

Penerapan Norma Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) Di Tempat Kerja

Oleh :

HARUN ALRASYID



LATAR BELAKANG

- Sumber bahaya di tempat kerja
- Disadari tapi tidak dimengerti
- Dapat mengakibatkan cedera terhadap pekerja (manusianya)
- Adanya kecelakaan dan kematian akibat kecelakaan kerja.
- Belum diselenggarakan P3K di tempat kerja
- Perlunya P3K di tempat kerja

Kecelakaan Industri

- ❖ Jatuh Dari Ketinggian
- ❖ Kejatuhan Benda
- ❖ Terantuk, Tersandung, Tergelincir
- ❖ Terjepit Diantara Benda
- ❖ Terlanggar, Tertumbuk, Tertabrak, Tergilas Benda
- ❖ Terpotong
- ❖ Terkilir
- ❖ Terbakar Akibat/Berhubungan Dengan Suhu Tinggi/Korosif/Radiasi
- ❖ Tersengat Arus Listrik
- ❖ Lain-lain

❖ Dasar Hukum

- ❖ Undang-Undang No. 1 tahun 1970 ttg
Keselamatan Kerja.
- ❖ Permenakertrans No 01 tahun 1976 ttg
Kewajiban Latihan Hiperkes Bagi Dokter
Perusahaan
- ❖ Permenakertrans No 01 tahun 1979 ttg
Kewajiban Latihan Hiperkes Bagi Paramedis
Perusahaan
- ❖ Permennaker No. Per. 03/Men/1982 ttg
Pelayanan Kesehatan Kerja.
- ❖ Permennakertrans No. Per. 15/Men/VIII/2008 ttg
Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan di
Tempat Kerja

Kondisi Fisiologis Manusia

- ❖ Pernafasan.
- ❖ Denyut nadi.
- ❖ Kesadaran.
- ❖ Turgor (elastisitas kulit).
- ❖ Reflek.
- ❖ Sistem otot, kerangka dan sendi

Prinsip Dasar Tindakan Pertolongan Pertama

1. Pedoman Tindakan dalam berbagai situasi lingkungan dan kondisi korban.
2. Ciri-ciri Gangguan pada korban yang harus ditolong termasuk keadaan khusus.
3. Kesiapan pertolongan baik tenaga penolong maupun sarana dan peralatan yang diperlukan.

Pedoman Tindakan

1. Memiliki Pengetahuan & Keterampilan
2. Menggunakan Alat Pelindung Diri yang tepat dan cocok serta prosedur yang benar
3. Penilaian kondisi tempat kejadian
4. Mengamankan tempat kejadian (:
 - Menghilangkan sumber bahaya
 - Mengamankan korban di tempat yang aman
5. Melakukan Pertolongan pertama pada korban dgn cara :
 - menilai kondisi korban
 - memberikan pertolongan sesuai dengan kondisi korban

CIRI-CIRI GANGGUAN PADA KORBAN

Gangguan Umum :

- Gangguan Pernafasan (sumbatan jln nafas, menghisap asap/gas beracun, kelemahan / kekejangan otot pernafasan
- gangguan kesadaran (benturan/pukulan ke kepala, sengatan matahari langsung, kekurangan oksigen/zat asam)
- Gangguan peredaran darah (pendarahan yang hebat . Luka bakar yang luas, rasa nyeri hebat, kekuarangan cairan tubuh, alergiatau tidak tahan obat/bahan kimia tertentu

Gangguan Lokal

- Pendarahan /luka yg disebabkan pembuluh darah/ jaringan terputus
- Patah tulang (benturan /pukulan)
- Luka bakar (panas kering/ basah , kontak dgn aliran listrik dll)

Kesiapan Pertolongan dalam P3K

- Tersedianya petugas P3K di tempat kerja yang terlatih
- Fasilitas P3K di tempat kerja

Siapa saja yang dapat memberikan P3K ?

- Tenaga Kesehatan
- Orang yang terdekat dengan korban yang sudah dibekali pengetahuan & ketrampilan P3K

Apa yg dapat **diperbuat** dalam P3K?

- Menilai situasi
- Mengamankan tempat kejadian

Menilai situasi :

- Mengenalinya bahaya diri sendiri & orang lain
- Memperhatikan sumber bahaya
- Memperhatikan jenis pertolongan
- Memperhatikan adanya bahaya susulan

Mengamankan tempat kejadian

- Memperhatikan penyebab kecelakaan
- Utamakan keselamatan diri sendiri
- Singkirkan sumber bahaya yang ada
- Hilangkan faktor bahaya
- Singkirkan korban dengan cara yang aman

Pemberian Pertolongan

- Periksa kesadaran
- Periksa Pernafasan
- Periksa tanda-tanda perdarahan dan peredaran darah
- Periksa keadaan lokal (patah tulang, luka) , perhatikan keluhan korban, minta ditunjukkan tempat yang sakit/nyeri, lihat apa ada yang luka, Beritahu akan ditolong.
- Berikan pertolongan sesuai status korban :
 - Baringkan korban dngn kepala lebih rendah dari tubuh
 - Bila ada tanda henti nafas & jantung berikan resusitasiJantung Paru (RJP)
 - selimuti korban
 - luka ringan diobati, luka berat ke RS/klinik/dokter

Faktor-faktor dalam penyediaan Petugas & Fasilitas P3K di tempat kerja

- Sifat pekerjaan perusahaan
- Jumlah & potensi bahaya bahan/sumber bahaya di tempat kerja
- Pelayanan kesehatan terdekat dari tempat kerja
- Lokasi tempat kerja
- Jenis industri
- Jumlah pekerja yang ada
- Adanya Shift kerja
- Ukuran & lay out Perusahaan



Permennakertrans No. Per. 15/Men/VIII/2008 Tentang
**Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan di
Tempat Kerja**

PENGERTIAN

❖ **Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) :**

Upaya memberi pertolongan pertama pada korban kecelakaan atau penyakit mendadak, dg cepat & tepat sebelum korban mendapat pertolongan lebih lanjut

❖ **P3K di tempat kerja :**

Upaya memberikan pertolongan pertama secara cepat dan tepat kepada pekerja/buruh dan/atau orang lain yang berada di tempat kerja, yang mengalami sakit atau cidera di tempat kerja.

❖ **Pengawasan P3K di tempat kerja :**

Pengawasan thd peraturan per-uu terkait penyelenggaraan P3K di tempat kerja

Pengertian

❖ **Petugas P3K di tempat kerja :**

Pekerja/buruh yang ditunjuk oleh pengurus/pengusaha dan disertai tugas tambahan untuk melaksanakan P3K di tempat kerja.

❖ **Fasilitas P3K di tempat kerja :**

Peralatan, perlengkapan, dan bahan yang digunakan dalam pelaksanaan P3K di tempat kerja.

Kewajiban pengusaha (ps 2) :

- 1) Pengusaha wajib menyediakan petugas P3K dan fasilitas P3K di tempat kerja.
- 2) Pengurus wajib melaksanakan P3K di tempat kerja.

Syarat Petugas P3K Di Tempat Kerja (Ps 3) :

- 1) Harus memiliki lisensi dan buku kegiatan P3K dari instansi ketenagakerjaan.
- 2) Syarat-syarat pemberian lisensi petugas P3K Di Tempat Kerja :
 - a. Bekerja pada perusahaan yang bersangkutan;
 - b. Sehat jasmani dan rohani;
 - c. Bersedia ditunjuk menjadi petugas P3K;
 - d. Memiliki pengetahuan dan keterampilan dasar di bidang P3K di tempat kerja (telah memiliki sertifikat pelatihan P3K di Tempat Kerja).

Ps 4

- Petugas P3K dalam melaksanakan tugasnya dapat meninggalkan pekerjaan utamanya untuk memberikan pertolongan bagi pekerja/buruh dan/atau orang lain yang mengalami sakit atau cedera di tempat kerja
- Petugas P3K di tempat kerja ditentukan berdasarkan jumlah pekerja/buruh dan potensi bahaya di tempat kerja (dengan rasio sebagaimana Lampiran I Permenakertrans No. Per.15 Tahun /2008 .

RASIO JUMLAH PETUGAS P3K DI TEMPAT KERJA DENGAN JUMLAH PEKERJA BERDASARKAN KLASIFIKASI TEMPAT KERJA

Klasifikasi Tempat Kerja	Jumlah pekerja	Jumlah petugas P3K
Tempat kerja dengan potensi bahaya rendah	25 – 150 org	1 org
	>150	1 orang untuk setiap 150 orang atau kurang
Tempat kerja dengan potensi bahaya tinggi	≤100	1 orang
	>100	1 orang untuk setiap 100 orang atau kurang

Pengurus wajib mengatur tersedianya Petugas P3K pada :

- a) tempat kerja dengan unit kerja berjarak 500 meter atau lebih sesuai jumlah pekerja/buruh dan potensi bahaya di tempat kerja;
- b) tempat kerja di setiap lantai yang berbeda di gedung bertingkat sesuai jumlah pekerja/buruh dan potensi bahaya di tempat kerja;
- c) tempat kerja dengan jadwal kerja *shift* sesuai jumlah pekerja/buruh dan potensi bahaya di tempat kerja.

Petugas P3K di tempat kerja mempunyai tugas :

- a) Melaksanakan tindakan P3K di tempat kerja;
- b) Merawat fasilitas P3K di tempat kerja;
- c) Mencatat setiap kegiatan P3K dalam buku kegiatan;
dan
- d) Melaporkan kegiatan P3K kepada pengurus.

- Pengurus wajib memasang pemberitahuan tentang nama dan lokasi petugas P3K di tempat kerja pada tempat yang mudah terlihat.
- Petugas P3K di tempat kerja dapat menggunakan tanda khusus yang mudah dikenal oleh pekerja/buruh yang membutuhkan pertolongan.

Fasilitas P3K di Tempat Kerja

1. Fasilitas P3K meliputi:
 - a) Ruang P3K;
 - b) Kotak P3K dan isi;
 - c) Alat evakuasi dan alat transportasi; dan
 - d) Fasilitas tambahan berupa alat pelindung diri dan/atau peralatan khusus di tempat kerja yang memiliki potensi bahaya yang bersifat khusus.
2. Alat pelindung diri khusus : peralatan yang disesuaikan dengan potensi bahaya yang ada di tempat kerja yang digunakan dalam keadaan darurat.
3. Peralatan khusus : alat untuk pembasahan tubuh cepat (shower) dan pembilasan/pencucian mata.

Fasilitas P3K di Tempat Kerja

- Pengusaha wajib menyediakan ruang P3K dalam hal :
 - mempekerjakan pekerja/buruh 100 orang atau lebih;
 - mempekerjakan pekerja/buruh kurang dari 100 orang dengan potensi bahaya tinggi .

Persyaratan ruang P3K :

1. Lokasi ruang P3K :

- Dekat dengan toilet/kamar mandi;
- Dekat jalan keluar;
- Mudah dijangkau dari area kerja; dan
- Dekat dengan tempat parkir kendaraan.

2. Luas minimal cukup untuk menampung satu tempat tidur pasien dan masih terdapat ruang gerak bagi seorang petugas p3k serta penempatan fasilitas P3K lainnya;

3. Bersih dan terang, ventilasi baik, memiliki pintu dan jalan yang cukup lebar untuk memindahkan korban;

4. Diberi tanda yang jelas dengan papan nama yang jelas dan mudah dilihat;

Persyaratan ruang P3K :

4. Sekurang-kurangnya dilengkapi dengan :
 - wastafel dengan air mengalir;
 - Kertas tissue/lap;
 - Usungan/tandu;
 - Bidai/*spalk*;
 - Kotak P3K dan isi;
 - Tempat tidur dengan bantal dan selimut;
 - Tempat untuk menyimpan alat-alat, seperti : tandu dan/atau kursi roda;
 - Sabun dan sikat;
 - Pakaian bersih untuk penolong;
 - Tempat sampah; dan
 - Kursi tunggu bila diperlukan.

Persyaratan Kotak P3K

1. Terbuat dari bahan yang kuat dan mudah dibawa, berwarna dasar putih dengan lambang P3K berwarna hijau;
2. Isi kotak P3K sebagaimana tercantum dalam lampiran II peraturan ini dan tidak boleh diisi bahan atau alat selain yang dibutuhkan untuk pelaksanaan P3K di tempat kerja;
3. Penempatan kotak P3K :
 - a) Pada tempat yang mudah dilihat dan dijangkau, diberi tanda arah yang jelas, cukup cahaya serta mudah diangkat apabila akan digunakan;
 - b) Disesuaikan dengan jumlah pekerja/buruh, jenis dan jumlah kotak P3K sebagaimana tercantum dalam lampiran III peraturan menteri ini;
 - c) Dalam hal tempat kerja dengan unit kerja berjarak 500 meter atau lebih masing-masing unit kerja harus menyediakan kotak P3K sesuai jumlah pekerja/buruh;
 - d) Dalam hal tempat kerja pada lantai yang berbeda di gedung bertingkat, maka masing-masing unit kerja harus menyediakan kotak P3K sesuai jumlah pekerja/buruh.



Alat evakuasi dan alat transportasi meliputi:

- a) tandu atau alat lain untuk memindahkan korban ke tempat yang aman atau rujukan; dan
- b) mobil ambulance atau kendaraan yang dapat digunakan untuk pengangkutan korban.

ISI KOTAK P3K

No	ISI	KOTAK A (untuk 25 TK/ kurang)	KOTAK B (untuk 50 TK/ kurang)	KOTAK C (untuk 100 TK/kurang)
1.	Kasa steril terbungkus	20	40	40
2.	Perban (lebar 5 cm)	2	4	6
3.	Perban (lebar 10 cm)	2	4	6
4.	Plester (lebar 1,25 cm)	2	4	6
5.	Plester Cepat	10	15	20
6.	Kapas (25 gram)	1	2	3
7.	Kain segitiga/mittela	2	4	6
8.	Gunting	1	1	1
9.	Peniti	12	12	12
10.	Sarung tangan sekali pakai (pasangan)	2 2	3 4	4 6
11.	Masker	1	1	1
12.	Pinset	1	1	1
13.	Lampu senter	1	1	1
14.	Gelas untuk cuci mata	1	2	3
15.	Kantong plastik bersih	1	1	1
16.	Aquades (100 ml lar. Saline)	1	1	1
17.	Povidon Iodin (60 ml)	1	1	1
18.	Alkohol 70%	1	1	1
19.	Buku panduan P3K di tempat kerja	1	1	1
20.	Buku catatan	1	1	1
21.	Daftar isi kotak			

JUMLAH PEKERJA/BURUH, JENIS KOTAK P3K DAN JUMLAH KOTAK P3K

Jumlah Pekerja	Jenis Kotak P3K	Jumlah Kotak P3K Tiap 1 (Satu) Unit Kerja
< 26 org	A	1 kotak A
26 s.d 50 org	B/A	1 kotak B atau, 2 kotak A
51 s.d 100 org	C/B/A	1 kotak C atau, 2 kotak B atau, 4 kotak A atau, 1 kotak B dan 2 kotak A
Setiap 100 org	C/B/A	1 kotak C atau, 2 kotak B atau, 4 kotak A atau, 1 kotak B dan 2 kotak A

Keterangan :

1 kotak B setara dengan 2 kotak A

1 kotak C setara dengan 2 kotak B

Pengawasan Pelaksanaan P3K di Tempat Kerja

- **Fasilitas :**

- Kotak P3K
- Isi kotak P3K
- Buku pedoman
- Ruang P3K
- Perlengkapan P3K (alat perlindungan, alat darurat, alat angkut dan transportasi)

- **Personil :**

- Penanggung Jawab : dokter pimpinan PKK, Ahli K3
- Petugas P3K : Sertifikat pelatihan P3K di tempat kerja

Pembinaan Pengawasan Pelaksanaan P3K Di Tempat Kerja

❖ Internal Perusahaan

- Pengurus Perusahaan
- Dokter Perusahaan/DPKTK
- Ahli K3, Ahli K3 Kesehatan Kerja
- Auditor Internal

❖ External Perusahaan

- Pegawai Pengawas Ketenagakerjaan
- Auditor External

Pelaksanaan P3K Di Tempat Kerja

- ❑ Pengorganisasian melalui : P2K3
- ❑ Penerapan melalui :
 - ✓ Penyelenggaraan Pelayanan Kesehatan Kerja
 - ✓ Merupakan bagian dari upaya penanggulangan keadaan darurat (*Emergency Respond*)
- ❑ Dilakukan oleh petugas terlatih

THANKS

