

倉庫業の安全衛生

Belajar Lewat Komik

Kesehatan dan Keselamatan Kerja di Industri Pergudangan



Materi ajar audiovisual ini dibuat dengan tujuan untuk mempelajari dasar-dasar kesehatan dan keselamatan kerja untuk para pekerja di industri pergudangan.



Hari ini, mari kita belajar tentang kesehatan dan keselamatan kerja di industri pergudangan!



Industri pergudangan merupakan pekerjaan penting yang mendukung kehidupan masyarakat.

Iya, benar!



Gudang merupakan tempat penyimpanan berbagai jenis barang, ya.

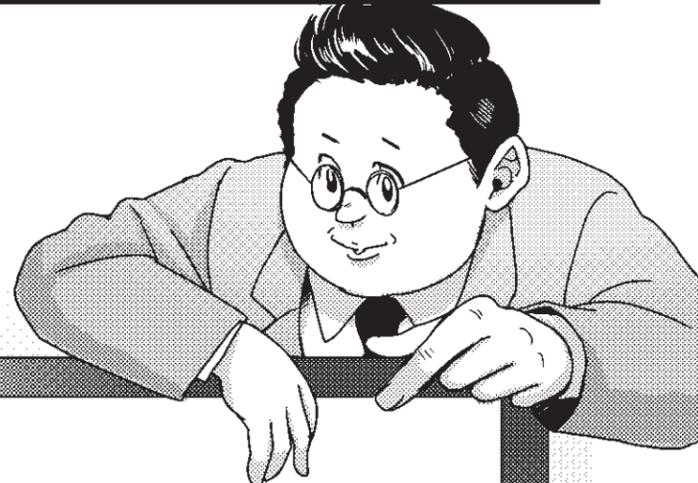
Ini merupakan pekerjaan dengan tanggung jawab besar untuk mengirim barang pada saat yang diperlukan.



Kecelakaan kerja juga dapat terjadi di tempat seperti itu.

Wah!

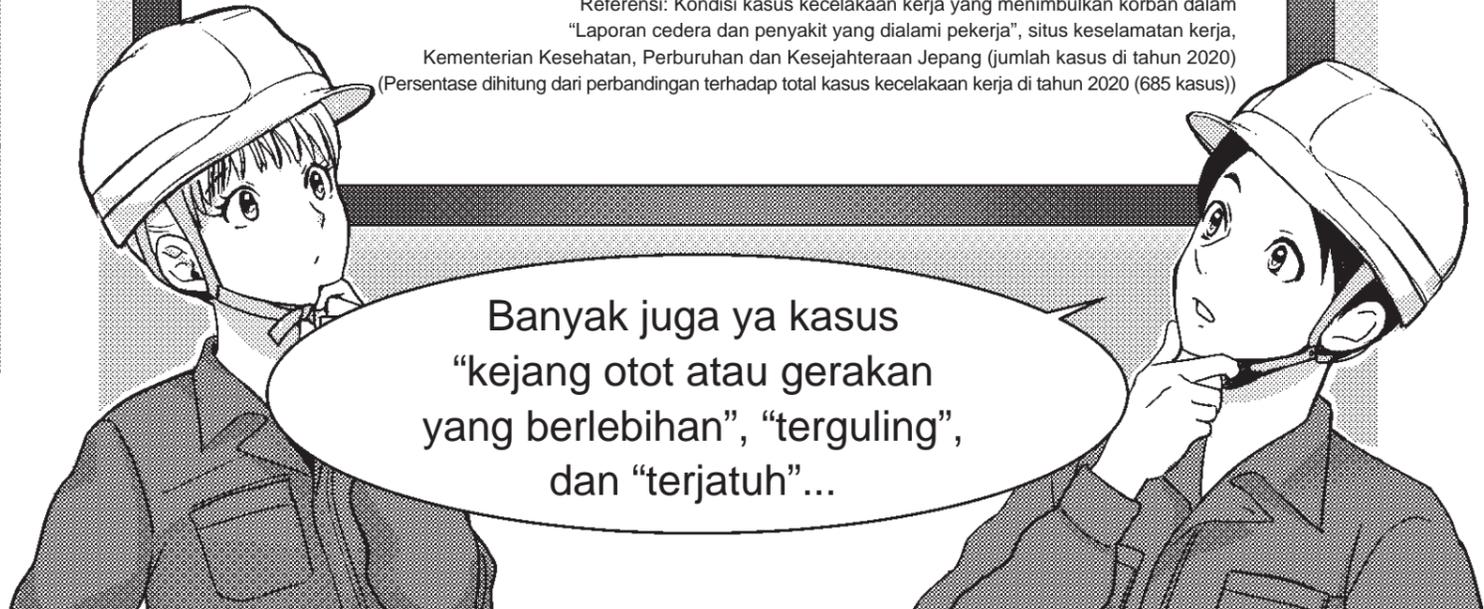
Mari kita lihat penyebab utama kecelakaan kerja di sana.



Jumlah korban akibat kecelakaan kerja

1	Kejang otot atau gerakan yang berlebihan	151 orang (22%)
2	Terguling	143 orang (21%)
3	Terjatuh	94 orang (14%)
4	Terjepit atau tersangkut	86 orang (13%)
5	Tertabrak	61 orang (9%)

Referensi: Kondisi kasus kecelakaan kerja yang menimbulkan korban dalam "Laporan cedera dan penyakit yang dialami pekerja", situs keselamatan kerja, Kementerian Kesehatan, Perburuhan dan Kesejahteraan Jepang (jumlah kasus di tahun 2020) (Persentase dihitung dari perbandingan terhadap total kasus kecelakaan kerja di tahun 2020 (685 kasus))



Banyak juga ya kasus "kejang otot atau gerakan yang berlebihan", "terguling", dan "terjatuh"...

Benar sekali.
Contohnya dalam kasus "kejang otot atau gerakan yang berlebihan",

Pernah terjadi kasus kecelakaan di mana ada pekerja yang membawa atau mengangkat barang kemudian ia mengalami cedera pada bagian pinggang, bahu, serta lengan.



Kita perlu berhati-hati khususnya saat mengangkat barang yang berat atau berbalik sambil membawa barang karena gerakan tersebut dapat dengan mudah menyebabkan sakit pinggang.

Iya, kita perlu berhati-hati karena barang yang berada di dalam kardus tidak dapat diketahui beratnya hanya dengan melihatnya saja.

Bertambahnya jumlah barang yang keluar masuk gudang karena peningkatan aktivitas logistik mungkin menjadi salah satu penyebabnya.

Apa yang dapat dilakukan untuk mencegahnya?

Tidak hanya kehati-hatian dari pekerja itu sendiri, tetapi kepatuhan terhadap aturan dan prosedur kerja yang telah ditetapkan juga penting.

Ribet juga ya karena ada banyak aturan...
Intinya, kita cukup berhati-hati, kan?

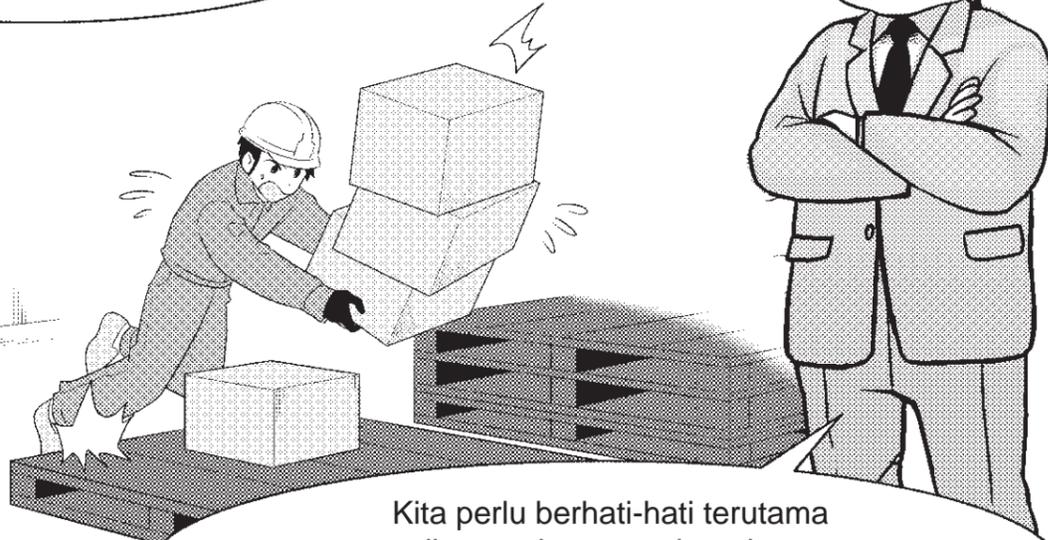
Apa?

Walaupun merepotkan, hal itu sangat penting untuk mencegah kalian dan orang lain cedera!

Ba, baik!

Uff...

Selanjutnya adalah kasus "terguling".
Ada banyak kasus kecelakaan ketika
pekerja membawa banyak barang sekaligus
kemudian tersandung karena tidak
menyadari ada penghalang di depannya.



Kita perlu berhati-hati terutama
di area pintu masuk gudang
karena di sana sering ditempatkan
barang-barang seperti palet.

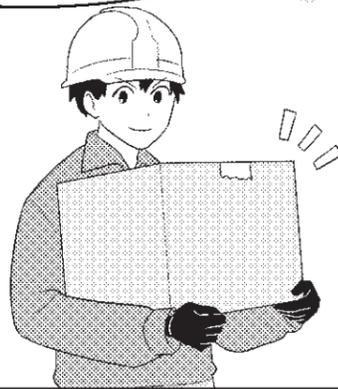
Kalau sampai tidak bisa bekerja
karena cedera, keluarganya pasti
akan khawatir dan pemasukannya pun
akan mengalami masalah...



Itulah sebabnya mengapa
kita perlu untuk selalu
berhati-hati dalam bertindak.



Saat membawa barang, mari kita
perhatikan ketinggian barang yang
dibawa agar tidak menutupi pandangan,
menggunakan troli, serta berhati-hati
terhadap kondisi sekitar.



Cara memegang dan membawa
barang yang benar itu penting untuk
mencegah kita mengalami
cedera seperti sakit pinggang.

Kalau kasus "terjatuh",
kapan biasanya terjadi?



Contohnya ada kasus
kecelakaan ketika seorang
pekerja ingin memeriksa
barang di rak palet,

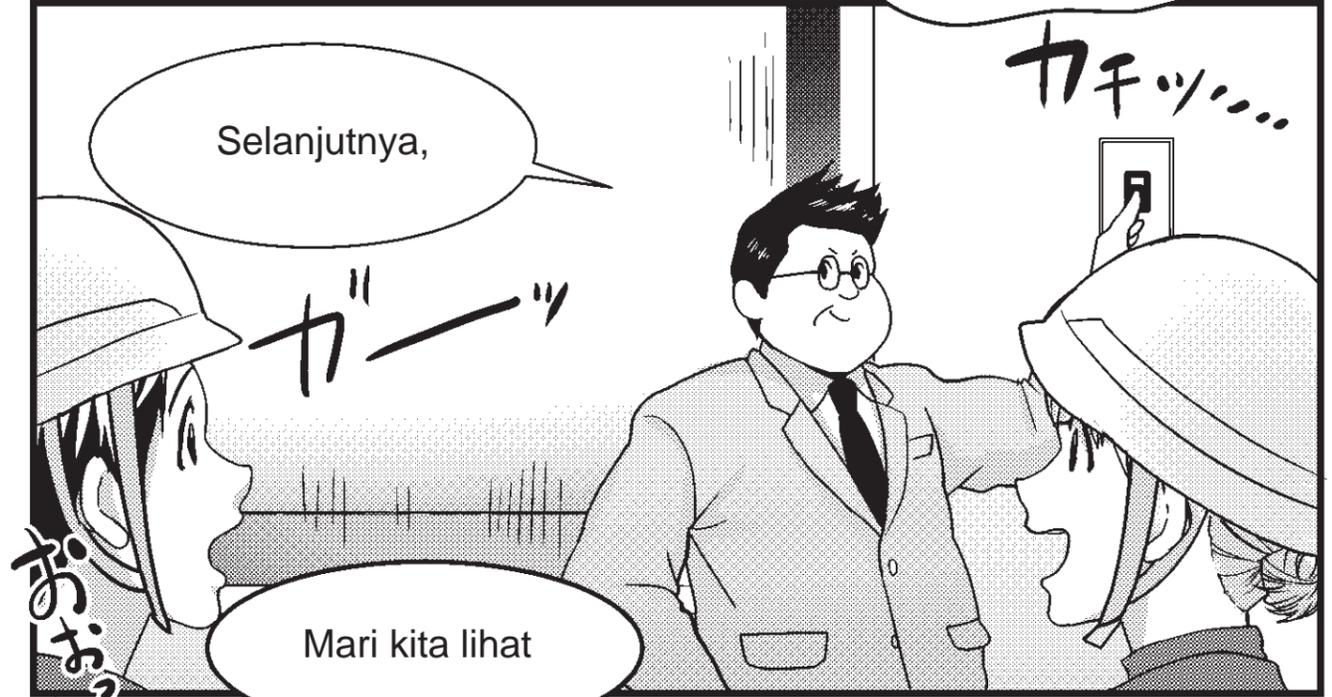
Kemudian tangannya
tergelincir saat menaiki
rak palet tersebut
sehingga ia terjatuh.



Oh, begitu...

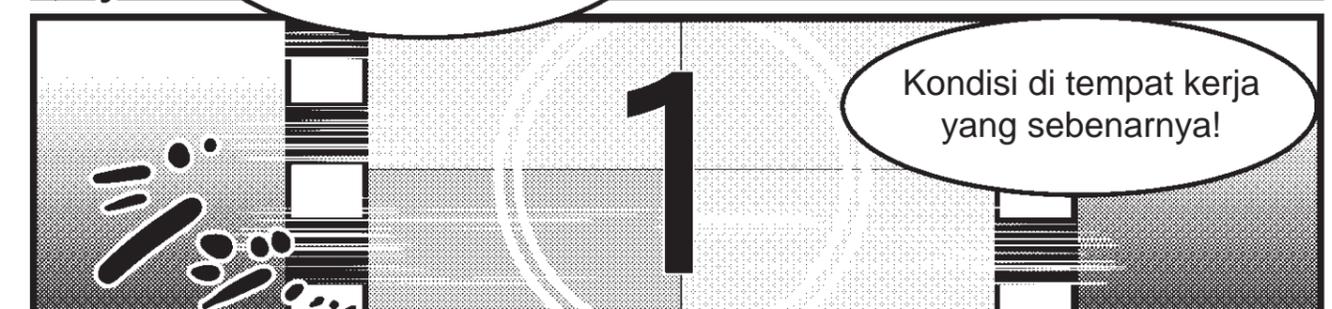


Selanjutnya,

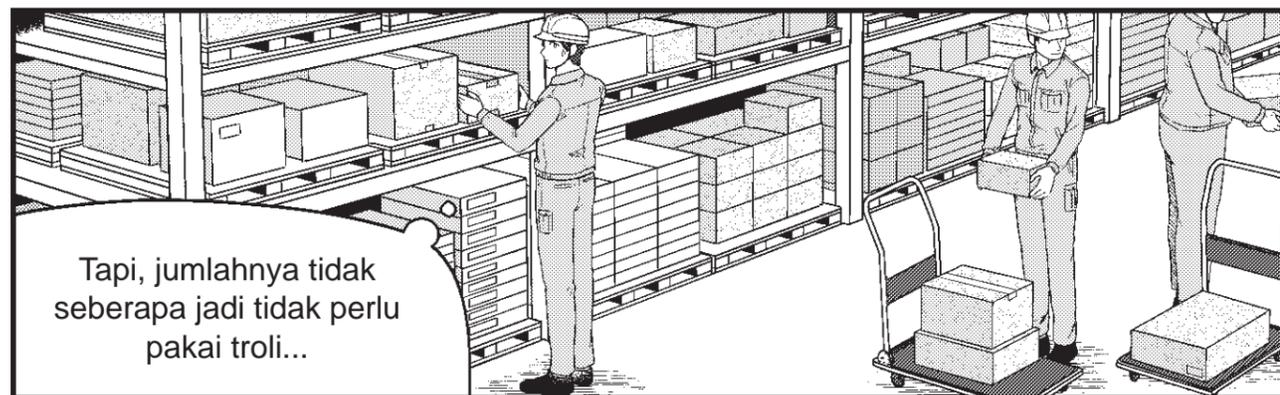
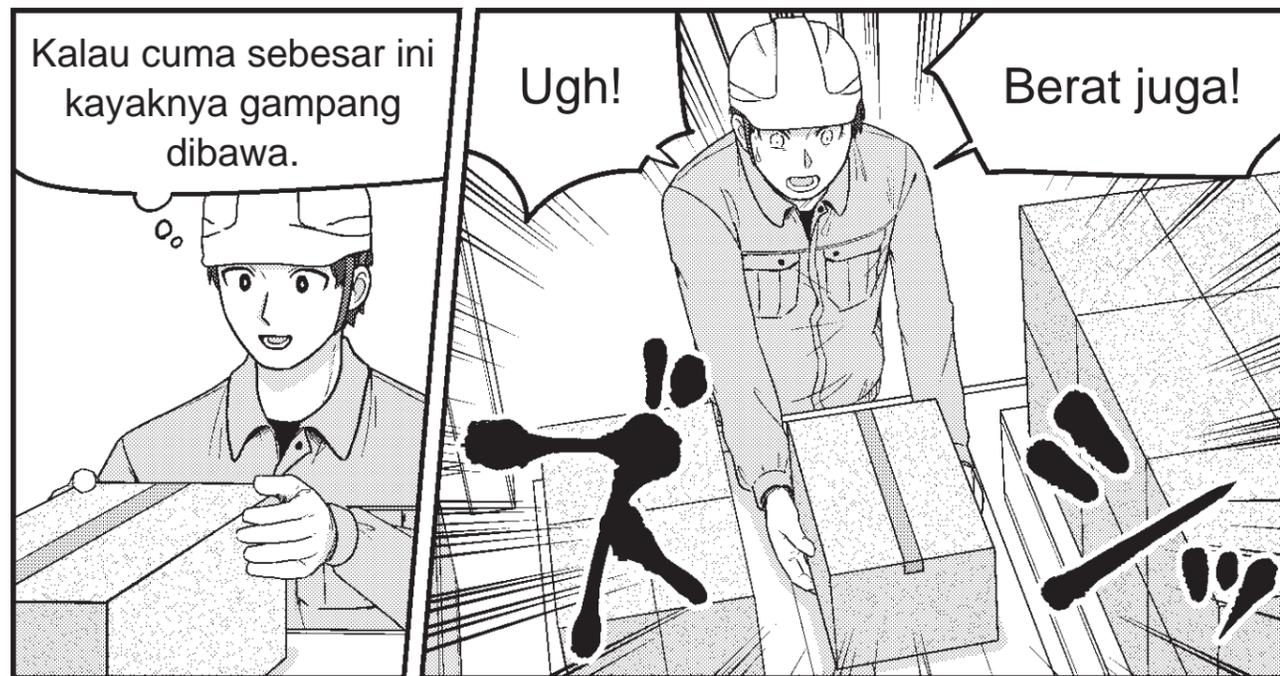


Mari kita lihat

Kondisi di tempat kerja
yang sebenarnya!



CASE 1





Aduh,
pinggangku
sakit!

Apa karena tadi aku
bawa barang dengan
postur yang
dipaksakan, ya?



Kamu
baik-baik saja?

Ada yang sakit?

Sepertinya
pinggang saya terkilir.



Sudah, istirahat
saja sana, biar
saya yang bawa.



Mari kita istirahat
saja di kantor.



Bawa beberapa
barang sekaligus
kayaknya lebih efektif
kalau sendirian.



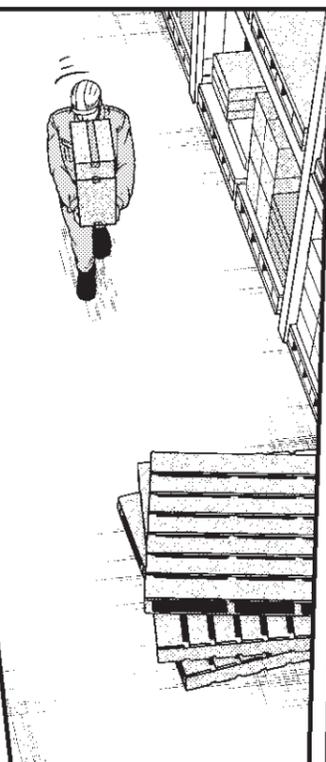
2 barang
digabung.



OK,
berangkat!



Tidak bisa melihat
depan sih, tapi
sudah lah bawa saja.

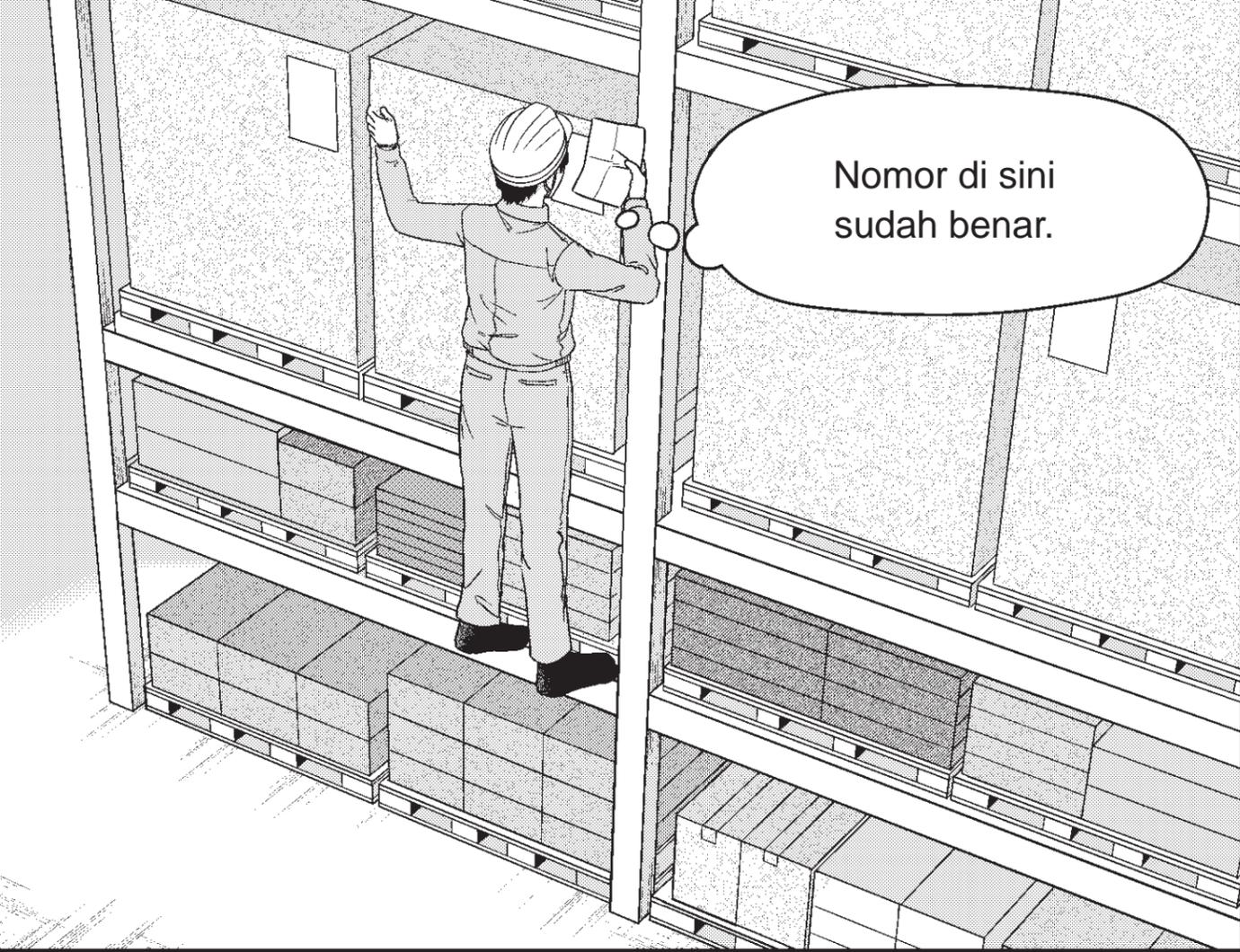


Aduh!



CASE 2

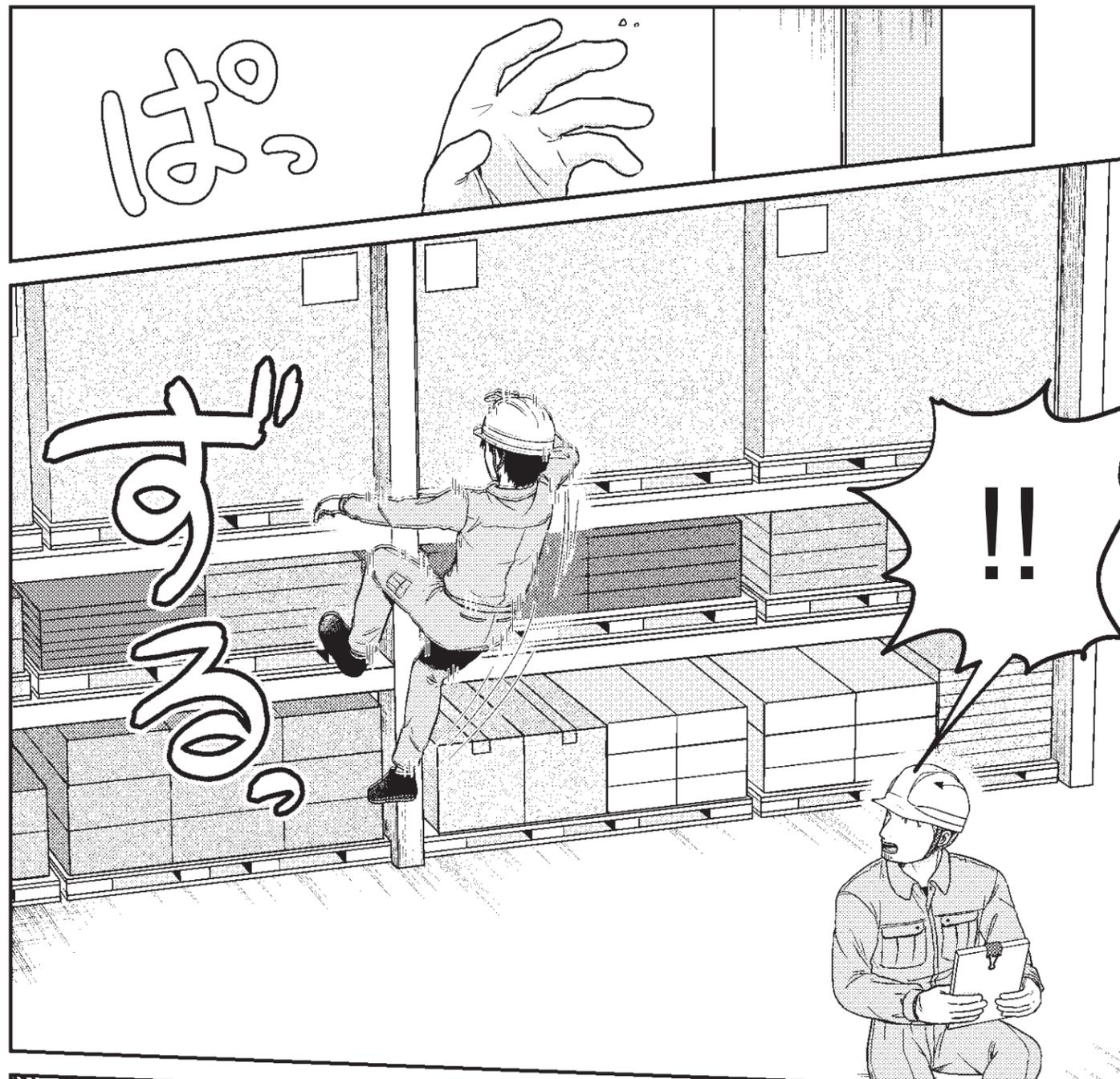




Nomor di sini sudah benar.



Selanjutnya, cek kotak yang ini.



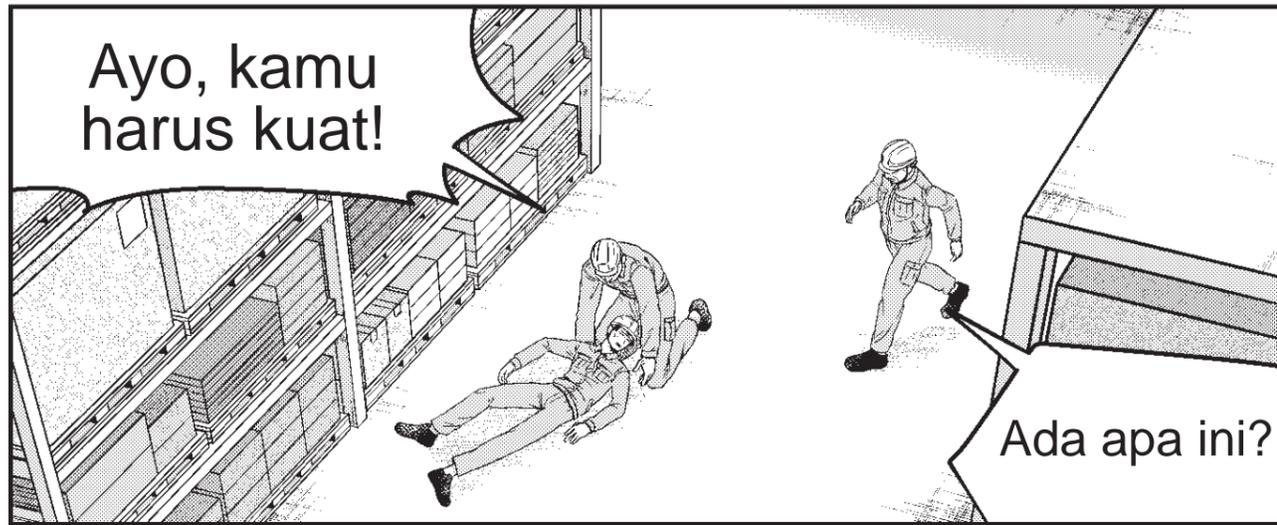
はっ

ずる

!!



Kamu baik-baik saja?



Ayo, kamu harus kuat!

Ada apa ini?



Mungkin terkena sengatan panas.

Ayo kita pindah ke tempat yang sejuk.



Oh, jadi kamu sudah tidak enak badan sejak sebelum mulai kerja, ya. Kepala kamu terbentur?

Tidak. Kepala saya tidak terbentur.



Kamu harus melapor saat merasa tidak enak badan.

Saat memeriksa barang di tempat yang tinggi, gunakan cara yang aman seperti dengan tangga atau tangga lipat.

Jangan memanjat tiang.



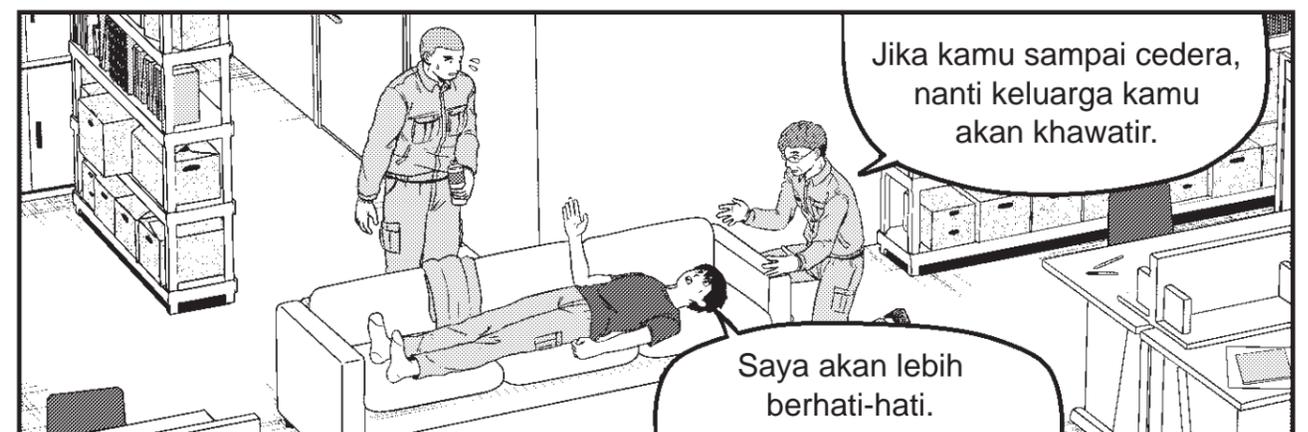
Ada risiko jatuh saat bekerja di tempat yang tinggi.

Kamu juga, kalau melihat ada teman yang tidak enak badan, suruh dia istirahat.

Baik.

Ba, baik!

Apalagi saat cuaca panas, akan mudah terkena sengatan panas.



Jika kamu sampai cedera, nanti keluarga kamu akan khawatir.

Saya akan lebih berhati-hati.

CASE 3

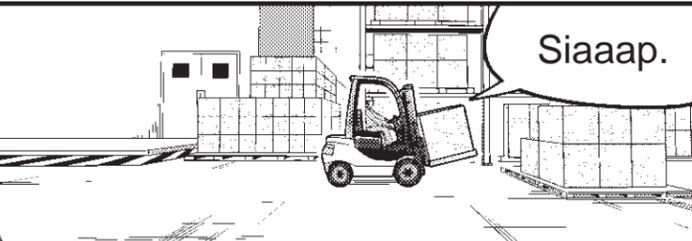


Rasanya sudah mulai terbiasa nyetir forklif seperti ini.

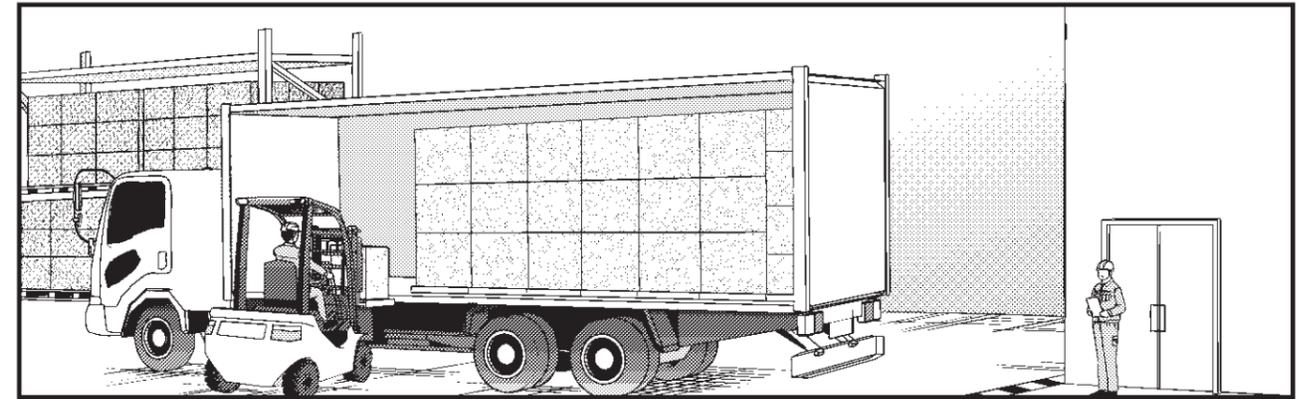
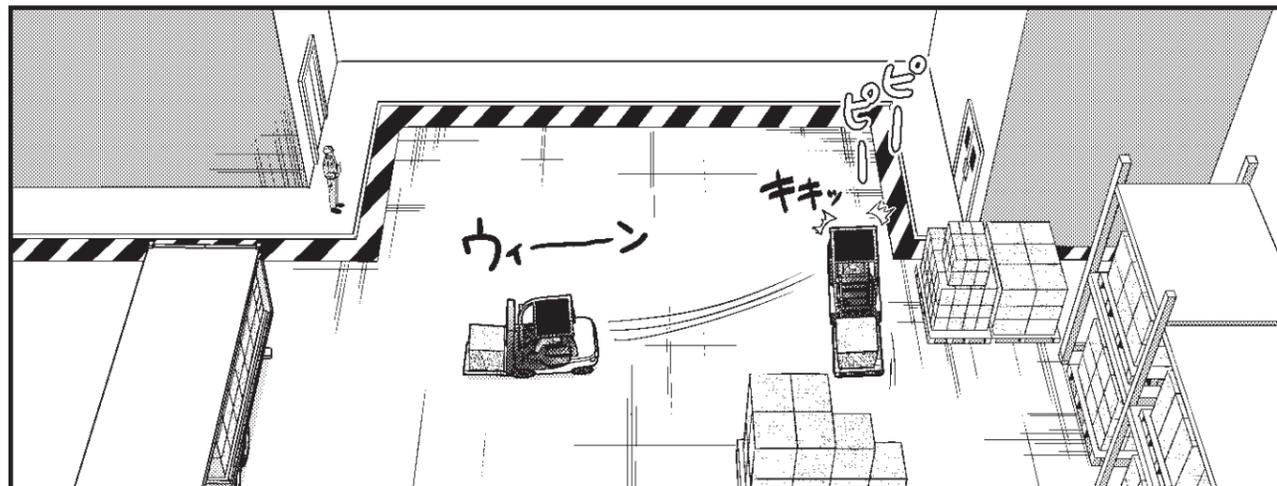


Pekerjaan memindahkan barang juga tinggal sedikit lagi. Ayo, segera diselesaikan!

Jangan lupa cek sekeliling!



Siaaap.



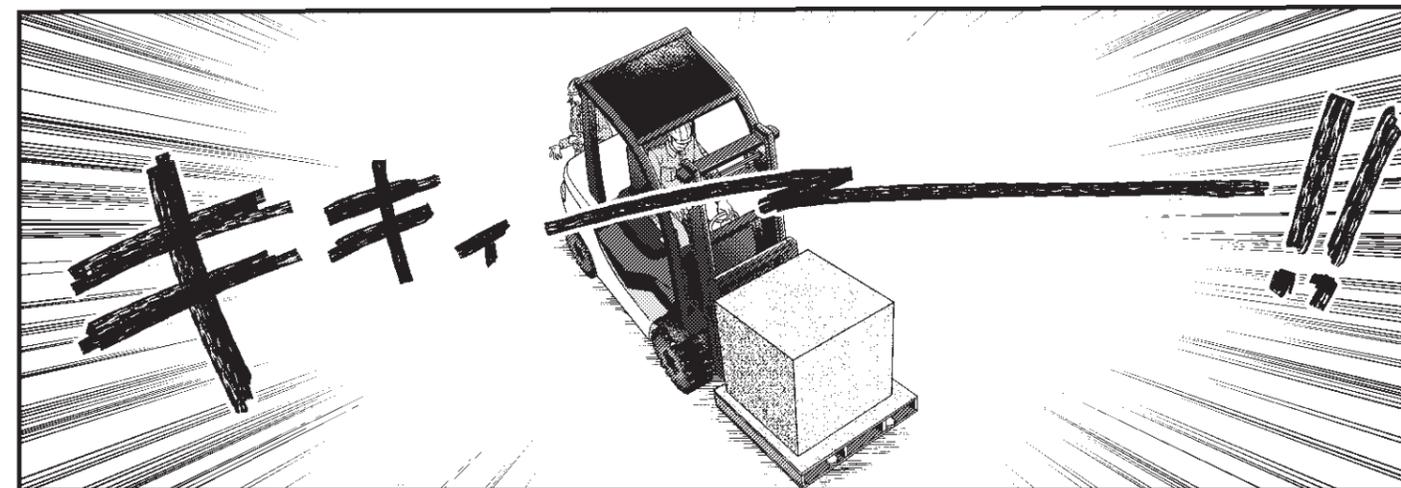
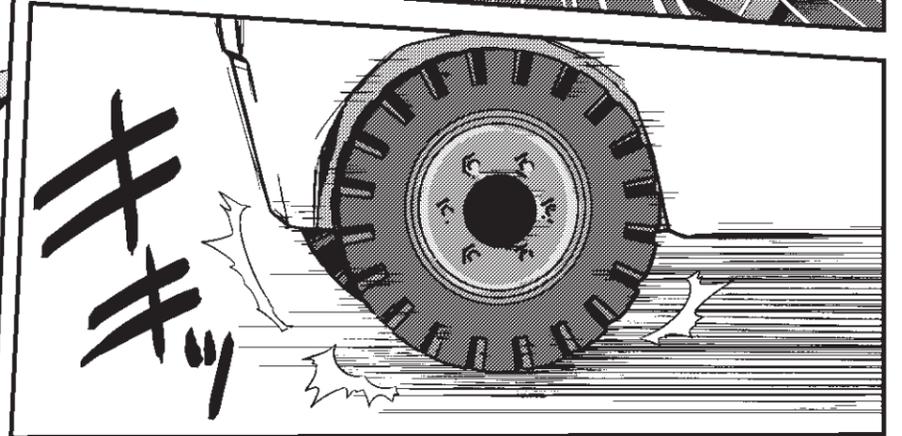
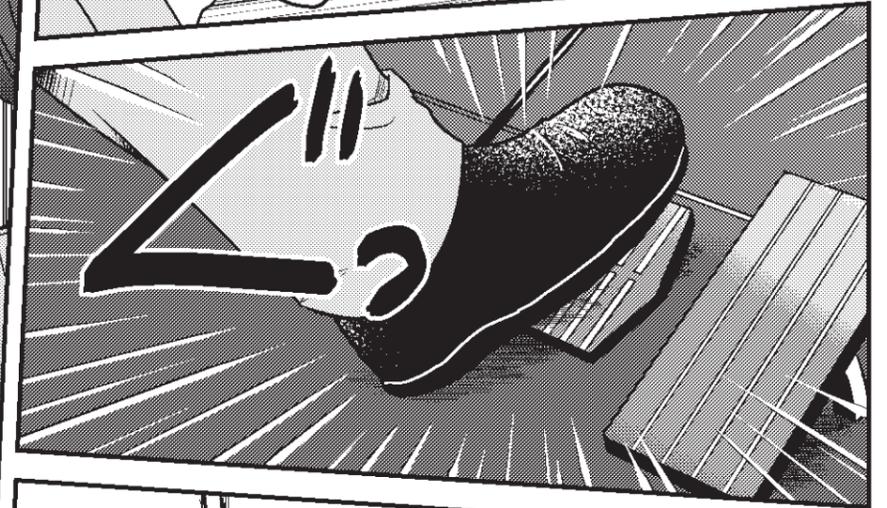
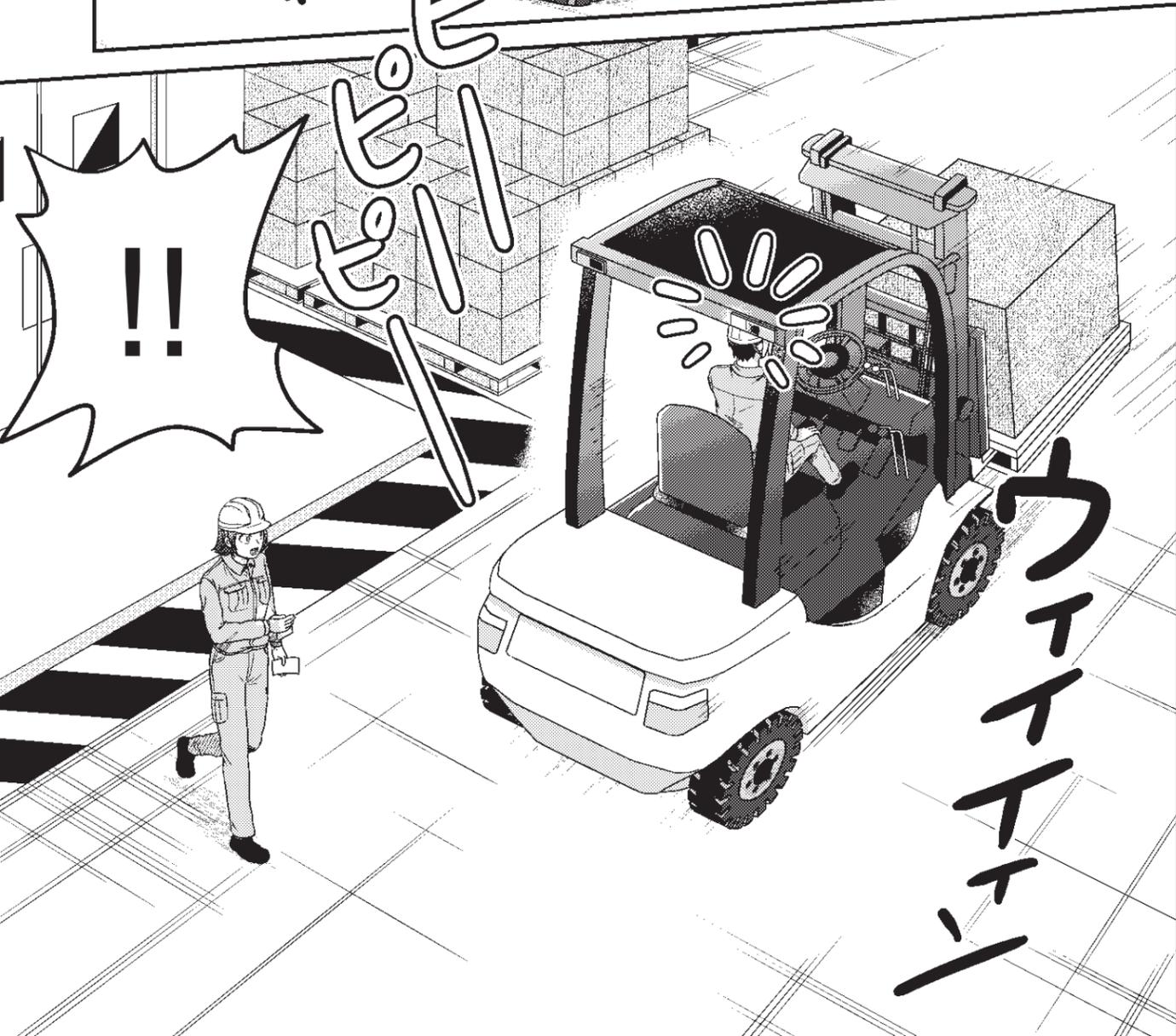
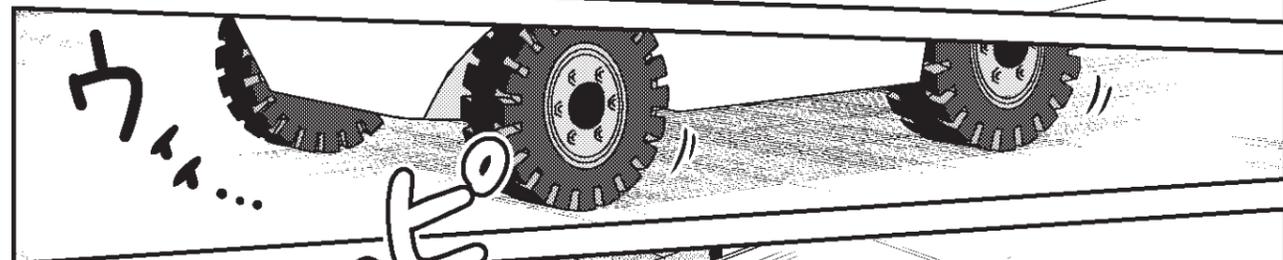
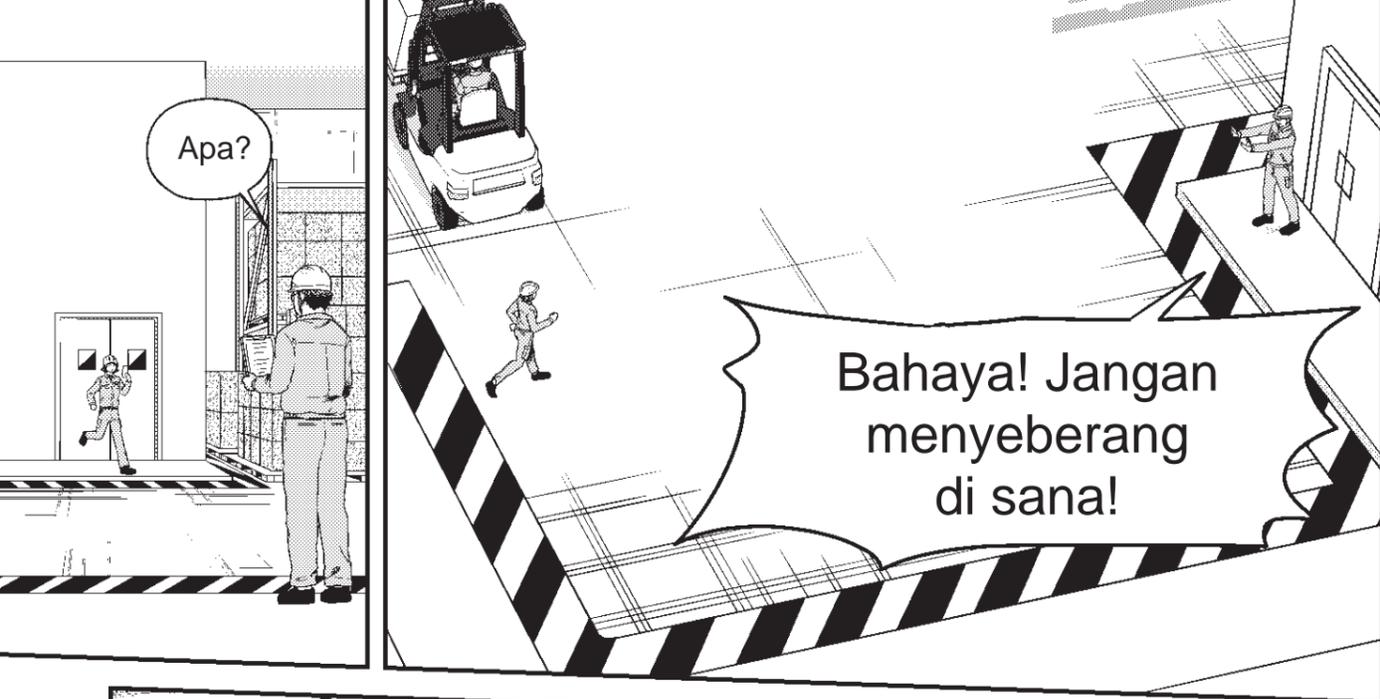
Yah, slip penting ini ketinggalan...



Wah! Pas banget ada di sana!

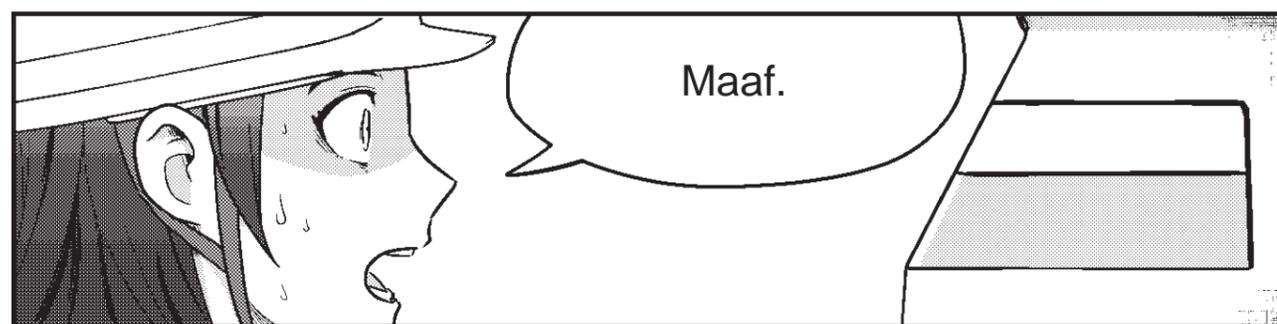


Paak! Slipnya ketinggalan nih...!





Kenapa kamu
ada di sini!
Ini kan area
terlarang!



Maaf.



Kamu
baik-baik saja?

Apa kamu
terluka?



Jangan pernah masuk
ke area terlarang.

Walaupun buru-buru,
kamu tetap harus lewat
jalur yang sudah ditentukan.



Kamu juga
harus hati-hati.



Kamu tadi mengecek
belakang dulu tidak?

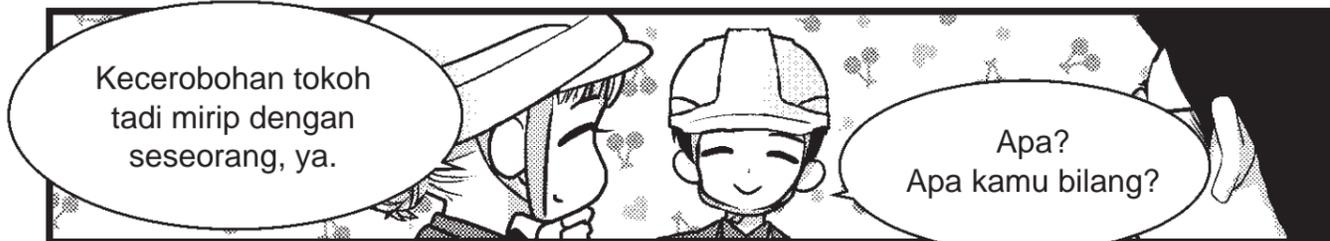
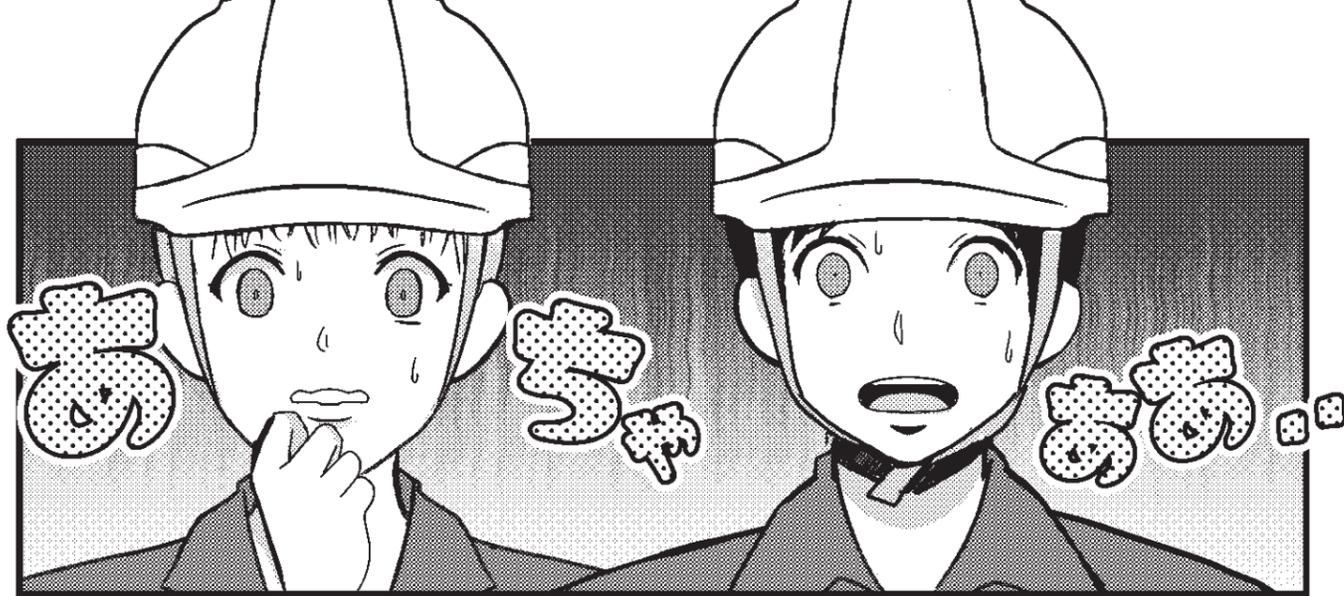


Kalau kamu lalai
mengecek sekeliling,
nanti bisa terjadi
kecelakaan.



Mematuhi aturan itu
dapat membuat
pekerjaan kita lancar
dan melindungi
diri kita sendiri.

Baik!



Hal-hal yang harus diperhatikan mengenai pekerjaan dalam industri pergudangan



1 | Barang berat



Saat membawa barang, perhatikan berat dan ukurannya untuk mencegah cedera seperti sakit pinggang.

2 | Langkah kaki



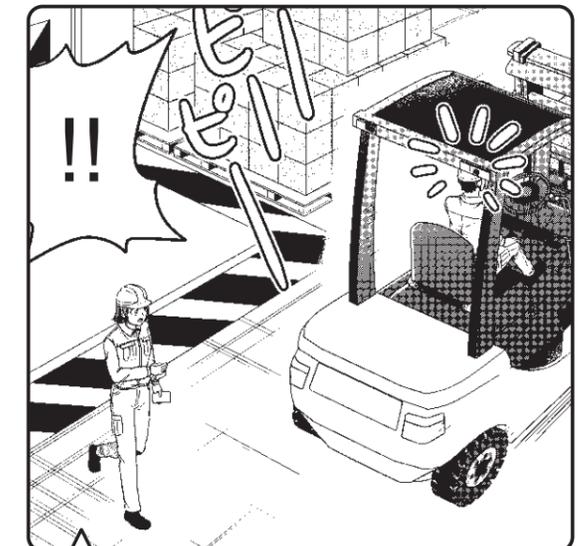
Saat membawa barang, perhatikan kondisi sekitar agar kita tidak terguling.

3 | Tempat tinggi



Hati-hati terjatuh saat bekerja di tempat yang tinggi.

4 | Area terlarang/ Forklif



Jangan pernah melewati area terlarang atau berjalan di dekat forklif.

Kecelakaan kerja itu bukanlah urusan orang lain, melainkan masalah yang dapat terjadi pada siapa saja.



Ingatlah bahwa mematuhi aturan berarti melindungi "diri", "keluarga", dan "kehidupan" kalian.

Untuk berjaga-jaga, Membiasakan berkomunikasi dengan orang lain di tempat kerja juga penting.



Baiklah!

Saya akan mematuhi aturan dan bekerja keras setiap hari!



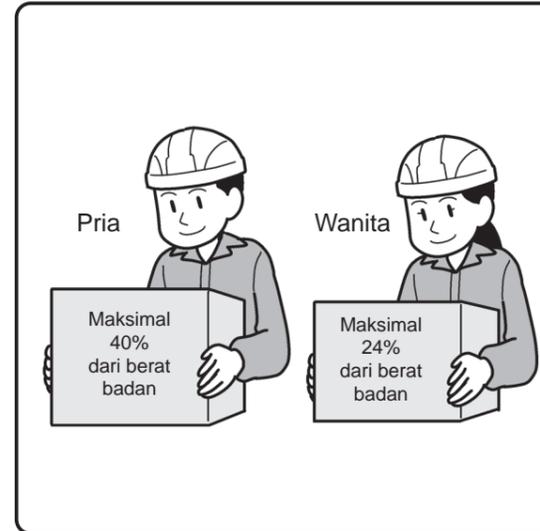
Industri pergudangan

Perhatikan pula hal-hal di bawah ini!
Petunjuk untuk menjaga kesehatan dan keselamatan kerja!



1

Batas berat yang dapat dibawa untuk mencegah sakit pinggang



Saat membawa barang berat dengan tangan, jangan membawa barang yang beratnya lebih dari 40% dari berat badan untuk pria dan 24% dari berat badan untuk wanita. (Diambil dari Pedoman untuk mencegah sakit pinggang di tempat kerja, Kementerian Kesehatan, Perburuhan dan Kesejahteraan Jepang)

2

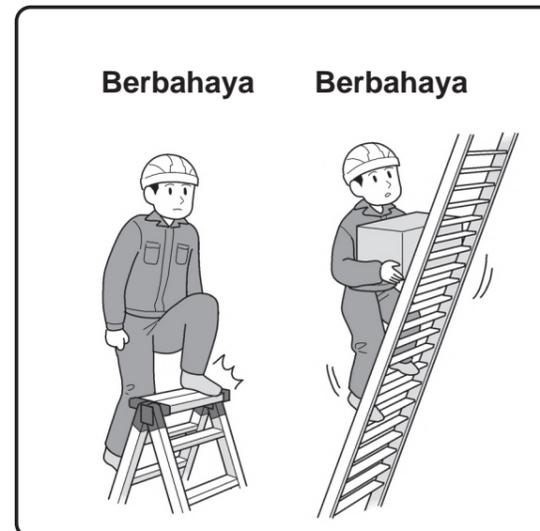
Mengenakan pelindung kepala(helm)



Pastikan untuk mengenakan helm saat bekerja di dalam gudang demi keselamatan. Jangan melepas helm hanya karena merasa panas.

3

Cara menggunakan tangga lipat/tangga



Jangan naik ke atas tangga lipat atau menggunakan tangga lipat/ tangga di tempat yang tidak stabil.

*Untuk detailnya, silakan lihat "Belajar Dasar-dasar Kesehatan, Keselamatan Kerja, dan Pencegahan Kecelakaan Kerja Lewat Komik (Materi pengajaran umum)"

4

Sengatan panas



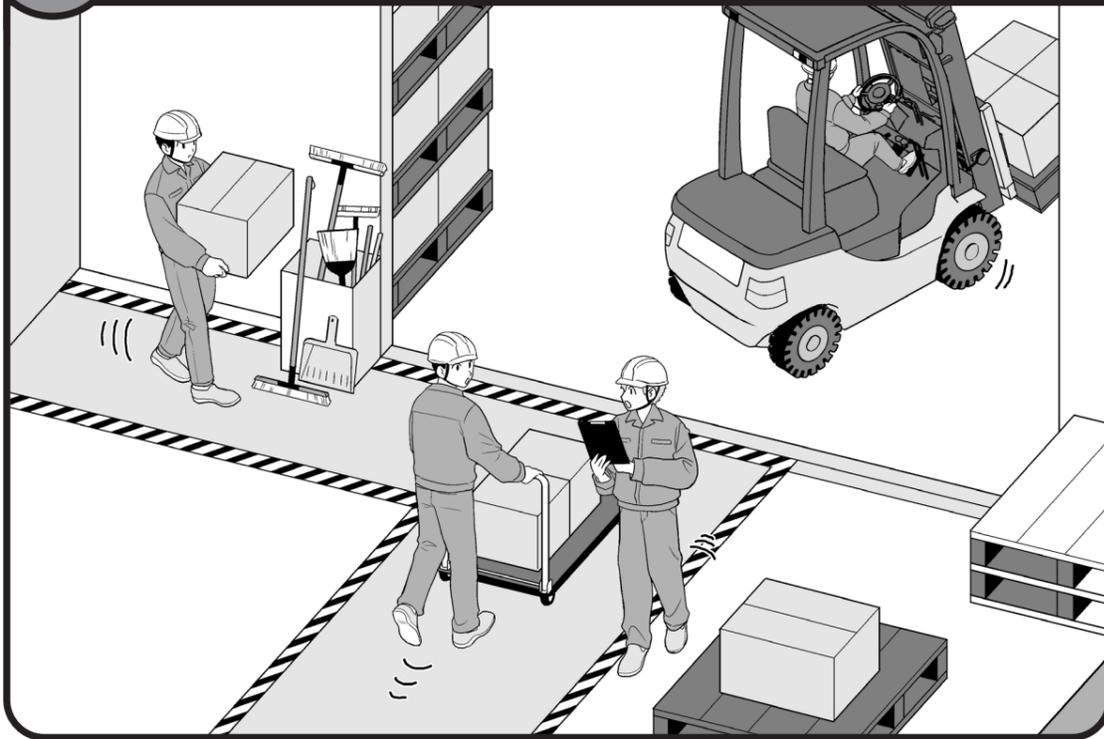
Berhati-hati terhadap sengatan panas saat bekerja di dalam gudang ketika cuaca panas. Segera laporkan jika Anda merasa tidak enak badan.

*Untuk detailnya, silakan lihat "Belajar Dasar-dasar Kesehatan, Keselamatan Kerja, dan Pencegahan Kecelakaan Kerja Lewat Komik (Materi pengajaran umum)"

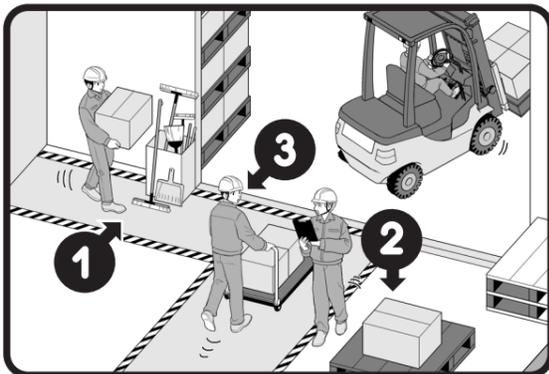
Mari kenali bahaya yang mengintai saat melakukan pekerjaan di tempat kerja!

Kiken Yochi Training/KYT (Latihan Prediksi Bahaya)

Q Mari pikirkan di bagian mana terdapat bahaya!



A Ini adalah poin-poin bahaya yang perlu diperhatikan!



1

Menjaga area pintu masuk tetap rapi dan teratur serta berhati-hati agar tidak tersandung.



2

Memperhatikan langkah kaki saat berjalan.



3

Tidak mendekati forklif yang sedang bergerak.



Coba pikirkan apakah masih terdapat bahaya yang lain.

Belajar Lewat Komik

Kesehatan dan Keselamatan Kerja di Industri Pergudangan

Diterbitkan: Maret 2022

Penerbit : Kementerian Kesehatan, Perburuhan dan Kesejahteraan Jepang

Bekerja sama dengan Tim Kerja Pembuatan Materi Ajar Pendidikan Keselamatan Kerja untuk Industri Grosir dan Pergudangan

Penyusun: Sideranch Inc.



Untuk pertanyaan mengenai materi ini
Kementerian Kesehatan, Perburuhan dan Kesejahteraan Jepang,
Biro Standar Ketenagakerjaan,
Departemen Kesehatan dan Keselamatan Kerja,
Seksi Keselamatan