, furnitur kerja (kursi, meja), atau peralatan pendukung lainnya. Risiko tersebut dapat bersumber dari berbagai faktor, antara lain: kesalahan prosedur operasional, pemeliharaan yang tidak optimal, ketidakpatuhan terhadap pedoman keselamatan, atau kondisi peralatan yang sudah tidak layak pakai.

Oleh karena itu, STIKes Elisabeth Semarang menerapkan protokol keselamatan penggunaan peralatan kantor sebagai bagian integral dari Sistem Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) untuk mencegah kecelakaan kerja, cedera, atau kerusakan aset institusi.




GAMBAR 13.

Pemeriksaan Rutin Peralatan Kantor untuk Memastikan Keselamatan Penggunaan

Panduan dan Prosedur Keselamatan Penggunaan Peralatan Kantor antara lain :

1. Edukasi dan Sosialisasi Keselamatan

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN	Revisi :-
	KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Halaman : 25

Seluruh sivitas akademika yang menggunakan peralatan kantor wajib mengikuti edukasi keselamatan yang mencakup:

- a. Pemahaman potensi bahaya (listrik, ergonomi, mekanis, termal)
- b. Langkah pencegahan dan prosedur penggunaan yang aman
- c. Tindakan darurat apabila terjadi insiden atau kerusakan peralatan


2. Pelatihan Operasional Peralatan

- a. Pastikan pengguna telah menerima pelatihan teknis untuk mengoperasikan peralatan secara benar dan aman, termasuk perangkat keras (*hardware*) dan perangkat lunak (*software*) terkait.
- b. Dokumentasikan riwayat pelatihan sebagai bagian dari rekam mutu SDM.
- c. Untuk peralatan khusus (mis. mesin fotokopi industri, peralatan laboratorium terintegrasi), hanya personel yang bersertifikat/berwenang yang diperbolehkan mengoperasikannya.

3. Inspeksi dan Pemeliharaan Berkala

- a. Lakukan pemeriksaan rutin terhadap kondisi fisik dan fungsional peralatan kantor, meliputi: kabel listrik, stopkontak, tombol kontrol, sistem pendingin, dan komponen bergerak.
- b. Jadwalkan perawatan preventif oleh teknisi berwenang sesuai rekomendasi pabrikan.
- c. Catat hasil inspeksi dalam *logbook* pemeliharaan sebagai bukti kepatuhan K3.

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi : -
		Halaman : 25

 CHECKLIST PEMERIKSAAN RUTIN PERALATAN KANTOR						
No	Jhjin Peralatan	Kondisi (Baik/Rusak)	Tagal Pemeriksaan	Nama Pomeriksa	Taga Tangan	Ketarulation
1.	Komputer					
2.	Printer					
3.	Kabel Listrk					
4.	Stopkontak					
5.	Kursi Ergonomis					
6.	Meba Kerja					
7.	APAR					

GAMBAR 14.
Contoh Checklist Pemeriksaan Rutin Peralatan Kantor

4. Prinsip Ergonomi Kerja

- a. Atur posisi kursi, meja, monitor, dan peralatan input (keyboard, mouse) sesuai prinsip ergonomi untuk mencegah *musculoskeletal disorders* (MSDs) seperti nyeri punggung, leher, atau *carpal tunnel syndrome*.
- b. Pastikan pencahayaan ruangan memadai dan bebas silau untuk mengurangi kelelahan mata.
- c. Dorong penerapan *micro-breaks* (istirahat singkat setiap 30-60 menit) bagi pengguna yang bekerja dengan komputer dalam durasi panjang.


5. Pencegahan Beban Listrik Berlebih (Overloading)

- a. Jangan menghubungkan terlalu banyak peralatan ke satu stopkontak atau *extension cable* melebihi kapasitas daya yang direkomendasikan.
- b. Gunakan *surge protector* atau stabilizer untuk peralatan elektronik sensitif.
- c. Hindari penggunaan kabel bercabang (*daisy-chaining*) yang dapat meningkatkan risiko korsleting dan kebakaran.

6. Manajemen Kabel dan Tata Letak Aman

- a. Letakkan kabel listrik pada jalur yang rapi, terikat, dan tidak melintang di area lalu-lalang untuk mencegah risiko tersandung (*trip hazard*).
- b. Hindari menempatkan kabel di bawah karpet, dekat sumber panas, atau area basah.
- c. Gunakan *cable organizer* atau *conduit* untuk kerapian dan proteksi fisik kabel.

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi : -
		Halaman : 25

7. Kesiapsiagaan Tanggap Darurat

- a. Ketahui lokasi *emergency stop button*, pemutus sirkuit (*MCB*), dan alat pemadam api ringan (*APAR*) di area kerja.
- b. Pahami prosedur mematikan peralatan secara aman (*safe shutdown*) apabila terjadi malfungsi, asap, atau bau hangus.
- c. Jangan mencoba memperbaiki peralatan listrik yang rusak tanpa kompetensi teknis yang memadai.

8. Penyimpanan dan Penataan Peralatan

- a. Simpan peralatan kantor dan aksesoris pada lokasi yang ditentukan, bersih, kering, dan terlindung dari debu atau cairan.
- b. Pastikan peralatan portabel (*laptop*, *proyektor*, dll.) dikembalikan ke tempat penyimpanan setelah penggunaan.
- c. Jaga area kerja tetap rapi dan bebas dari barang tidak perlu yang dapat menghambat evakuasi atau menimbulkan bahaya.


9. Pelaporan Insiden dan Kerusakan

- a. Segera laporkan setiap insiden, kerusakan, atau kondisi tidak normal pada peralatan kepada Unit K3, bagian sarana-prasarana, atau petugas teknis berwenang.
- b. Gunakan formulir pelaporan insiden resmi STIKes Elisabeth Semarang untuk pendokumentasian dan tindak lanjut.
- c. Jangan menggunakan peralatan yang telah dilaporkan rusak hingga dinyatakan layak pakai oleh petugas teknis.

10. Prosedur Evakuasi Terkait Insiden Peralatan

- a. Apabila peralatan mengeluarkan asap, percikan api, atau kondisi darurat lainnya yang mengancam keselamatan, segera aktifkan alarm darurat dan ikuti prosedur evakuasi kampus.
- b. Jangan menggunakan lift; gunakan tangga darurat yang telah ditetapkan.
- c. Setelah tiba di titik kumpul (*assembly point*), lakukan absensi dan laporkan kondisi kepada koordinator evakuasi.

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN	Revisi :-
	KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Halaman : 25


11. Pelatihan dan Simulasi Berkala

STIKes Elisabeth Semarang mewajibkan seluruh sivitas akademika mengikuti pelatihan K3 perkantoran dan simulasi tanggap darurat secara berkala guna memastikan pemahaman prosedur, kesiapan respons, dan budaya keselamatan yang berkelanjutan. Dengan mematuhi panduan dan prosedur keselamatan ini, sivitas akademika STIKes Elisabeth Semarang dapat menciptakan lingkungan kerja yang aman, nyaman, dan produktif. Komitmen terhadap penggunaan peralatan kantor yang bertanggung jawab, pemeliharaan preventif, dan pelaporan proaktif merupakan fondasi penting dalam mencegah insiden, melindungi aset institusi, dan mendukung pencapaian standar akreditasi Perguruan Tinggi.

I. Bahaya Penggunaan Peralatan Listrik

Bahaya penggunaan peralatan listrik merujuk pada potensi risiko atau ancaman yang dapat timbul ketika sivitas akademika STIKes Elisabeth Semarang mengoperasikan peralatan yang menggunakan listrik sebagai sumber energi. Risiko tersebut meliputi: kejutan listrik (*electrical shock*), kebakaran akibat korsleting, luka bakar termal, kerusakan peralatan, hingga gangguan pada sistem kelistrikan institusi.

Bahaya ini dapat disebabkan oleh penggunaan yang tidak sesuai prosedur, pemeliharaan yang tidak optimal, kondisi peralatan yang sudah tidak layak pakai, atau faktor lingkungan (kelembapan, suhu, debu). Oleh karena itu, STIKes Elisabeth Semarang menerapkan protokol keselamatan kelistrikan sebagai bagian integral dari Sistem Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) untuk mencegah kecelakaan kerja, cedera, atau kerugian aset institusi.

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
<p style="text-align: center;">PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)</p>		Revisi :-
		Halaman : 25



GAMBAR 15.

Pemeriksaan Rutin Kabel Listrik, Stopkontak, dan Soket untuk Mencegah Bahaya Kelistrikan

Panduan dan Prosedur Keselamatan Penggunaan Peralatan Listrik antara lain :

1. Edukasi dan Sosialisasi Keselamatan Kelistrikan

Seluruh sivitas akademika yang menggunakan peralatan listrik wajib mengikuti edukasi keselamatan yang mencakup:

- a. Pemahaman potensi bahaya listrik (sengatan, korsleting, kebakaran, arc flash)
- b. Langkah pencegahan dan prosedur penggunaan yang aman
- c. Tindakan darurat apabila terjadi insiden kelistrikan


2. Penggunaan Peralatan Listrik yang Terstandarisasi

- a. Hanya gunakan peralatan listrik yang memiliki label sertifikasi keamanan (SNI, IEC, atau standar internasional lainnya).
- b. Hindari menggunakan peralatan yang rusak, dimodifikasi tanpa izin, atau tidak memiliki identifikasi teknis yang jelas.
- c. Untuk peralatan medis atau laboratorium yang terhubung listrik, pastikan telah melalui kalibrasi dan uji kelayakan oleh unit teknis berwenang.

3. Pemeliharaan dan Pengujian Berkala

- a. Jadwalkan inspeksi dan pengujian peralatan listrik secara berkala oleh teknisi bersertifikat atau pihak ketiga yang kompeten.
- b. Dokumentasikan hasil pemeriksaan dalam *logbook* pemeliharaan sebagai bukti

Instruksi kerja (IK) ini merupakan **Dokumen Terkendali** yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

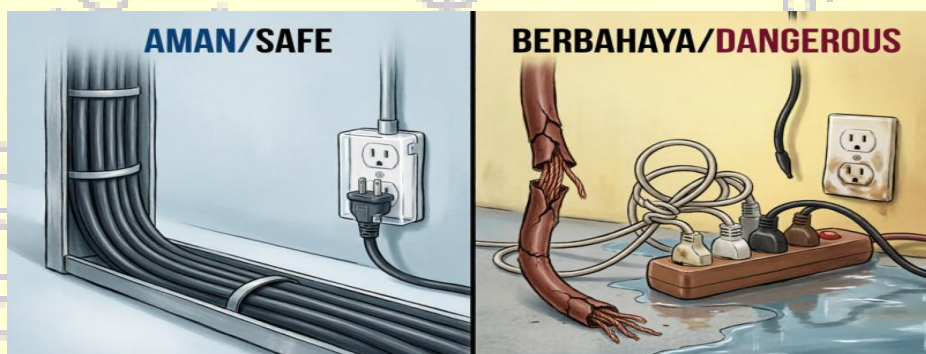
	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN	Revisi :-
	KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Halaman : 25

kepatuhan SMK3 dan bahan audit akreditasi.

- c. Segera tarik dari penggunaan (*tag-out*) peralatan yang ditemukan tidak layak hingga diperbaiki atau diganti.

4. Manajemen Kabel dan Instalasi Listrik

- a. Periksa kondisi kabel listrik secara rutin: hindari penggunaan kabel yang terkelupas, retak, atau menunjukkan tanda keausan.
- b. Pastikan stopkontak dan soket listrik dalam kondisi kokoh, tidak longgar, tidak berwarna hangus, dan memiliki grounding yang memadai.
- c. Gunakan *cable protector* atau *ducting* untuk merapikan kabel di area lalu-lalang guna mencegah risiko tersandung (*trip hazard*) dan kerusakan fisik kabel.



GAMBAR 16.
Contoh Kondisi Kabel dan Stopkontak yang Aman vs Berbahaya


5. Kepatuhan terhadap Petunjuk Operasional

- a. Selalu ikuti panduan penggunaan (*user manual*) yang disediakan oleh produsen peralatan.
- b. Pastikan operator memahami fungsi, batas kapasitas, dan prosedur *safe start-up/shutdown* peralatan sebelum mengoperasikannya.
- c. Jangan memodifikasi atau membongkar peralatan listrik tanpa persetujuan dan pengawasan teknisi berwenang.

6. Protokol Pemadaman Saat Tidak Digunakan

- a. Matikan dan cabut peralatan listrik dari stopkontak saat tidak digunakan, terutama ketika meninggalkan ruangan dalam waktu lama.

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

- b. Terapkan kebijakan "*Last Person Out*" untuk memastikan seluruh peralatan non-esensial dalam keadaan mati sebelum ruangan ditinggalkan.
- c. Langkah ini tidak hanya mencegah risiko kebakaran, tetapi juga mendukung efisiensi energi institusi.

7. Pencegahan Beban Berlebih (*Overloading*)

- a. Hindari menghubungkan terlalu banyak peralatan ke satu stopkontak atau *extension cable* melebihi kapasitas daya (Watt/Ampere) yang direkomendasikan.
- b. Gunakan *surge protector* atau *Automatic Voltage Regulator* (AVR) untuk peralatan elektronik sensitif atau kritis.
- c. Dilarang melakukan *daisy-chaining* (menghubungkan beberapa *extension cable* secara berantai) karena meningkatkan risiko panas berlebih dan korsleting.

8. Larangan Penggunaan di Area Basah atau Lembap

- a. Hindari menggunakan peralatan listrik di area basah, dekat sumber air, atau dalam kondisi kelembapan tinggi, kecuali peralatan tersebut dirancang khusus untuk kondisi tersebut (*waterproof/IP-rated*).
- b. Pastikan area sekitar stopkontak dan panel listrik tetap kering dan bebas dari potensi cipratan cairan.


9. Keselamatan Personal: Kondisi Tubuh dan APD

- a. Jangan menyentuh peralatan atau instalasi listrik dengan tangan basah, tubuh berkeringat, atau saat berdiri di permukaan konduktif (lantai basah, logam).
- b. Gunakan Alat Pelindung Diri (APD) yang sesuai (sarung tangan isolasi, sepatu safety non-konduktif) apabila melakukan pemeriksaan atau penanganan peralatan listrik.

10. Kesiapsiagaan Tanggap Darurat Kelistrikan

- a. Ketahui lokasi *Main Circuit Breaker* (MCB), *Emergency Stop Button*, dan Alat Pemadam Api Ringan (APAR) jenis CO₂ atau dry powder di area kerja.
- b. Pahami prosedur memutus aliran listrik secara aman (*safe isolation*) apabila terjadi insiden, tanpa membahayakan diri sendiri atau orang lain.

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN	Revisi :-
	KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Halaman : 25

- c. Jangan mencoba memadamkan kebakaran listrik dengan air atau APAR berbasis air.

11. Prosedur Evakuasi Terkait Insiden Listrik

- a. Apabila terjadi asap, percikan api, bau hangus, atau kondisi darurat lainnya yang mengindikasikan bahaya kelistrikan, segera aktifkan alarm darurat dan ikuti prosedur evakuasi kampus.
- b. Jangan menyentuh peralatan atau panel listrik yang diduga bermasalah.
- c. Setelah tiba di titik kumpul (*assembly point*), laporkan kondisi kepada koordinator evakuasi dan tunggu instruksi lebih lanjut.

12. Pelatihan dan Simulasi Berkala

STIKes Elisabeth Semarang mewajibkan seluruh sivitas akademika, khususnya staf teknis dan pengelola laboratorium, mengikuti pelatihan K3 kelistrikan dan simulasi tanggap darurat secara berkala guna memastikan kompetensi, kesiapan respons, dan budaya keselamatan yang berkelanjutan.


Dengan mematuhi panduan dan prosedur keselamatan ini, sivitas akademika STIKes Elisabeth Semarang dapat menciptakan lingkungan kerja dan belajar yang aman dari risiko bahaya kelistrikan. Komitmen terhadap penggunaan peralatan listrik yang bertanggung jawab, pemeliharaan preventif, dan pelaporan proaktif merupakan fondasi penting dalam mencegah insiden, melindungi aset institusi, dan mendukung pencapaian standar akreditasi Perguruan Tinggi.

J. Keselamatan di Ruang Kelas dan Kantor

Ruang kelas dan kantor harus menjadi lingkungan yang mendukung produktivitas tanpa mengabaikan aspek keselamatan fisik dan mental.

1. **Pengaturan Ruang:** Penataan meja dan kursi harus memberikan ruang gerak yang cukup dan tidak menghalangi akses keluar-masuk (jalur evakuasi).

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi : -
		Halaman : 25

2. **Kelistrikan:** Seluruh kabel instalasi listrik harus tertutup rapi (menggunakan *cable duct*) untuk mencegah risiko tersengat listrik atau tersandung. Penggunaan stop kontak tidak boleh berlebihan (melebihi beban kapasitas).
3. **Kualitas Udara dan Pencahayaan:** Ruangan harus memiliki ventilasi yang cukup dan pencahayaan minimal 300 lux untuk membaca dan bekerja agar tidak merusak kesehatan mata.
4. **Kebersihan:** Lantai harus dipastikan kering dan tidak licin. Tanda peringatan "Lantai Basah" wajib dipasang saat pembersihan sedang berlangsung.



GAMBAR 17


K. Standar Keamanan Laboratorium Keperawatan dan Gizi

Laboratorium adalah area dengan risiko tinggi (high risk) di STIKes Elisabeth Semarang.

1. Laboratorium Keperawatan:

- **Keamanan Alat Medis:** Penggunaan alat peraga (manekin) dan alat medis (infus set, oksigen, dll) harus sesuai SOP.
- **Manajemen Benda Tajam:** Penyediaan *safety box* untuk jarum suntik bekas pakai (meskipun hanya untuk simulasi) guna membiasakan budaya keselamatan sejak dini.

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

- **Kebersihan Alat peraga dan Linen:** Sterilisasi alat secara berkala untuk mencegah kontaminasi silang.

2. Laboratorium Gizi:

- **Keselamatan Api dan Gas:** Pemeriksaan berkala pada instalasi gas, selang, dan regulator. Laboratorium wajib memiliki *Gas Detector* dan sistem sirkulasi udara yang kuat (Exhaust Fan).
- **Higiene Sanitasi:** Penerapan prinsip keamanan pangan untuk mencegah kontaminasi bahan makanan.
- **Penyimpanan Bahan Kimia:** Reagen atau bahan kimia harus diberi label (Nama bahan, tanggal kadaluarsa, dan simbol bahaya) serta disimpan dalam lemari khusus.



GAMBAR 18
Standar keamanan ruang laboratorium


L. Penggunaan Alat Pelindung Diri (APD) di Lingkungan Kampus

APD adalah pertahanan terakhir dalam hirarki pengendalian risiko.

1. Jenis APD di Kampus:

- Laboratorium:** Jas laboratorium, masker medis, sarung tangan (*handscoon*), dan penutup kepala.
 - Area Gizi:** Apron, celemek, masker, dan alas kaki tertutup yang tidak licin.
- **Petugas Kebersihan:** Sepatu boot, sarung tangan karet, dan masker saat menangani sampah atau cairan pembersih kimia.

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi : -
		Halaman : 25

2. **Kewajiban Penggunaan:** Setiap mahasiswa dan dosen wajib menggunakan APD sebelum memasuki area kerja laboratorium. Pelanggaran terhadap penggunaan APD akan diberikan teguran sesuai aturan disiplin akademik.




GAMBAR 19
Penggunaan APD dalam kegiatan Praktik

M. Pemeliharaan Sarana dan Prasarana Berbasis K3

Sarana prasarana harus dalam kondisi layak pakai untuk menjamin keselamatan pengguna.

1. **Inspeksi Berkala:** Tim Sarpras melakukan pengecekan rutin terhadap kondisi bangunan (plafon, lantai, pintu) dan utilitas (AC, dan pompa air).
2. **Kalibrasi Alat:** Alat-alat kesehatan di laboratorium harus dikalibrasi secara berkala untuk memastikan akurasi dan keamanan saat digunakan praktik oleh mahasiswa.
3. **Sistem Pemadam Kebakaran:** Pengecekan APAR (Alat Pemadam Api Ringan) setiap 6 bulan sekali untuk memastikan tekanan gas masih dalam zona hijau dan bahan pemadam tidak menggumpal.

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

N. Ergonomi Kerja bagi Dosen dan Tenaga Kependidikan

Penerapan ergonomi bertujuan mencegah penyakit muskuloskeletal (nyeri punggung, leher, dan sendi).

1. **Posisi Kerja Statis:** Dosen dan tenaga kependidikan yang bekerja di depan komputer dianjurkan menerapkan prinsip 90 derajat (sudut siku, pinggang, dan lutut).
2. **Prinsip 20-20-20:** Untuk menjaga kesehatan mata, setiap 20 menit menatap layar, lihatlah benda sejauh 20 kaki (6 meter) selama 20 detik.
3. **Manual Handling:** Prosedur mengangkat beban berat (buku, alat peraga) harus menggunakan kekuatan otot paha, bukan otot punggung, untuk mencegah *HNP (Hernia Nucleus Pulposus)*.
4. **Sarana Ergonomis:** Institusi berupaya menyediakan kursi kerja yang memiliki sandaran punggung.




GAMBAR 20

O. Pest Control

Pengendalian hama di lingkungan STIKes Elisabeth Semarang bertujuan untuk menciptakan lingkungan kerja dan belajar yang bersih, sehat, dan bebas dari vektor penyakit (nyamuk, lalat, kecoak, tikus, dan rayap) yang dapat mengganggu kenyamanan serta berisiko menularkan penyakit (seperti DBD, Leptospirosis, atau Diare).

1. Ruang Lingkup Pengendalian

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

Pengendalian hama dilakukan di seluruh area kampus, dengan prioritas pada:

- a. Laboratorium Keperawatan dan Gizi: Mencegah kontaminasi alat praktik dan bahan makanan.
- b. Gudang Sarana Prasarana: Mencegah kerusakan dokumen dan furnitur akibat rayap atau tikus.
- c. Area Terbuka dan Saluran Air: Mencegah perindukan nyamuk *Aedes aegypti*.

2. Metode Pengendalian (Integrated Pest Management)

STIKes Elisabeth menggunakan pendekatan pengendalian terpadu yang meliputi:

a. Pengendalian Fisik dan Mekanik (Pencegahan)


- 1) Pemasangan kawat kasa pada lubang ventilasi di area laboratorium dan kantin.
- 2) Memastikan saluran air (selokan) mengalir lancar dan tidak ada genangan air.
- 3) Menutup rapat tempat sampah dan melakukan pengangkutan sampah setiap hari.
- 4) Menutup celah-celah pada dinding atau lantai yang dapat menjadi sarang tikus/serangga.

b. Pengendalian Sanitasi (Budaya Kebersihan)

- 1) Penerapan kebijakan *Clean Desk Policy* bagi dosen dan tendik untuk tidak menyimpan sisa makanan di laci meja.
- 2) Pembersihan rutin area laboratorium gizi segera setelah digunakan untuk praktik masak.
- 3) Pengosongan tempat penampungan air secara berkala (kuras bak mandi).

c. Pengendalian Kimiawi (Penyemprotan)

- 1) Fogging/Space Spraying: Dilakukan secara berkala atau jika ditemukan indikasi adanya jentik/nyamuk di lingkungan kampus.
- 2) Baiting (Umpan): Peletakan umpan tikus atau gel kecoak pada titik-titik tersembunyi yang jauh dari jangkauan akses langsung mahasiswa.
- 3) Anti-Rayap: Penyemprotan atau injeksi bahan kimia pada area kayu dan fondasi bangunan secara periodik.

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN	Revisi :-
	KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Halaman : 25

3. Prosedur Pelaksanaan dan Keselamatan K3

- 1) Jadwal Rutin: Pest control dilakukan minimal 3 (tiga) bulan sekali oleh unit Sarana Prasarana atau bekerja sama dengan pihak ketiga profesional.
- 2) Waktu Pelaksanaan: Kegiatan penyemprotan kimiawi harus dilakukan di luar jam aktif perkuliahan (misal: akhir pekan atau sore hari) untuk menghindari paparan bahan kimia pada civitas akademika.
- 3) Pemberitahuan: Unit K3 wajib memberikan pengumuman minimal 24 jam sebelum dilakukan tindakan pest control agar area dapat dikosongkan dan alat-alat laboratorium ditutup rapat.
- 4) Penggunaan APD: Petugas pelaksana wajib menggunakan APD lengkap (masker respirator, sarung tangan karet, dan pakaian pelindung) saat menangani bahan kimia.


4. Monitoring dan Evaluasi

- 1) Monitoring dilakukan melalui *Checklist Keberadaan Hama* di setiap unit kerja.
- 2) Jika ditemukan populasi hama yang meningkat secara signifikan, unit terkait wajib melapor kepada Unit K3 untuk dilakukan tindakan pengendalian darurat.



GAMBAR 21

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

BAB IV

K3 MAHASISWA DI LAHAN PRAKTIK (RS/KLINIK/KOMUNITAS)

A. Prosedur Persiapan Mahasiswa Sebelum Praktik (Pre-Clinic)

Sebelum diterjunkan ke lahan praktik, mahasiswa STIKes Elisabeth Semarang wajib melalui tahapan kesiapan K3 guna meminimalisir risiko:


1. **Pembekalan K3 & Patient Safety:** Mahasiswa wajib mengikuti kuliah pembekalan materi mengenai standar keselamatan pasien, penggunaan APD, dan alur pelaporan insiden di Rumah Sakit.
2. **Skrining Kesehatan :** Mahasiswa harus dalam kondisi sehat secara fisik dan mental.
3. **Uji Kompetensi Dasar:** Mahasiswa harus dinyatakan lulus ujian laboratorium (OSCE) untuk tindakan-tindakan invasif guna mencegah malpraktik yang membahayakan mahasiswa maupun pasien.

B. Standar Pencegahan Infeksi (Hand Hygiene & APD)

Pencegahan infeksi adalah pilar utama K3 di lahan praktik untuk memutus rantai penularan penyakit.

1. **Kebersihan Tangan (*Hand Hygiene*):** Mahasiswa wajib menerapkan "*5 Moments for Hand Hygiene*" sesuai standar WHO dan melakukan teknik cuci tangan 6 langkah, baik menggunakan sabun maupun *handrub*.
2. **Penggunaan APD yang Tepat:**
 - **Level 1:** Digunakan di area poli atau administrasi (masker bedah).
 - **Level 2:** Digunakan di ruang perawatan umum (masker bedah, *gowns*/jas lab, sarung tangan).
 - **Level 3:** Digunakan di ruang risiko tinggi/tindakan yang menghasilkan aerosol (masker N95, hazmat, *face shield*, sarung tangan steril).
3. **Kepatuhan Pelepasan APD:** Mahasiswa wajib mengikuti urutan pelepasan APD (*dofing*) yang benar untuk menghindari kontaminasi diri sendiri setelah melakukan tindakan.

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN	Revisi :-
	KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Halaman : 25

C. Penanganan Tertusuk Jarum (*Needle Stick Injury*) dan Paparan Cairan Tubuh

Kejadian tertusuk jarum adalah risiko kerja tertinggi bagi mahasiswa keperawatan/kesehatan. Jika terjadi, langkah yang harus diambil adalah:

1. Tindakan Pertolongan Pertama:

- **Tertusuk Jarum:** Jangan dipencet. Biarkan darah mengalir di bawah air mengalir, cuci dengan sabun/antiseptik.
- **Paparan Cairan Tubuh (Mata/Mulut):** Bilas segera dengan air bersih atau cairan NaCl.

2. **Laporan Segera:** Mahasiswa wajib melapor kepada Dosen Pembimbing Lapangan (DPL) dan Clinical Instructor (CI) di lahan praktik dalam waktu < 4 jam.

3. **Investigasi Sumber:** Tim K3 Rumah Sakit dan Institusi akan memeriksa status kesehatan pasien sumber (jika diketahui) terkait HIV, HBV, dan HCV.


4. **Profilaksis Pasca Paparan (PPP):** Jika hasil investigasi menunjukkan risiko tinggi, mahasiswa akan dirujuk untuk mendapatkan obat profilaksis dan pemantauan kesehatan berkala (bulan ke-1, ke-3, dan ke-6).

D. Prosedur Keselamatan Transportasi Menuju Lahan Praktik

Risiko K3 tidak hanya di dalam RS, tetapi juga selama perjalanan.

1. **Kelaikan Kendaraan:** Mahasiswa yang menggunakan kendaraan pribadi wajib memastikan kondisi kendaraan (rem, lampu, ban) dalam keadaan baik.
2. **Kelengkapan Berkendara:** Wajib memiliki SIM yang aktif dan menggunakan perlengkapan keselamatan standar (helm SNI/sabuk pengaman).
3. **Manajemen Waktu:** Mahasiswa dilarang berkendara dengan kecepatan tinggi karena terburu-buru. Jadwal praktik harus diatur agar mahasiswa memiliki waktu tempuh yang cukup.

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang


	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN	Revisi :-
	KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Halaman : 25

4. **Transportasi Komunitas:** Untuk praktik di wilayah komunitas, mahasiswa dianjurkan bergerak dalam kelompok dan selalu melapor pada koordinator wilayah terkait posisi keberadaan mereka.

E. Perlindungan Kesehatan Mental Mahasiswa Selama Praktik

Beban kerja, menghadapi kematian pasien, dan tekanan akademik dapat memengaruhi mental mahasiswa.

1. **Sistem Mentorship:** Dosen Pembimbing berperan sebagai konselor bagi mahasiswa yang mengalami trauma atau stres berlebih selama praktik.
2. **Post-Conference:** Di setiap akhir *shift*, dilakukan sesi diskusi tidak hanya untuk aspek klinis, tetapi juga untuk mengungkapkan perasaan/hambatan yang dirasakan mahasiswa (*debriefing*).
3. **Kebijakan Anti-Bullying:** STIKes Elisabeth Semarang melarang keras segala bentuk perundungan (*bullying*) baik oleh senior, sesama mahasiswa, maupun staf di lahan praktik.
4. **Akses Layanan Konseling:** Institusi menyediakan jalur khusus bagi mahasiswa yang membutuhkan konsultasi profesional dengan psikolog/konselor jika ditemukan indikasi *burnout* atau depresi selama masa praktik.

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN	Revisi :-
	KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Halaman : 25

BAB V

KODE ETIK KESELAMATAN DAN LINGKUNGAN

A. Kode Etik Keselamatan Pasien (*Patient Safety*)


Seluruh mahasiswa STIKes Elisabeth Semarang yang melaksanakan praktik klinik wajib menjunjung tinggi keselamatan pasien sebagai prioritas utama. Kode etik ini mengacu pada *International Patient Safety Goals* (IPSG):

1. **Ketepatan Identifikasi Pasien:** Wajib melakukan verifikasi identitas pasien (minimal nama dan tanggal lahir) sebelum melakukan tindakan, pemberian obat, atau pengambilan spesimen.
2. **Peningkatan Komunikasi Efektif:** Menggunakan teknik SBAR (*Situation, Background, Assessment, Recommendation*) dan *Read-back* saat menerima instruksi verbal untuk mencegah kesalahan persepsi.
3. **Keamanan Obat (*High-Alert Medications*):** Mahasiswa wajib melakukan prinsip "7 Benar" pemberian obat dan harus di bawah supervisi dosen atau perawat senior.
4. **Kepastian Tepat-Lokasi, Tepat-Prosedur, Tepat-Pasien Operasi:** Berpartisipasi dalam prosedur *Sign In, Time Out, dan Sign Out* jika bertugas di ruang bedah.
5. **Pengurangan Risiko Infeksi:** Wajib mematuhi protokol kebersihan tangan sebagai bentuk tanggung jawab etis untuk tidak memindahkan kuman antar pasien.
6. **Pengurangan Risiko Jatuh:** Melakukan asesmen risiko jatuh pada pasien dan memastikan pengaman tempat tidur (*side rail*) selalu terpasang.

B. Kode Etik Mahasiswa dalam Aspek K3

Mahasiswa dituntut memiliki integritas dalam menjaga keselamatan dirinya dan rekan sejawat:

1. **Kejujuran Kesehatan:** Mahasiswa wajib jujur mengenai kondisi kesehatannya (fisik dan mental) sebelum praktik. Tidak diperkenankan memaksakan praktik jika kondisi kesehatan dapat membahayakan diri atau orang lain.

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi : -
		Halaman : 25

2. **Kepatuhan Standar:** Menjalankan prosedur K3 bukan karena takut sanksi, melainkan sebagai bentuk kesadaran diri (*Self Care*).
3. **Disiplin APD:** Menggunakan Alat Pelindung Diri secara konsisten dan benar sebagai bentuk penghormatan terhadap profesi dan institusi.

C. Tanggung Jawab Pribadi terhadap Alat Kerja dan Lingkungan

Sebagai bentuk kepedulian terhadap fasilitas pendidikan dan pelayanan:

1. **Pemeliharaan Alat:** Mahasiswa dan staf bertanggung jawab menjaga kebersihan dan fungsi alat setelah digunakan (misal: manekin, tensimeter, alat laboratorium).
2. **Pelaporan Kerusakan:** Setiap individu wajib segera melaporkan jika menemukan alat yang tidak berfungsi atau rusak agar tidak mencelakai pengguna berikutnya.
3. **Efisiensi Sumber Daya:** Mematikan peralatan listrik, lampu, dan AC jika sudah tidak digunakan di ruang kelas maupun laboratorium.

D. Etika Pelaporan Kesalahan (*No Blame Culture*)


STIKes Elisabeth Semarang mengedepankan budaya "Belajar dari Kesalahan" daripada sekadar menghukum:

1. **Prinsip Kejujuran:** Jika terjadi kesalahan tindakan (KTD/KNC), mahasiswa atau staf wajib melapor secara jujur sesegera mungkin demi keselamatan pasien/rekan kerja.
2. **Tanpa Menghujat (Non-Punitive):** Institusi menjamin bahwa pelaporan insiden yang dilakukan secara sukarela akan dijadikan dasar perbaikan sistem, bukan semata-mata untuk menjatuhkan sanksi administratif (kecuali ada unsur kesengajaan atau kelalaian berat).
3. **Kerahasiaan:** Laporan insiden dikelola secara rahasia untuk kepentingan evaluasi internal Tim K3 dan peningkatan kualitas pelayanan.

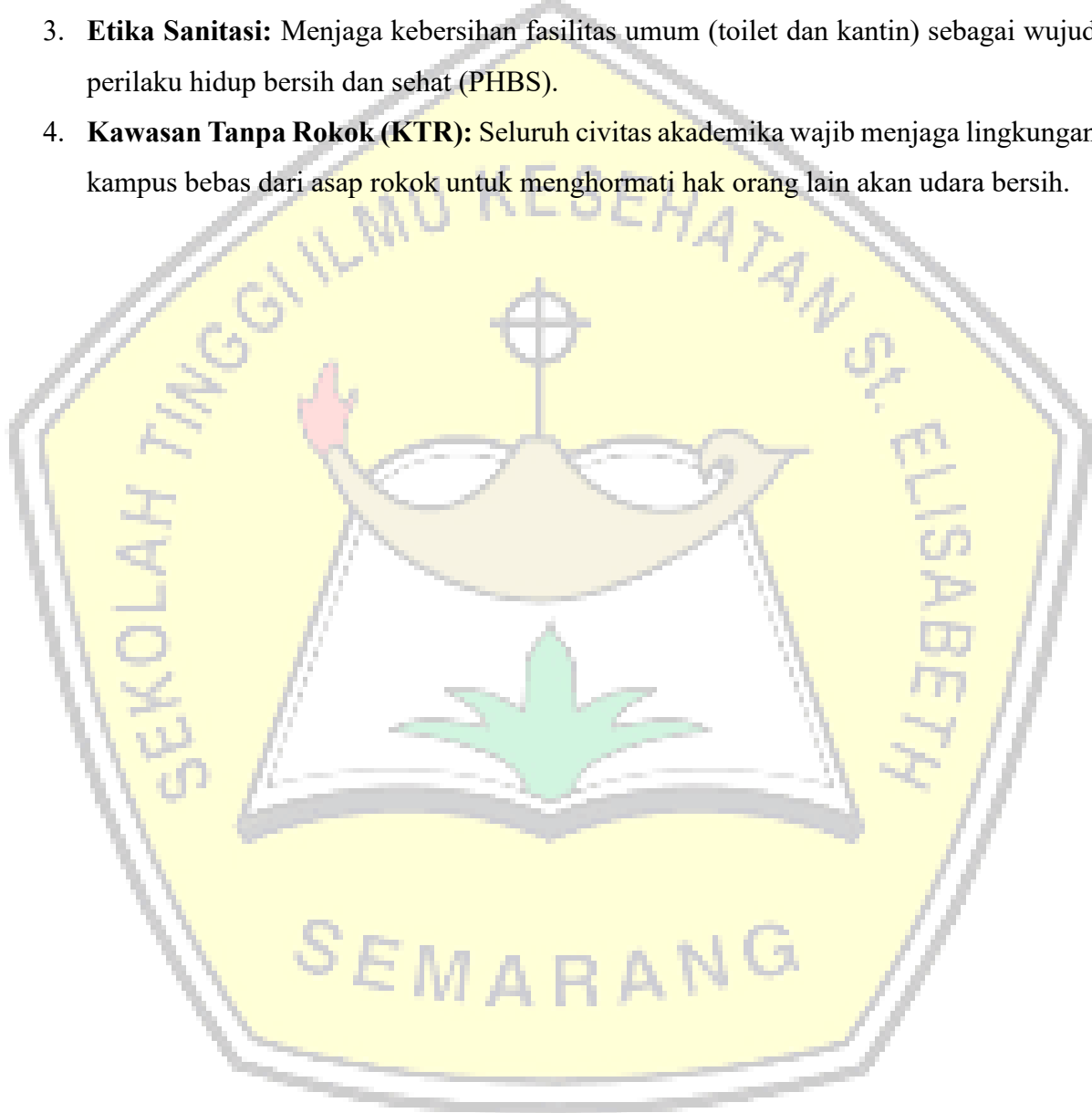
E. Kode Etik Terhadap Lingkungan

Selaras dengan misi pelestarian lingkungan kampus:


Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

1. **Pemisahan Limbah:** Wajib membuang sampah sesuai jenisnya (Sampah medis di kantong kuning, sampah domestik di kantong hitam, sampah benda tajam di *safety box*).
2. **Pengurangan Sampah Plastik:** Civitas akademika didorong untuk mengurangi penggunaan plastik sekali pakai di lingkungan kampus.
3. **Etika Sanitasi:** Menjaga kebersihan fasilitas umum (toilet dan kantin) sebagai wujud perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS).
4. **Kawasan Tanpa Rokok (KTR):** Seluruh civitas akademika wajib menjaga lingkungan kampus bebas dari asap rokok untuk menghormati hak orang lain akan udara bersih.



Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN	Revisi :-
	KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Halaman : 25

BAB VI

MANAJEMEN KESEHATAN LINGKUNGAN DAN LIMBAH

A. Pengelolaan Limbah Padat Domestik


Limbah domestik adalah limbah yang dihasilkan dari kegiatan sehari-hari di kantor, ruang kelas, yang tidak mengandung bahan berbahaya.

1. **Pemisahan di Sumber:** Penyediaan tempat sampah terpisah berdasarkan jenisnya (Sampah Organik dan Anorganik) di setiap koridor dan sudut ruangan.
2. **Prinsip 3R (*Reduce, Reuse, Recycle*):** Civitas akademika didorong untuk mengurangi penggunaan kertas (paperless), menghindari plastik sekali pakai, dan mendaur ulang material yang masih layak guna.
3. **Pengangkutan Rutin:** Sampah dikumpulkan setiap hari oleh petugas kebersihan ke Tempat Pembuangan Sementara (TPS) kampus sebelum diangkut oleh dinas kebersihan kota ke TPA.

B. Pengelolaan Limbah Medis/B3 di Laboratorium

Mengingat STIKes Elisabeth Semarang memiliki banyak kegiatan praktikum kesehatan, pengelolaan limbah B3 (Bahan Berbahaya dan Beracun) dilakukan dengan standar ketat:

1. **Klasifikasi Limbah B3:**
 - o **Limbah Infeksius:** Kapas bekas, kasa, atau alat yang terkontaminasi cairan tubuh (ditempatkan di kantong plastik **Kuning**).
 - o **Limbah Benda Tajam:** Jarum suntik, ampul pecah, dan silet bedah (ditempatkan di **Safety Box** khusus tahan tusuk).
 - o **Limbah Kimia:** Sisa reagen dari laboratorium (ditempatkan di wadah tertutup dan diberi label nama bahan kimia).
2. **Penyimpanan Sementara:** Limbah B3 disimpan di area khusus yang terisolasi, memiliki ventilasi baik, dan tidak dapat diakses oleh pihak yang tidak berkepentingan.

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

- 3. Pemusnahan:** Institusi bekerjasama dengan RS St. Elisabeth Semarang yang menjalin kerjasama (MoU) dengan pihak ketiga (perusahaan pengolah limbah B3 berizin) untuk pengangkutan dan pemusnahan secara legal.

C. Kawasan Tanpa Rokok (KTR)

STIKes Elisabeth Semarang menetapkan seluruh area kampus sebagai Kawasan Tanpa Rokok untuk melindungi kesehatan civitas akademika dari paparan asap rokok dan zat adiktif.


- 1. Larangan Merokok:** Tidak diperkenankan merokok, menjual, atau mempromosikan rokok di seluruh area gedung maupun lahan terbuka kampus.
- 2. Tanda Peringatan:** Pemasangan stiker atau papan pengumuman "Kawasan Tanpa Rokok" di titik-titik strategis (pintu gerbang, kantin, dan toilet).
- 3. Sanksi:** Pelanggaran terhadap KTR oleh mahasiswa akan dikenakan sanksi disiplin, dan bagi staf/dosen akan diberikan teguran sesuai aturan kepegawaian.

D. Penyediaan Air Bersih dan Sanitasi

Penyehatan lingkungan meliputi ketersediaan sarana sanitasi dasar yang memadai:

- 1. Kualitas Air Bersih:** Pemeliharaan sistem tandon air dan pengecekan kualitas air (fisik dan bakteriologis) secara berkala untuk memastikan air layak digunakan untuk keperluan cuci tangan dan sanitasi.
- 2. Sistem Drainase:** Pembersihan saluran air hujan dan limbah cair domestik agar tidak terjadi penyumbatan (mencegah banjir) dan tidak menjadi tempat perindukan nyamuk (vektor penyakit).
- 3. Toilet Sehat:** Penyediaan toilet dengan rasio yang cukup antara jumlah civitas akademika laki-laki dan perempuan, dilengkapi dengan pencahayaan, sirkulasi udara yang baik, serta ketersediaan sabun cuci tangan yang kontinu.
- 4. Kantin Sehat:** Pengawasan terhadap kebersihan tempat pengolahan makanan di kantin kampus untuk mencegah terjadinya keracunan makanan (Food Borne Disease).

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN	Revisi :-
	KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Halaman : 25

BAB VII TANGGAP DARURAT DAN BENCANA

A. Prosedur Evakuasi Kebakaran dan Gempa Bumi

Setiap civitas akademika wajib memahami alur penyelamatan diri untuk meminimalisir jatuh korban.

1. Prosedur Saat Kebakaran:

- **Identifikasi Api:** Jika melihat api, segera teriak "Kebakaran!" dan tekan tombol alarm manual terdekat.
- **Pemadaman Awal:** Jika api masih kecil, gunakan APAR terdekat. Jika api sudah besar, segera tinggalkan ruangan.
- **Evakuasi:** Keluar melalui pintu /tangga. Berjalan cepat namun tidak berlari, serta jangan membawa barang bawaan yang berat.
- **Teknik Khusus:** Jika ruangan berasap, berjalanlah merangkak untuk mendapatkan oksigen yang lebih bersih di dekat lantai.

2. Prosedur Saat Gempa Bumi:


- **Drop, Cover, Hold On:** Segera berlutut (*drop*), berlindung di bawah meja yang kuat (*cover*), dan pegang kaki meja (*hold on*) sampai guncangan berhenti.
- **Jauhi Bahaya:** Hindari berada di dekat kaca, lemari besar, atau benda yang mudah jatuh.
- **Evakuasi Pasca Guncangan:** Setelah guncangan berhenti, segera keluar menuju titik kumpul melalui jalur yang aman.

B. Penggunaan APAR (Alat Pemadam Api Ringan)

STIKes Elisabeth Semarang menyediakan APAR di setiap lantai dan area berisiko tinggi (Laboratorium & Kantin). Penggunaan APAR dilakukan dengan teknik **T.A.T.A (Tarik, Arahkan, Tekan, Ayunkan)** atau dalam bahasa Inggris disebut **P.A.S.S:**

1. **P (Pull):** Tarik kunci pengaman atau segel APAR.
2. **A (Aim):** Arahkan corong/selang ke **pangkal api** (bukan ke ujung lidah api).

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

3. **S (Squeeze):** Tekan tuas atau pemicu untuk menyemprotkan media pemadam.

4. **S (Sweep):** Sapukan/ayunkan dari sisi ke sisi secara merata hingga api padam.

Catatan: Pastikan petugas dan mahasiswa memperhatikan arah mata angin saat memadamkan api di luar ruangan (posisi harus membelakangi angin).

C. Sistem Peringatan Dini (Alarm dan Jalur Evakuasi)

Sistem ini dirancang untuk memberikan peringatan cepat dan jalur yang jelas menuju zona aman.


1. **Sistem Alarm:** Bunyi alarm yang terputus-putus menandakan peringatan siaga, sedangkan bunyi alarm yang terus-menerus menandakan perintah evakuasi segera.
2. **Jalur Evakuasi:** Jalur evakuasi ditandai dengan rambu/stiker berwarna hijau dengan simbol orang berlari. Jalur ini harus dipastikan bebas dari hambatan (lemari, kardus, atau parkir motor).
3. **Titik Kumpul (*Assembly Point*):** Area terbuka yang aman dari risiko runtuhnya bangunan (biasanya di lapangan utama atau area parkir luar). Seluruh civitas akademika wajib berkumpul di sini untuk dilakukan pendataan ulang (*roll call*).

D. Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K)

Sebagai institusi kesehatan, STIKes Elisabeth Semarang harus memiliki standar P3K yang mumpuni:

1. **Kotak P3K:** Tersedia di setiap unit kerja dan laboratorium dengan isi yang sesuai standar (perban, antiseptik, kasa steril, sarung tangan, dll) dan dipantau masa kadaluarsanya oleh Tim K3.
2. **Tim First Aider:** Mahasiswa dan dosen (terutama yang memiliki latar belakang keperawatan) dilatih untuk menjadi tim penolong pertama sebelum korban dirujuk ke fasilitas kesehatan.
3. **Alur Rujukan:** Jika terjadi cedera serius, korban segera distabilisasi dan dirujuk menggunakan ambulans/kendaraan institusi ke Rumah Sakit terdekat (Rumah Sakit St. Elisabeth Semarang).

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Revisi :-
		Halaman : 25

BAB VIII

MONITORING, EVALUASI, DAN AUDIT

A. Jadwal Inspeksi K3 Rutin

Inspeksi dilakukan untuk memastikan bahwa seluruh standar yang telah ditetapkan dalam pedoman ini dijalankan secara konsisten di lapangan.

1. **Inspeksi Harian:** Dilakukan oleh petugas laboratorium dan petugas kebersihan untuk memastikan kebersihan ruangan, pengelolaan sampah, dan peralatan dalam kondisi aman sebelum digunakan.
2. **Inspeksi Bulanan:** Dilakukan oleh Tim K3 untuk mengecek ketersediaan APD, kondisi APAR, kotak P3K, dan kebersihan sanitasi di seluruh area kampus.
3. **Inspeksi Semesteran (6 Bulanan):** Dilakukan secara menyeluruh terhadap struktur bangunan, sistem kelistrikan, dan kelaikan sarana prasarana penunjang pendidikan.

B. Survei Kepuasan Civitas Akademika terhadap Fasilitas K3L

Untuk mengukur efektivitas penerapan K3, institusi melakukan survei secara periodik:


1. **Target Responden:** Mahasiswa (terutama setelah kembali dari lahan praktik), dosen, dan tenaga kependidikan.
2. **Indikator Penilaian:** Persepsi keamanan di lingkungan kampus, ketersediaan APD, kenyamanan fasilitas kerja, serta kecepatan respon Tim K3 dalam menangani insiden.
3. **Analisis Data:** Hasil survei diolah untuk melihat tren kepuasan dan mengidentifikasi area yang membutuhkan perbaikan mendesak.

C. Tindak Lanjut Hasil Audit Internal

Setiap hasil inspeksi dan survei dirangkum dalam laporan audit internal yang ditindaklanjuti sebagai berikut:

1. **Rapat Tinjauan Manajemen (RTM):** Hasil evaluasi K3 dibahas dalam RTM yang dihadiri oleh pimpinan STIKes untuk menentukan kebijakan strategis dan alokasi anggaran perbaikan.


Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN	Revisi :-
	KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Halaman : 25

2. **Langkah Korektif:** Tim K3 memberikan rekomendasi teknis kepada unit terkait (misal: pengadaan APAR baru, perbaikan jalur kabel, atau penambahan ventilasi di laboratorium).
3. **Verifikasi Tindak Lanjut:** Tim K3 melakukan pengecekan kembali untuk memastikan bahwa rekomendasi perbaikan telah dilaksanakan sepenuhnya sesuai tenggat waktu yang disepakati.



Instruksi kerja (IK) ini merupakan **Dokumen Terkendali** yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang

	STIKES ELISABETH SEMARANG	Kode/No : SPMI-STIBETH/BP/48/20
		Tahun : 2020
	PEDOMAN	Revisi :-
	KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	Halaman : 25

BAB IX PENUTUP

Buku Pedoman Keselamatan, Kesehatan Kerja (K3) STIKes Elisabeth Semarang ini disusun sebagai acuan baku bagi seluruh civitas akademika dalam menciptakan lingkungan pendidikan yang aman dan berorientasi pada keselamatan manusia serta lingkungan.

Kami menyadari bahwa dokumen ini bukan merupakan instrumen yang statis, melainkan dinamis, sehingga perlu terus disesuaikan dengan perkembangan ilmu pengetahuan kesehatan dan regulasi pemerintah yang berlaku. Keberhasilan implementasi pedoman ini sangat bergantung pada komitmen individu dalam menerapkan nilai-nilai *Self Care* dan budaya keselamatan di setiap aktivitas harian.

Semoga pedoman ini dapat berkontribusi nyata dalam pencapaian visi STIKes Elisabeth Semarang menjadi pusat pendidikan kesehatan unggul yang kompetitif di tingkat nasional maupun global, serta memberikan perlindungan maksimal bagi aset berharga institusi, yaitu sumber daya manusianya.

Instruksi kerja (IK) ini merupakan Dokumen Terkendali yang tidak diperkenankan digandakan dalam bentuk apapun juga tanpa ijin dari Badan Penjaminan Mutu (BPM) Stikes St. Elisabeth Semarang