

Untuk Peserta Praktik Kerja
技能実習生向け

Langkah Pertama Supaya Peserta Praktik Kerja Melakukan Pekerjaan Konstruksi dengan Aman

技能実習生が建設作業を
安全に行うための第一歩



Maret 2015

2015年3月

Bab 1 Mengapa perlu melakukan pekerjaan dengan aman?

第1 安全作業は何のために必要か?

○Perlunya melakukan pekerjaan dengan aman

- 1) Kalau sampai cedera karena kecelakaan kerja, bahkan sampai menjadi cacat permanen, selain akibatnya ke diri sendiri, tidak dapat diukur kekhawatiran dan kesusahan dari keluarga.
- 2) Lebih dari itu, kalau malang sehingga meninggal dunia karena kecelakaan, menyebabkan kesedihan yang sangat dalam kepada keluarga atau orang-orang sekitar yang ditinggalkan.
- 3) Penting sekali untuk mendahulukan keselamatan dengan hati yang selalu berhati-hati supaya tidak cedera sewaktu bekerja.

○Contoh bahasa Jepang, tanda keselamatan/papan petunjuk yang perlu diingat

① 安全第一 (あんぜん だいいち)

◆どんなときでも あんぜんを いちばんに かんがえる。

1) Anzen Daiichi

◆Kapanpun juga selalu memikirkan (kangaeru) keselamatan (anzen) sebagai nomor 1 (daiichi).



② 危険 (きけん)

◆あんぜん ではない。あぶない。

2) Kiken

◆Tidak aman (anzen). Bahaya (abunai).



③ 危険を知らせる日本語 (きけんを しらせる にほんご)

3) Bahasa Jepang untuk menyatakan bahaya (kikenwo siraseru nihongo)

あぶない!

Abunai! (Bahaya!)



はいるな!

Hairuna! (Jangan Masuk)



さわるな!

Sawaruna! (Jangan Pegang!)



おちる!

Ochiru! (Jatuh)



いくな!

Ikuna! (Jangan ke Situ)



くるな!

Kuruna! (Jangan ke Sini!)



Bab 2 Apakah keunikan yang ada di tempat konstruksi bangunan?

第2 建設現場はどのような特徴があるか？

○Perlunya penanganan

Tempat konstruksi bangunan, sangat berbeda dengan tempat kerja industri lainnya, sehingga penting untuk mengerti keunikan tersebut sebelumnya.

○Hal-hal unik tempat konstruksi bangunan

- 1) Kontraktor utama dan sub kontraktor (perusahaan pendukung) menjadi satu, masing-masing sesuai pekerjaannya mempromosikan aktivitas keselamatan dan kesehatan kerja supaya tidak terjadi bencana atau kecelakaan kerja.
- 2) Sesuai dengan berjalannya pekerjaan, lokasi bahaya di lokasi pekerjaan berubah setiap hari.
- 3) Banyak alat-alat berat yang beroperasi, kalau sampai terjepit, tersentuh dapat menjadi kecelakaan kerja yang parah atau bencana kematian.
- 4) Karena di lokasi yang sama banyak orang dari perusahaan yang berbeda jenisnya bekerja bersama-sama, maka sesuai dengan kemajuan pekerjaannya hal yang dikerjakan juga berubah.
- 5) Pekerjaan terpengaruh oleh kondisi cuaca seperti hujan, angin, salju, dan sebagainya.
- 6) Banyak terjadi kecelakaan karena jatuh/tergelincir, juga kecelakaan karena mesin konstruksi/crane dan sebagainya. Perlu juga berhati-hati terhadap kecelakaan lalu-lintas sewaktu menuju ke tempat kerja atau di dalam lokasi kerja.

◎Bahasa Jepang yang perlu diingat

① 職長 (しよくちよう)

◆さぎょうを ちよくせつ しきかんとくする しょくばの せきにんしゃ。

1) Pemimpin kerja (shokuchō)

Petugas yang langsung (chokusetsu) memberi perintah (siki), mengawasi (kantoku) pekerjaan, penanggung jawab (sekininsha) di tempat kerja (shokuba).

② 墜落・転落災害 (ついらく・てんらくさいがい)

◆けんちくぶつ あしば はしごかいだん などから おちて おきる けが。

2) Kecelakaan terjatuh/tergelincir (tsuiraku/tenraku saigai)

Cedera (kega) karena terjatuh dari benda konstruksi (kenchikubutsu), steger (ashiba), tangga tunggal (hashigo), anak tangga (kaidan), dan sebagainya.

Kontraktor Utama



Kepala Proyek
(Penanggung Jawab Lokasi)

Pengawas Teknik, dsb

Petugas Penanggung
Jawab Keselamatan Kerja, dsb

Perusahaan Anda

Pemimpin Kerja
Petugas Pembimbing
Praktik Kerja



Pengawas Pekerjaan,
dsb



Rekan Kerja



Anda



Perusahaan Lain

Pemimpin Kerja Jenis
Pekerjaan Lain

Pengawas Pekerjaan,
dsb

Pekerja Jenis
Pekerjaan Lain



(Perusahaan Anda mungkin sub kontraktor kedua atau ketiga)

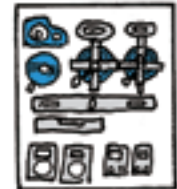
Bab 3 Apa peraturan keselamatan kerja pada pekerjaan konstruksi bangunan?

第3 建設作業における安全ルールとは？

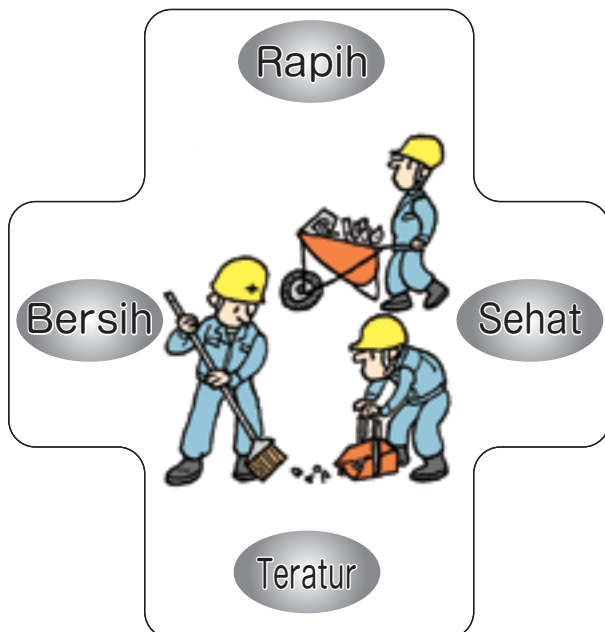
Mengenakan masing-masing peralatan pelindung



Aktivitas 4S



Simpanlah peralatan supaya mudah digunakan



Limbah industri kalau dicampur adalah sampah, kalau dipisahkan adalah sumber benda kerja



Pisahkanlah limbah industri pada tempat yang telah ditetapkan

○Perlunya penanganan

Seperti kalau mengemudi mobil ada peraturan lalu-lintas, maka di tempat konstruksi bangunan juga ada peraturan supaya kita semua dapat bekerja dengan aman. Marilah mematuhi peraturan dengan baik.

○Dasar peraturan keselamatan

- 1) Mematuhi peraturan kerja dan prosedur pekerjaan yang ditetapkan.
- 2) Mematuhi petunjuk petugas penanggung jawab seperti pemimpin kerja, petugas pembimbing praktik kerja dan sebagainya.
- 3) Kenakanlah dengan benar peralatan pelindung yang ditetapkan seperti topi pelindung (helm), sabuk pengaman (tali nyawa), masker anti debu, dan sebagainya.
- 4) Perlengkapan pelindung seperti pegangan tangan jangan dilepas sembarangan.
- 5) Tempat kerja sendiri harus ingat untuk menjaganya selalu rapih (Seiri), teratur (Seiton), bersih (Souji), sehat (Seiketsu). (Aktivitas 4S)

◎Contoh bahasa Jepang, tanda keselamatan/papan petunjuk yang perlu diingat

- ① あんぜん安全ルール (あんぜん るーる)
◆あんぜんに はたらく ための しょくばの きまり。

1. Peraturan keselamatan (anzen ruru)
Peraturan tempat kerja untuk menjamin keselamatan kerja.

- ② さぎょう てじゆん作業手順 (さぎょう てじゆん)
◆しごとを きめられた とおり あんぜんに おこなうための じゆんじよ。

2) Prosedur pekerjaan (sagyau tejjun)
Urutan (jyunjyo) yang ditetapkan supaya dapat melakukan pekerjaan dengan aman.

- ③ ほごぐ保護具 (ほごぐ)
→けがや びょうきから じぶんの みを まもるため もちいる どうぐ。

3) Peralatan pelindung (hogogu)
Alat-alat (dougou) yang digunakan untuk menjaga diri kita (mi) dari cedera atau sakit.

- ④ ほごぼう ちゃくよう保護帽着用 (ほごぼう ちゃくよう)
◆けが しないよう あたまに かぶり みを まもる。

4) Mengenakan topi pelindung (hogobou chakuyou)
Melindungi diri kita (mi) dari cedera dengan mengenakannya di kepala.



- ⑤ あんぜんだい しよう安全帯使用 (あんぜんだい しよう)
◆ゆかや てすりがない こうしょで さぎょうするとき ついらく しないよう いのちづな つき べるとを もちいる。

5) Mengenakan sabuk pengaman (anzentai siyou)
Kalau melakukan pekerjaan pada lantai (yuka) atau tidak ada pegangan di tempat tinggi (kousho), kenakanlah peralatan pelindung (hogogu) supaya tidak jatuh (tsuiraku).



- ⑥ よんえす うんどう4S運動 (よんえす うんどう)
◆せいり せいとん せいそう せいけつに とりくむ しょくばの かつどう。

6) Aktivitas 4S (yon es undou)
Aktivitas di tempat kerja yang menerapkan rapih (Seiri), teratur (Seiton), bersih (Seisou), sehat (Seiketsu).



Bab 4 Apakah dasar untuk melakukan pekerjaan yang aman?

だい さぎょう あんぜん おこな きほん
第4 作業を安全に行う基本は？

Ikatkan tali dagu dengan benar.



Kenakan pakaian yang bersih dan pas dengan badan.

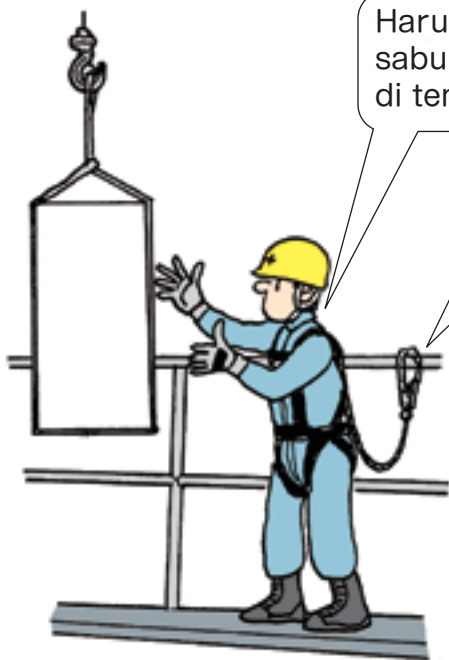
Pasangkan sabuk pengaman ke badan dengan benar.

Masukkan bagian bawah kemeja dengan benar ke dalam celana.

Pasangkan kancing lengan baju.

Kenakan yang sesuai dengan pekerjaan.

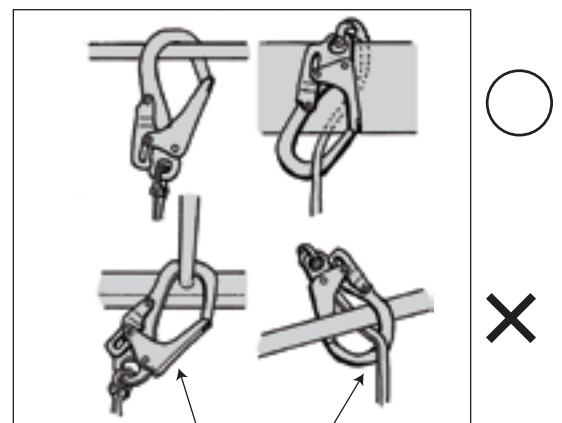
Celana tidak melebar ke luar.



Harus menggunakan sabuk pengaman di tempat tinggi.

Kaitan dipasang lebih tinggi dari pinggang.

Kaitan dipasang ke batang horizontal, atau dipasang dengan memutarannya.



Tidak memasangkan dengan cara seperti ini.

○Perlunya penanganan

Dalam hal apapun, tidak perlu dikatakan lagi bahwa yang penting adalah prinsip dasarnya. Khususnya pada pekerjaan konstruksi bangunan, kuasailah pengetahuan dasar tentang keselamatan dengan baik, penting untuk selalu berhati-hati melakukan pekerjaan dengan aman.

○Hal-hal penting untuk melakukan pekerjaan dengan aman

1) Pakaian kerja

- Kenakanlah yang bersih dan sesuai ukurannya dengan tubuh Anda.
- Masukkan baju bagian bawah ke dalam celana, kancingkan lengan baju, dan jangan sampai celana melebar ke luar.
- Jangan memasukkan benda berbahaya atau yang tidak perlu ke dalam kantong baju/celana.

2) Mengenakan topi pelindung

- Sesuaikan pengikat kepala dan dagu, paskan dengan kepala sendiri.
- Kenakanlah dengan benar, jangan miring.
- Kenakanlah dengan benar, telinga harus masuk ke bagian V dari pengikat dagu.
- Tidak boleh mengenakannya dengan masih ada handuk atau topi bisbol di kepala.
- Sebagai pelindung sewaktu terjatuh dan dari benda yang berjatuh, dan sebagainya.

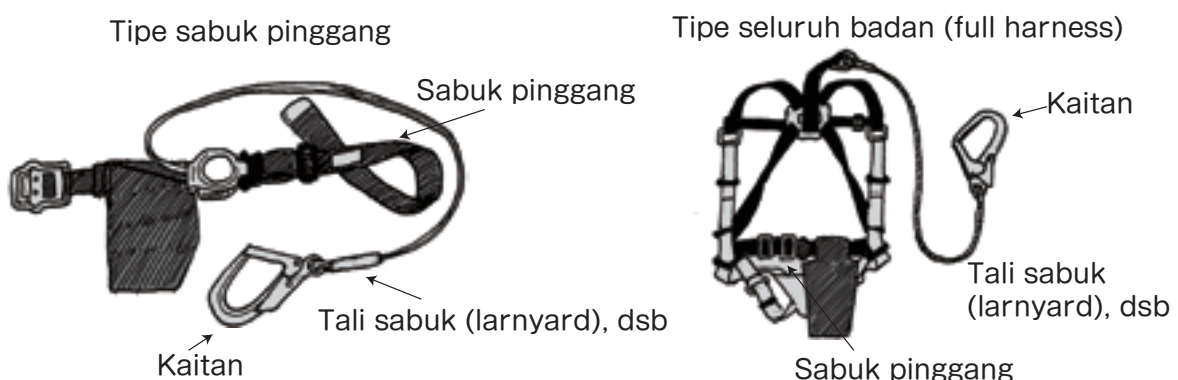
3) Mengenakan sepatu keselamatan

- Untuk menjaga kaki dari jatuhnya benda berat ke kaki atau kalau menginjak paku. Sesuai dengan kegunaannya, ada yang untuk di tempat tinggi, ada yang untuk mencegah tembus kalau menginjak yang tajam, dan sebagainya.
- Digunakan dengan mengikat tali sepatu dengan benar. Dan juga, dirawat 1 kali seminggu, gantilah kalau parah kerusakannya.

4) Mengenakan sabuk pengaman

- Digunakan di tempat yang tinggi yang tidak ada lantai kerja atau pegangan, dan tempat lain yang ditetapkan.
- Ada 2 macam, yaitu tipe sabuk pinggang dan tipe seluruh badan (full harness).
- Tipe seluruh badan, menghilangkan perasaan terikat sewaktu mengenakan sabuk pengaman, kalau sampai terjatuh, beban jatuhnya tersebar sehingga beban badan menjadi lebih ringan.
- Pastikan tempat memasangkan kaitannya, pasanglah kaitan di tempat yang lebih tinggi dari pinggang.
- Kalau melakukan pekerjaan sambil berpindah dan sebagainya, pasanglah kaitan sabuk pengaman setelah menarik pasaknya.
- Pada pemeriksaan harian, kalau menemukan kerusakan pada bagian tali sabuknya (lanyard) dan sebagainya, gantilah dengan yang baru.

Contoh sabuk pengaman



Bab 5 Periksalah kondisi tempat kerja sebelum mulai melakukan pekerjaan!

第5 作業に着手する前に現場の状況を確かめよう!

○Perlunya penanganan

Karena di lokasi konstruksi bangunan setiap hari pekerjaan dan kondisinya berubah, maka tempat berbahayanya juga tidak sama. Maka dari itu, sebelum melakukan pekerjaan, penting untuk melakukan pemeriksaan kondisi lapangan untuk memastikan keamanannya. Jangan sampai ada hal yang terlewatkan, perhatikanlah pemeriksaan kondisi tempat kerja.

○Memeriksa kondisi tempat kerja

- 1) Dengarkan baik-baik penjelasan kondisi tempat kerja dari pemimpin kerja (petugas pembimbing praktik kerja) dan yang lainnya.
- 2) Periksalah tempat yang dilarang masuk, tempat berbahaya, jalur yang aman, tempat evakuasi, dan sebagainya.
- 3) Periksalah tempat alat pemadam kebakaran dan alat perlengkapan darurat.

◎Contoh bahasa Jepang, tanda keselamatan/papan petunjuk yang perlu diingat

- ①立入禁止 (たちいり きんし)
◆そのなかに はいっては いけない ばしょ。



- 1) Dilarang masuk (tachiiri kinshi)
Tempat yang tidak boleh masuk ke dalamnya.

- ②安全通路 (あんぜん つうろ)、作業通路 (さぎょう つうろ)
◆ひとが あんぜんにあるく ことができる つうろ。



- 2) Jalur aman (anzen tsuro), jalur kerja (sagyau tsuro)
Jalur di mana orang dapat berjalan dengan aman.

- ③昇降階段 (しょうこう かいだん)
◆げんばで ひとが のぼり あり する かいだん。



- 3) Anak tangga naik turun (shoukou kaidan)
Anak tangga untuk orang naik turun di tempat kerja.

- ④休憩所 (きゅうけいしょ)
◆きゅうけい じかんに すぞす ばしょ。



- 4) Tempat istirahat (kyuukeisho)
Tempat menghabiskan waktu istirahat.

- ⑤最大積載荷重 (さいだい せきさい かじゅう)
◆そのばしょ そのあしに さいだいに のせられる じゅうりょう。



- 5) Beban muat maksimum (saidai sekisai kajyuu)
Berat beban maksimum yang boleh diletakkan di tempat, di steger tersebut.

- ⑥火気厳禁 (かき げんきん)
◆ひを つかっては いけない。



- 6) Dilarang menggunakan api (kaki genkin)
Tidak boleh menggunakan api.

- ⑦喫煙所 (きつえんじょ)
◆たばこを すっても いい ばしょ。



- 7) Tempat merokok (kitsuenjyo)
Tempat yang boleh merokok.

Bab 6 Apakah yang dimaksud dengan pekerjaan yang perlu mendapatkan kualifikasi atau pendidikan khusus?

第6 資格の取得や特別に教育を受ける必要のある業務とは？

○Perlunya penanganan

Merupakan pekerjaan yang ditetapkan undang-undang perlu memiliki kualifikasi atau pendidikan khusus. Pekerjaan ini merupakan pekerjaan yang resikonya tinggi, jangan melakukannya dengan keputusan sendiri.

○Penerapan pekerjaan yang memerlukan persyaratan

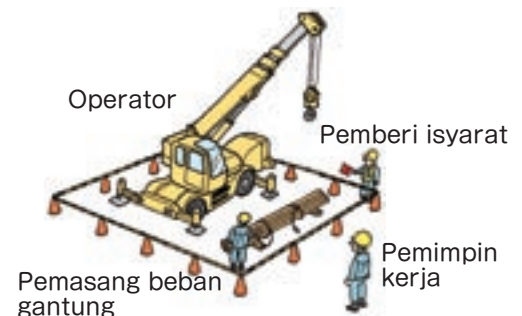
- 1) Kalau melakukan pekerjaan yang menurut undang-undang memerlukan persyaratan, perlu mendapatkan kualifikasinya terlebih dahulu.
- 2) Kalau melakukan pekerjaan ini tanpa kualifikasi, maka merupakan pelanggaran undang-undang, tidak boleh dilakukan.

○Mengikuti pendidikan khusus

- 1) Kalau bertugas pada pekerjaan yang menurut undang-undang berbahaya/beresiko, maka perlu mengikuti pendidikan khusus untuk keselamatan dan kesehatan.
- 2) Kalau tidak mengikuti pendidikan tersebut, maka tidak boleh bertugas pada pekerjaan tersebut.

Contoh pekerjaan yang memerlukan persyaratan

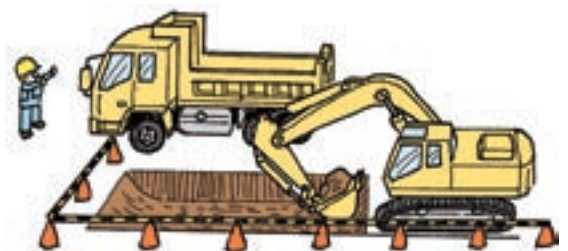
- Pekerjaan menggantung beban dengan crane atau crane tipe bergerak yang daya angkat bebannya di atas 1 ton
- Pekerjaan mengoperasikan kendaraan tempat tinggi di lantai kerja yang tingginya lebih dari 10m
- Pekerjaan mengendarai kendaraan konstruksi seperti perata tanah/transportasi/pengangkutan dan pengerukan yang berat kendaraannya lebih dari 3 ton.
- Pekerjaan mengendarai forklift yang maksimum bebannya lebih dari 1 ton



Contoh pekerjaan menggantung beban menggunakan crane bergerak

Contoh pekerjaan yang memerlukan pendidikan khusus

- Pekerjaan mengelas atau memotong logam menggunakan mesin las arc
- Pekerjaan mengendarai kendaraan tempat tinggi di lantai kerja yang tingginya kurang dari 10m
- Pekerjaan mengendarai kendaraan konstruksi seperti perata tanah/transportasi/pengangkutan dan pengerukan yang berat kendaraannya kurang dari 3 ton.
- Pekerjaan mengoperasikan mesin pengeras lantai yang dapat bergerak sendiri di sembarang tempat.
- Pekerjaan mengoperasikan crane yang daya angkat bebannya kurang dari 5 ton
- Pekerjaan mengganti batu gerinda dan sejenisnya
- Pekerjaan yang berhubungan dengan merangkai/membongkar atau mengubah steger (Terkecuali pekerjaan di permukaan tanah atau lantai yang kuat konstruksinya) (Rencana pelaksanaan 1 Juli 2015, ada masa transisi)



Contoh pekerjaan yang perlu pelaksanaan pendidikan sesuai standar pendidikan khusus

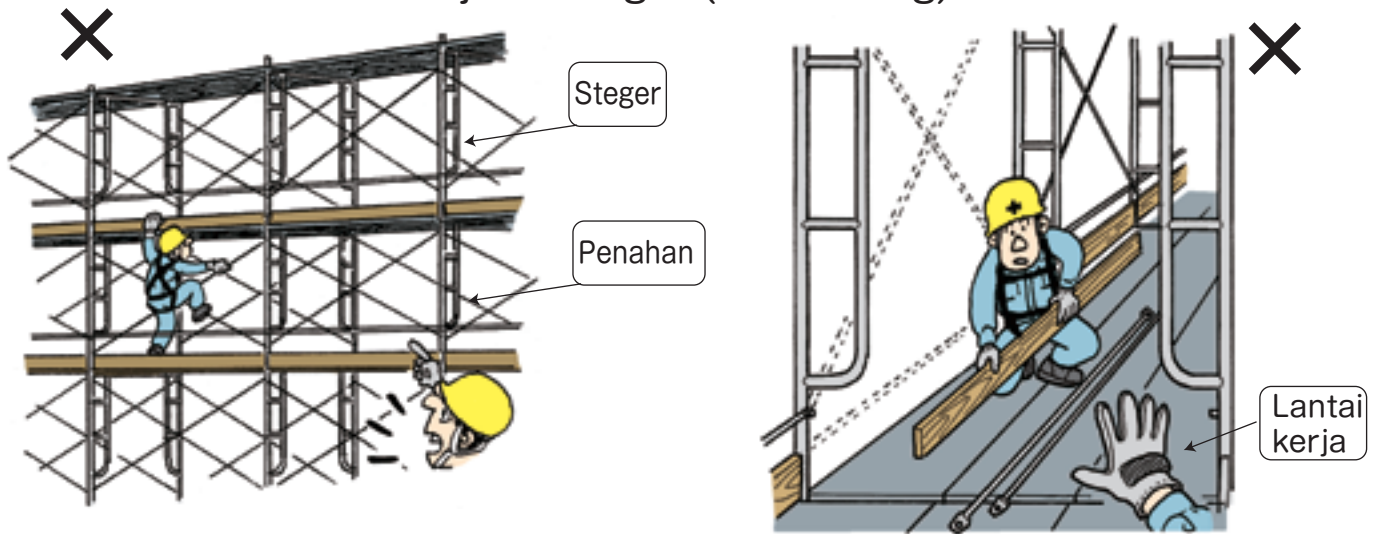
- Pekerjaan menggunakan gergaji sirkular portabel

Contoh pengoperasian mesin konstruksi jenis kendaraan

Bab 7 Apakah yang diperlukan supaya tidak terjadi terjatuh/tergelincir?

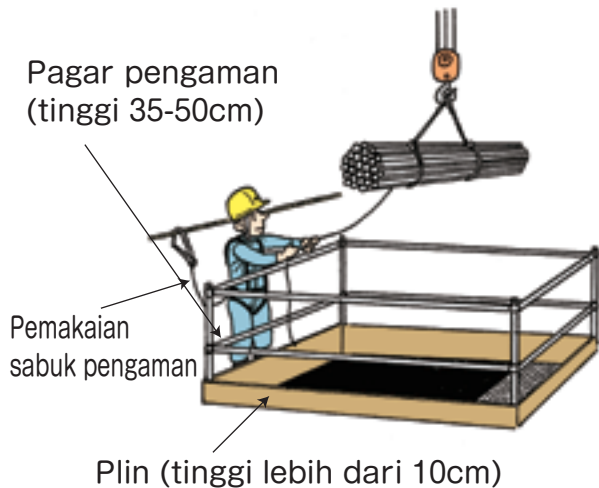
第7 墜落・転落しないためにはどのような注意が必要か？

Pekerjaan Steger (Scaffolding)

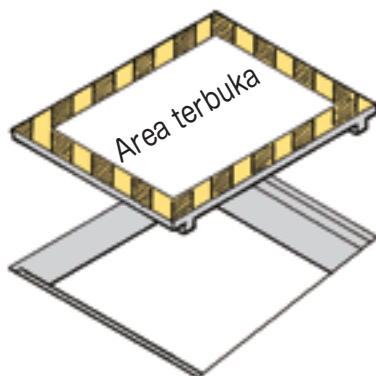


Pekerjaan di dekat area terbuka

Pekerjaan menggunakan tangga lipat

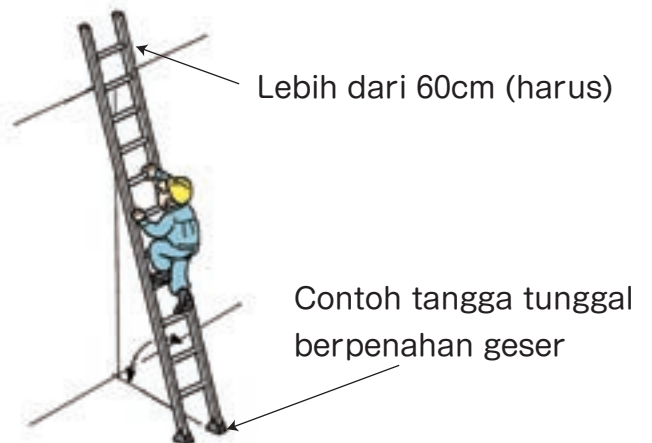


Contoh pagar keliling area terbuka, dsb



Contoh tutup area terbuka

Pekerjaan menggunakan tangga tunggal



Kira-kira 75 derajat

○Perlunya penanganan

Penanganan keselamatan yang paling harus diperhatikan dalam pekerjaan konstruksi bangunan. Kalau jatuh atau tergelincir dari tempat tinggi, akan menjadi kecelakaan yang parah, supaya hal tersebut tidak terjadi, selalu berhati-hatilah.

○Hal-hal yang harus diperhatikan sewaktu melakukan pekerjaan di tempat tinggi seperti steger dan sebagainya

- 1) Selalu pakailah lantai kerja, sabuk pengaman kalau melakukan pekerjaan di tempat tinggi seperti steger dan sebagainya.
- 2) Untuk perpindahan naik turun, pakailah alat naik/turun, anak tangga, tangga tunggal, dan sebagainya.
- 3) Tidak boleh sembarangan melepaskan pegangan tangan atau penahan
- 4) Berjalanlah melalui jalur aman yang telah ditetapkan.
- 5) Gunakanlah papan pijakan untuk menghindari jatuh terjerumus sewaktu melakukan pekerjaan genting atap.

○Hal-hal yang harus diperhatikan dalam pekerjaan di dekat area terbuka

- 1) Tidak boleh sembarangan melepaskan pegangan tangan atau tutup area terbuka. Kalau melepaskan sesuai arahan dari pemimpin kerja, setelah selesai melakukan pekerjaan, segera pasang kembali.
- 2) Kalau mengambil bahan-bahan dari area terbuka, pakailah sabuk pengaman.
- 3) Jangan menjatuhkan benda ke area terbuka.

○Hal-hal yang harus diperhatikan kalau bekerja menggunakan steger portabel, tangga lipat

- 1) Sedapat mungkin gunakanlah steger portabel
- 2) Hal-hal yang harus diperhatikan kalau menggunakan steger portabel
 - Jangan naik turun sisi tangganya dengan arah memunggungkan badan atau membawa barang di tangan.
 - Pada dasarnya yang boleh bekerja di atas bagian dek kerja hanya 1 orang.
 - Tidak digunakan di tempat yang licin atau lunak dasarnya.
 - Sedapat mungkin tidak meletakkan peralatan/bahan-bahan di atas bagian panggunya.
- 3) Pekerjaan menggunakan tangga lipat
 - Tidak melakukan pekerjaan dengan menaikkannya ke atas dek kerja steger portabel, tidak dengan menjulurkan badan.
 - Selalu harus menggunakan pasak pencegah terbuka.
 - Tidak boleh turun naik sambil membawa peralatan dan sebagainya.

○Hal-hal yang harus diperhatikan kalau bekerja menggunakan tangga tunggal

- 1) Digunakan dengan bagian atasnya menonjol lebih dari 60cm, sudut kemiringannya kira-kira 75 derajat.
- 2) Gunakanlah yang mempunyai alat anti slip, pasang dengan kokoh.
- 3) Jangan naik turun dengan sebelah tangan membawa barang.

◎Contoh bahasa Jepang, tanda keselamatan/papan petunjuk yang perlu diingat

- ① 墜落注意 (ついらく ちゅうい)
◆たかいところの さぎょうは あぶないので ついらく しないよう きをつける。



- 1) Hati-hati jatuh (tsuiraku chuui)
Hati-hatilah supaya tidak jatuh (tsuuiraku), karena pekerjaan di tempat tinggi berbahaya.

- ② 開口部注意 (かいこうぶ ちゅうい)
◆あいている ところから おちないように きを つける。



- 2) Hati-hati area terbuka (kaikoubu chuui)
Hati-hatilah supaya tidak jatuh dari area terbuka.

- ③ 足もと注意 (あしもと ちゅうい)
◆だんさや かいこうぶに きを つけて あるく。

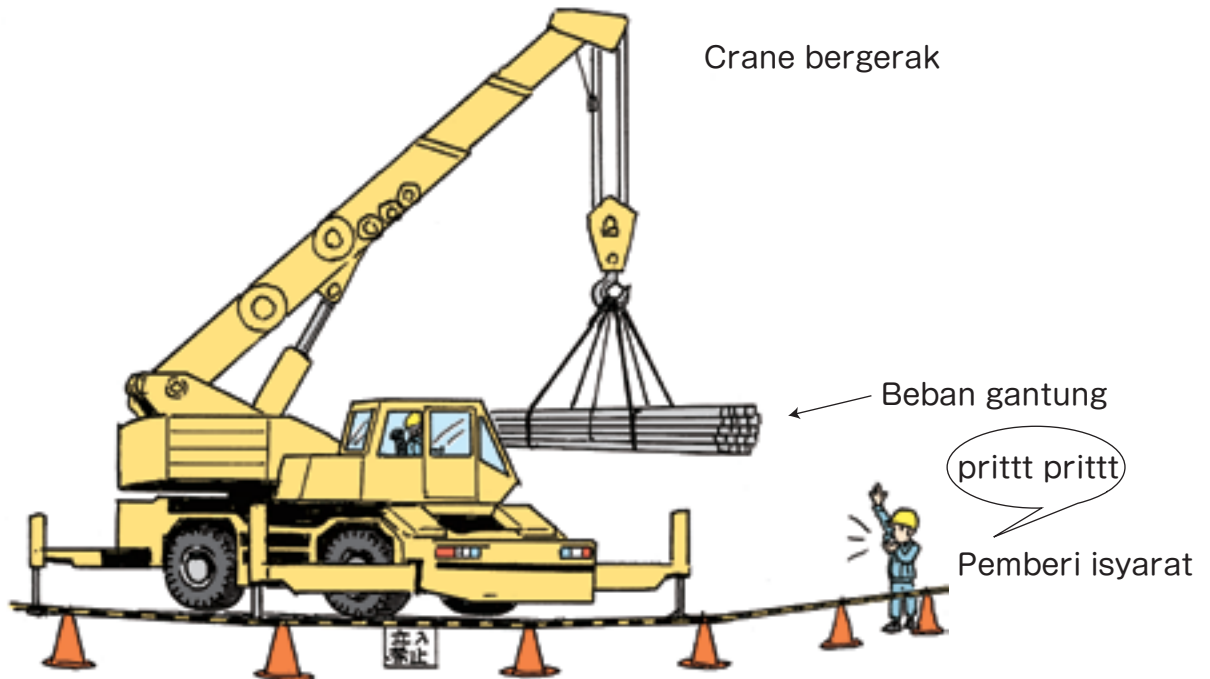


- 3) Hati-hati melangkah (ashimoto chuui)
Hati-hatilah berjalan karena perbedaan ketinggian (dansa) atau area terbuka (kaikoubu).

Bab 8 Tempat apakah yang dilarang masuk pada tempat konstruksi bangunan?

第8 建設現場で立ち入ってはならない場所とは？

Pekerjaan menggunakan crane bergerak



Pekerjaan menggunakan mesin konstruksi jenis kendaraan

Pengeruk tanah (drag shovel)



○Perlunya penanganan

Di tempat konstruksi bangunan, banyak lokasi yang tinggi tingkat bahayanya, kalau sampai masuk ke lokasi tersebut maka besar resiko terkena bahayanya. Maka dari itu, untuk tempat yang dilarang masuk, jangan pernah masuk.

○Hal-hal yang harus diperhatikan dalam pekerjaan memindahkan beban yang diangkat menggunakan crane

- 1) Tidak boleh masuk ke dalam area pekerjaan tanpa izin.
- 2) Tidak boleh sama sekali masuk ke bawah muatan gantung.
- 3) Patuhilah petunjuk dari petugas pemberi isyarat.
- 4) Kalau ada tanda/papan petunjuk tidak boleh masuk, jangan sekali-kali masuk.

○Hal-hal yang harus diperhatikan kalau menggunakan mesin konstruksi jenis kendaraan

- 1) Tidak boleh masuk tanpa izin ke daerah larangan masuk di sekitar mesin konstruksi jenis kendaraan.
- 2) Untuk mesin konstruksi jenis berputar seperti pengeruk tanah (drag shovel/back hoe), sama sekali tidak boleh masuk ke dalam area pekerjaannya.
- 3) Patuhilah petunjuk dari petugas pemberi isyarat.
- 4) Kalau ada tanda/papan petunjuk tidak boleh masuk, jangan sekali-kali masuk.

◎Contoh bahasa Jepang, tanda keselamatan/papan petunjuk yang perlu diingat

- ① かんけいしゃ いがい たちいりきんし
関係者以外 立入禁止 (かんけいしゃ いがい たちいりきんし)
◆さぎょうに かんけいしない ひと は その なかに はいらない。

1) Selain yang berkepentingan dilarang masuk (kankeisya igai tachiiri kinshi)
Orang yang tidak berhubungan dengan pekerjaan tersebut, dilarang masuk.



- ② さぎょうはん いないたちいりきんし
作業範囲内立入禁止 (さぎょう はんい ない たちいり きんし)
◆くれーん いどうしきくれーん しゃりょうけい けんせつきかいが うごく まわりに はいらない。

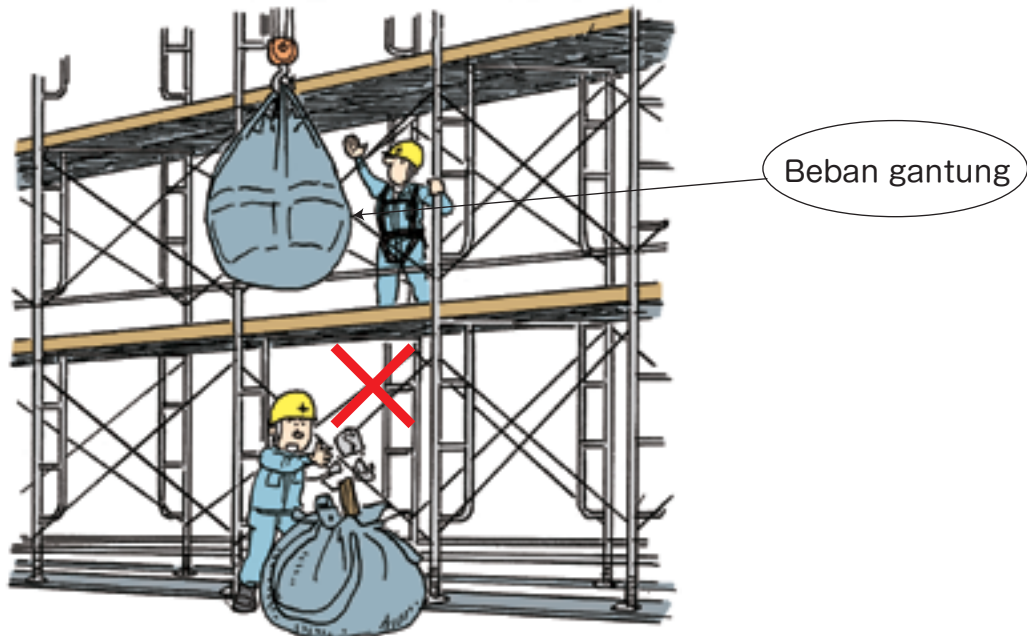
2) Dilarang masuk ke dalam area pengerjaan (sagyau haninai tachiiri kinshi)
Tidak masuk ke sekitar crane, crane bergerak, mesin konstruksi jenis kendaraan.

- ③ きけん つりにの したに ぜったい はい
危険 吊り荷の 下に 絶対 入るな (きけん つりにの したに ぜったい はいるな)
◆たまがけ さぎょうは あぶない ですから つているものの したに ぜったい はいらない。

3) Bahaya tidak boleh masuk ke bawah muatan gantung (kiken tsurinino shitani zettai hairuna)
Karena pekerjaan menggantung beban berbahaya, tidak boleh masuk ke bawah beban yang sedang digantung.

Bab 9 Kalau sedang bekerja di tempat kerja, harus berhati-hati terhadap apa di atas dan di bawah?

第9 現場で作業を行う際、上下にはどんな注意が必要か？



○Perlunya penanganan

Di tempat kerja, ada kalanya dilakukan pekerjaan di atas atau di bawah kita, karena tindakan kita atau tindakan orang lain dapat menyebabkan cedera, marilah melakukan pekerjaan dengan memperhatikan yang di atas dan di bawah.

○Hal-hal yang harus diperhatikan tentang pekerjaan di atas dan di bawah

- 1) Kalau ada orang yang bekerja di atas, hindarilah bekerja di bawahnya.
- 2) Dalam pekerjaan bersama di atas dan di bawah, saling berkomunikasi dengan suara.
- 3) Jangan melempar benda dari dek atas ke bawah. Kalau sampai harus melemparkan barang ke bawah dari ketinggian lebih dari 3m, selain memasang alat untuk melemparkannya, juga perlu menempatkan orang untuk mengawasinya.

◎Contoh bahasa Jepang, tanda keselamatan/papan petunjuk yang perlu diingat

- ①頭上注意 (ずじょう ちゅうい)
◆あたまの うえに きけんが あるので きを つける。



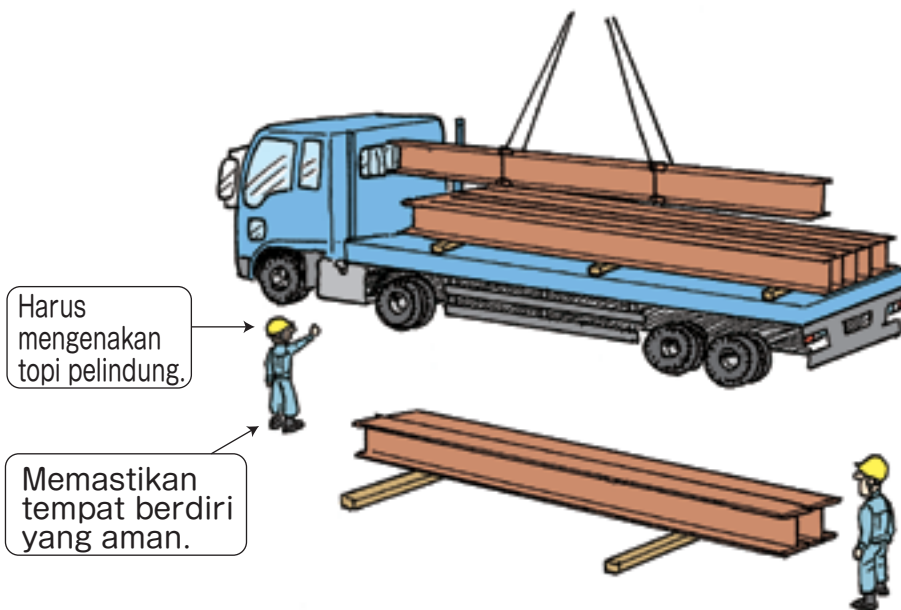
- 1) Hati-hati di atas kepala (zujoyou chuui)
Ingatlah, ada yang bahaya di atas kepala.

- ②危険 投げるな 落とすな (きけん なげるな おとすな)
◆あぶない ですから ものを なげたり おとしたり しては いけない。

- 2) Bahaya Jangan dilempar Jangan dijatuhkan (kiken nageruna otosuna)
Karena berbahaya, tidak boleh melempar atau menjatuhkan barang.

Bab 10 Bagaimana untuk melakukan pekerjaan bongkar muat barang dengan aman?

第10 荷の積み卸し作業を安全に行うためには？



○Perlunya penanganan

Untuk mengangkut bahan mentah atau produk jadi ke lokasi kerja, maka digunakan truk dan sebagainya dengan pekerjaan memuat atau membongkar muatan. Karena masih juga terjadi cedera, maka camkan dalam hati untuk berhati-hati melakukannya dengan aman.

○Hal-hal yang harus diperhatikan dalam pekerjaan bongkar muat barang

- 1) Selalu kenakanlah topi pelindung sewaktu melakukan pekerjaan bongkar muat barang.
- 2) Sedapat mungkin hindarilah pekerjaan di dek muatan, sedapat mungkin lakukanlah pekerjaan dari atau di atas tanah.
- 3) Sedapat mungkin jangan berjalan di atas beban yang tidak seimbang.
- 4) Jangan memungguni bagian luar dek muatan.
- 5) Kalau menggunakan penggantal, harus dipasang kokoh.
- 6) Tidak melakukan tindakan berbahaya dengan melompat ke atas dek atau melompat turun dari atas dek muatan.

◎Bahasa Jepang yang perlu diingat

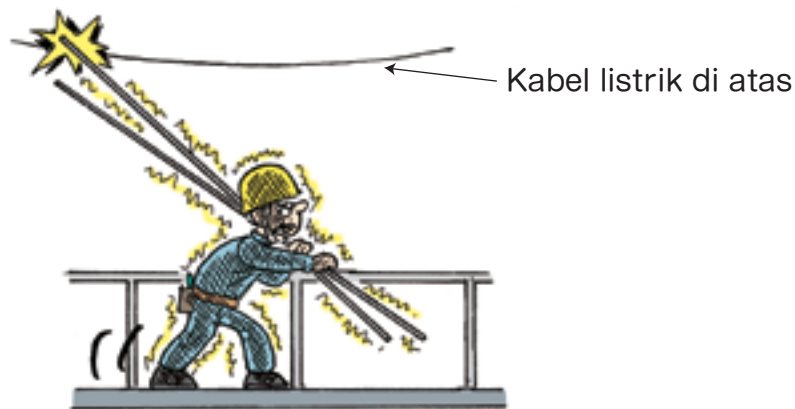
① 飛び乗り、飛び降り (とびのり、とびおり)

◆ ちよくせつ にだいに かけあがったり にだいを かけおりたりする あぶない こうどう。

- 1) Melompat naik, melompat turun (tobinori, tobiori)
Tindakan berbahaya langsung melompat ke atas dek muatan, melompat turun dari dek muatan.

Bab 11 Apakah yang harus diperhatikan sewaktu menggunakan listrik, peralatan listrik?

第11 電気、電動工具の取扱いにはどのような注意が必要か？



○Perlunya penanganan

Karena listrik bahayanya tinggi, walaupun 100 volt ada yang menyebabkan kecelakaan sampai meninggal dunia, maka perlu untuk mengerti bahaya tersebut dan bertindak hati-hati.

○Hal-hal yang harus diperhatikan sewaktu menggunakan listrik

1) Sewaktu menggunakan benda panjang seperti pipa (pipa besi) dan sebagainya di atas atap atau di atap dan sebagainya, berhati-hatilah terhadap kawat listrik di sekitarnya.

○Hal-hal yang harus diperhatikan sewaktu menggunakan peralatan listrik

1) Selalu gunakanlah peralatan pengaman (tutup pengaman) pada mesin putar portabel atau pegangan piringan gerinda.

2) Harus selalu memeriksa kondisi kerusakan kabel listrik dan sebagainya, juga harus dipasang ardenya.

3) Kalau berpindah sewaktu bekerja, harus selalu mematikan sakelarnya.

4) Jangan menggunakan sarung tangan sewaktu melakukan pekerjaan dengan bor listrik atau piringan gerinda.

◎Contoh bahasa Jepang, tanda keselamatan/papan petunjuk yang perlu diingat

①感電注意 (かんでん ちゅうい)

◆でんきは とても きけん ですから きを つける。

1) Hati-hati kesetrum (kanden chuui)
Berhati-hatilah karena listrik sangat berbahaya.



②高電圧危険 (こう でんあつ きけん)

◆ここは でんあつの たかい でんきが ながれて いるので きけん。

2) Bahaya listrik tegangan tinggi (kou denatsu kiken)
Di sini berbahaya karena mengalir listrik bertegangan tinggi.



Bab 12 Bagaimana melakukan penanganan kalau terjadi keadaan darurat?

第12 緊急事態が発生した場合、どう対処すればよいか？

Panggil ambulans!



⇒ Penanganan pertolongan pertama



○Perlunya penanganan

Kalau terjadi kecelakaan atau bencana di tempat kerja, camkan untuk melakukan penanganan yang cepat dan tepat, penting untuk mengusahakan kerugian manusia dan benda seminimal mungkin.

○Penanganan kalau terjadi bencana

- 1) Pertama-tama prioritaskan penyelamatan dan perawatan korban.
- 2) Cedera sekecil apapun, laporkan kepada pemimpin kerja, petugas pembimbing praktik kerja.
- 3) Kalau menemukan ketidaknormalan, bersamaan dengan berteriak memberitahukan kepada orang-orang di sekitar, laporkan ke pemimpin kerja, petugas pembimbing praktik kerja. Untuk memanggil ambulans, teleponlah nomor 119. Sebelumnya ingatlah lokasi penempatan AED.
- 4) Kalau terjadi kecelakaan kesetrum, kekurangan oksigen dan sebagainya, ada resiko yang menolong menjadi korban juga. Jangan bertindak sembarangan, ikutilah petunjuk petugas penanggung jawab.

○Latihan evakuasi

- 1) Karena latihan evakuasi dari kontraktor utama adalah latihan untuk menjaga keselamatan Anda, lakukanlah dengan sepenuh hati.
- 2) Kalau dikeluarkan informasi darurat gempa bumi, terapkan hasil latihan sehari-hari, mengungsi ke tempat aman sesuai petunjuk pemimpin kerja, petugas pembimbing praktik kerja.

◎Contoh bahasa Jepang, tanda keselamatan/papan petunjuk yang perlu diingat

- ① 担架 (たんか)
◆けがした ひとを のせて はこぶ どうぐ。



- 1) Tandu (tanka)
Alat untuk membawa orang yang cedera.

- ② AED (えい いー ーでいー)
◆しんぞうびょうで たおれた ひとを きゅうめいする ための きぐ。



- 2) AED (ei i di)
Alat untuk menolong orang yang pingsan karena serangan jantung.

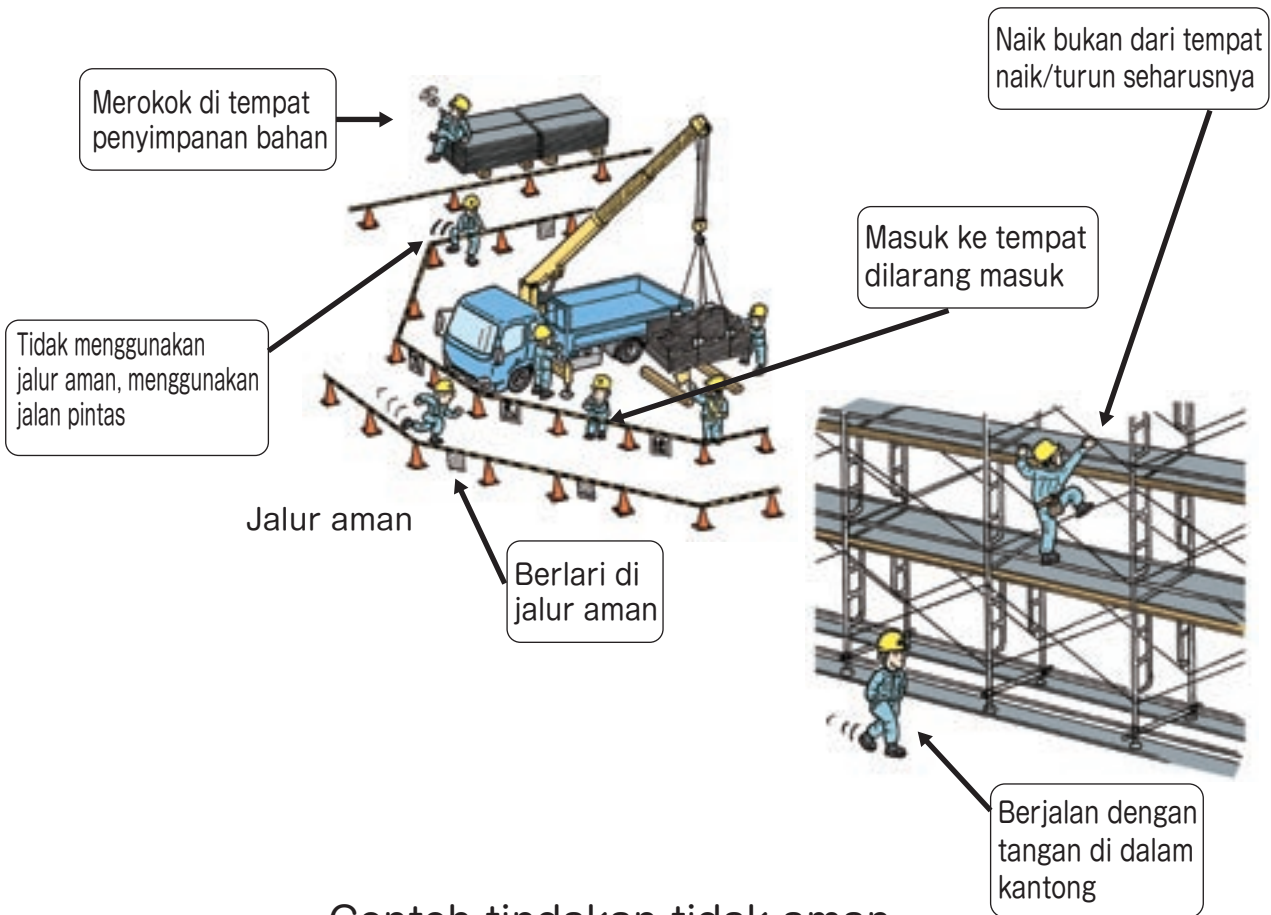
- ③ 酸素注意 (さんけつ ちゅうい)
◆さんそ のうどが ひくい くうきを すわないよう きを つけて さぎょうを おこなう。



- 3) Hati-hati kurang oksigen (sanketsu chuui)
Berhati-hatilah melakukan pekerjaan supaya tidak menghirup udara yang rendah kadar oksigennya (sansonoudo).

Bab 13 Bagaimana caranya mencegah tindakan yang tidak aman?

第13 不安安全行動はどうすれば防げるか?



Contoh tindakan tidak aman

○Perlunya penanganan

Ada banyak kecelakaan kerja yang disebabkan tindakan pekerja (tindakan tidak aman, kesalahan manusia). Harus selalu mencamkan dalam hati melakukan pekerjaan atau aktivitas yang aman sesuai dengan prosedur kerja, penting untuk tidak menyebabkan kecelakaan kerja dengan menerapkan proses kerja yang aman.

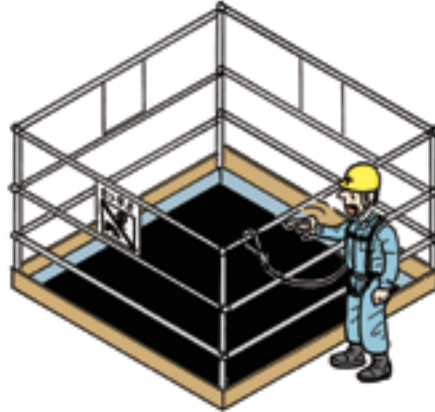
○Pola umum kesalahan manusia, tindakan yang tidak aman

- 1) Menganggap remeh/sudah terbiasa → begini tidak apa-apa, biasa.
- 2) Tindakan jalan pintas, memotong proses → merepotkan, susah
- 3) Tidak tahu, tidak berpengalaman, tidak terbiasa → keputusan salah karena tidak tahu, kurang pengalaman
- 4) Ceroboh → terlena, termenung

Bab 14 Apa yang ada dalam aktivitas keselamatan kerja di tempat konstruksi bangunan?

第14 建設現場での安全活動にはどのようなものがあるか？

Aktivitas prediksi bahaya Contoh memanggil sambil menunjuk



Pegangan tangan baik, sabuk pengaman baik.



○Perlunya penanganan

Untuk mencegah kecelakaan kerja di tempat konstruksi bangunan, dilakukan aktivitas keselamatan kerja masing-masing jenis pekerjaan. Penting untuk mengerti dengan baik tujuan dan isinya, dan berpartisipasi melakukannya dengan aktif.

○Contoh aktivitas keselamatan kerja, tanda keselamatan/papan petunjuk yang umum digunakan

1) Aktivitas prediksi bahaya (kiken yochi katsudou (kei wai kei) (KYK)
Dalam melakukan pekerjaan, Anda semua sebelumnya memprediksi bahayanya, latihan untuk merasakan ketakutan akan bahaya. Selalu dilakukan dalam rapat keselamatan kerja.

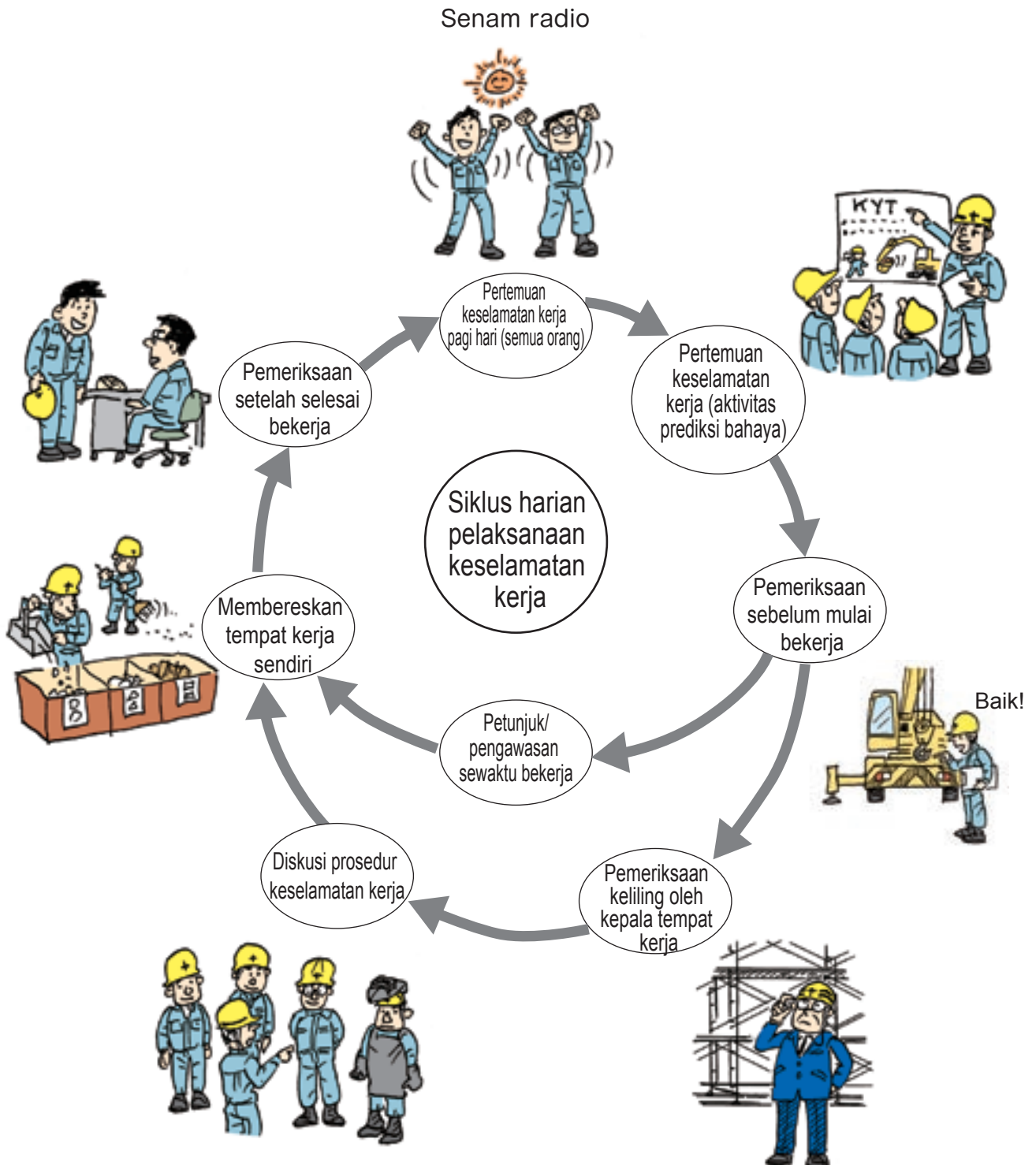
2) Memeriksa keselamatan kerja dengan memanggil sambil menunjuk (shishakoshoude anzen kakunin)

Memastikan keamanan dengan mengeluarkan suara dan menunjuk lokasinya, merupakan aktivitas untuk memberikan stimulasi ke otak dan dengan telinga sendiri sekali lagi memastikan.



Bab 15 Berpartisipasilah dengan aktif dan memahami aktivitas keselamatan kerja 1 hari di tempat kerja konstruksi bangunan.

だい けんせつげんば いちにち あんぜんかつどう りかい せっきょくてき さんか
第 15 建設現場における一日の安全活動を理解し積極的に参加!



JITCO