



PT. MOLINDO RAYA INDUSTRIAL

Intruksi Kerja

No. Dok. : SHE/IK-03/10

PERTOLONGAN PERTAMA

Edisi/Rev : 03/01

Tgl. : 30 April 2021

	Dibuat oleh:	Disetujui oleh:
Jabatan	Staff K3LH	Supervisor K3LH
Tanda Tangan		
Nama		
Tanggal		

	PT. MOLINDO RAYA INDUSTRIAL	
Intruksi Kerja		No. Dok. : SHE/IK-03/10
PERTOLONGAN PERTAMA		Edisi/Rev : 03/01
		Tgl. : 30 April 2021

1. Peralatan yang Dipergunakan

1. Kotak P3K.
2. Tandu.
3. Sarung tangan karet.
4. Alat Resuscicator.
5. Bidai & Mitela.
6. Tabung Oksigen / SCBA.
7. Kacamata / Safety Glass.
8. Ambulance

2. Referensi

1. Undang Undang No. 01 Tahun 1970 tentang Keselamatan Kerja
2. ISO 45001 : 2018 klausul 8.2 : Kesiapsiagaan dan Tanggap Darurat

3. Aspek K3LH

ASPEK K3	APD yang Dipergunakan
Kepala : terbentur, kejatuhan benda	Safety Helmet
Kaki : tersandung, kejatuhan benda	Safety Shoes
Paparan Uap Kimia	Masker Cartridge
Paparan Debu	Masker Debu
Paparan Asap Kebakaran	Tabung Oksigen / SCBA (Self Contain Breathing Apparatus)
Mata : Iritasi	Kacamata / Safety Glass

4. Dokumen Pendukung

1. Laporan Keadaan Darurat (SHE/F-03/01)

	PT. MOLINDO RAYA INDUSTRIAL	
Intruksi Kerja	No. Dok. : SHE/IK-03/10	
PERTOLONGAN PERTAMA	Edisi/Rev : 03/01	
	Tgl. : 30 April 2021	

5. Instruksi Kerja

- 5.1. Pertolongan pertama dimaksudkan agar dapat menyelamatkan nyawa korban, meringankan penderitaan korban, mencegah cedera lebih parah, mempertahankan daya tahan korban dan mencari pertolongan lebih lanjut.
- 5.2. Hal pertama yang perlu dilakukan dalam P3K adalah :
 - ✓ Pernafasan (normal 18 kali / menit).
 - ✓ Denyut nadi (normal 80 kali / menit dg denyutan kuat).
 - ✓ Tekanan darah (normal 120 mmHg, pada usia muda).
 - ✓ Turgor (elastisitas kulit).
 - ✓ Reflek / Keadaan pupil mata.
- 5.3. Tindakan-tindakan yang penting dalam P3K :
 - ✓ Tidak boleh panik.
 - ✓ Perhatikan nafas korban, bila terhenti lakukan pemberian nafas buatan dan pompa jantung dengan system 15 kali pompa 1 kali beri nafas buatan dari mulut ke mulut.
 - ✓ Hentikan pendarahan dengan cara menekan secara kuat tempat pendarahan dan kemudian ikat kuat-kuat dengan kain bersih.
 - ✓ Bilamana korban mengalami patah tulang / fraktur, bagian yang mengalami patah tulang / fraktur diisolir pergerakannya dengan menggunakan bidai & mitela.
 - ✓ Memperhatikan tanda-tanda shock diantaranya kesadaran menurun, nadi berdenyut cepat kemudian melemah dan hilang, muka pucat, kulit dingin, merasa mual / muntah, pupil mata melebar.
 - ✓ Jangan memindahkan korban secara terburu-buru terkecuali kondisi darurat (area darurat), harus diatasi dulu keadaan yang membahayakan korban seperti pendarahan, patah tulang, nafas hilang, jantung berbenti dan sebagainya.
- 5.4. Untuk kecelakaan yang tersiram bahan kimia agar dilakukan pembilasan dengan air yang banyak selama 10 – 15 menit
- 5.5. Bilamana kondisi tidak memungkinkan / memerlukan perawatan lebih lanjut, Bagian K3LH segera membawa ke rumah sakit untuk perawatan.

	PT. MOLINDO RAYA INDUSTRIAL	
Intruksi Kerja		No. Dok. : SHE/IK-03/10
PERTOLONGAN PERTAMA		Edisi/Rev : 03/01
		Tgl. : 30 April 2021

Lampiran - 1

SEJARAH REVISI

Rev	Keterangan Perubahan	Hal	Tanggal	Disetujui
01	1. Perubahan Referensi berkaitan dengan migrasi dari OHSAS 18001 ke ISO 45001:2018.	2	30-Apr-21	

RNI/F-01/08