

LOGO PERUSAHAAN	INSTRUKSI KERJA	Nomor :
		Revisi : 00
	BEKERJA PADA DIKETINGGIAN	Tanggal :
		Halaman : 1/5

## INSTRUKSI KERJA BEKERJA PADA KETINGGIAN

No Dokumen :  
No. Revisi : 00

	Nama	Jabatan	Tanggal	Tanda Tangan
Disusun oleh :				
Diperiksa oleh :				
Disetujui oleh :				

LOGO PERUSAHAAN	INSTRUKSI KERJA	Nomor :
		Revisi : 00
	BEKERJA PADA DIKETINGGIAN	Tanggal :
		Halaman : 2/5

## DAFTAR ISI

	Halaman
Lembar Persetujuan .....	1
Daftar Isi .....	2
Lembar Perubahan Dokumen .....	3
1. Tujuan .....	5
2. Ruang lingkup .....	5
3. Referensi .....	5
4. Definisi .....	5
5. Instruksi Kerja .....	5

LOGO PERUSAHAAN	INSTRUKSI KERJA	Nomor :
		Revisi : 00
	BEKERJA PADA DIKETINGGIAN	Tanggal :
		Halaman : 3/5

### PERUBAHAN DOKUMEN

Nomor		Alasan perubahan dokumen	Direvisi oleh		Disetujui		
Revisi	Hlm.		Jabatan	Paraf	Tanggal	Jabatan	Paraf

LOGO PERUSAHAAN	INSTRUKSI KERJA	Nomor :
		Revisi : 00
	BEKERJA PADA DIKETINGGIAN	Tanggal :
		Halaman : 4/5

#### 1. TUJUAN :

Instruksi kerja ini bertujuan untuk memberikan petunjuk bagi setiap karyawan, kontraktor dan orang lain yang bekerja di PT NAMA PERUSAHAAN yang bekerja di ketinggian  $\geq 1,8$  meter di atas permukaan tanah dan ditempat yang tidak ada pelindungnya ( $\leq 1,8$  meter).

#### 2. RUANG LINGKUP :

Instruksi kerja ini dibuat untuk melindungi karyawan, kontraktor dan orang lain yang bekerja di PT NAMA PERUSAHAAN dari bahaya jatuh pada saat bekerja di ketinggian  $\geq 1,8$  meter di atas permukaan tanah dan ditempat yang tidak ada pelindungnya ( $\leq 1,8$  meter)

#### 3. REFERENSI :

- 3.1. Peraturan Pemerintah No. 50 Tahun 2012 tentang SMK3.
- 3.2. Standard OHSAS 18001:2007 Klausul 4.4.6 tentang pengendalian operasional.
- 3.3. Peraturan Menteri Tenaga Kerja No. 01/MEN/1980 tentang Keselamatan Konstruksi Bangunan.

#### 4. DEFINISI :

- 4.1. Bekerja pada ketinggian adalah pekerjaan yang dilakukan di ketinggian  $\geq 1,8$  meter dari atas tanah atau ditempat yang tidak ada pelindungnya ( $\leq 1,8$  meter) atau dengan kecuraman lereng  $40^\circ$  dasar lantai kerja atau tempat kerja yang memiliki resiko tergelincir. Pekerjaan ketinggian yang memerlukan surat ijin bekerja yang dimaksud adalah bersifat spesifik/proect (bukan merupakan pekerjaan yang rutin).Pekerjaan di ketinggian yang memerlukan surat ijin bekerja sebelum pekerjaan dilakukan, seperti pada pekerjaan berikut:
  - Perbaikan instalasi listrik yang berada di ketinggian.
  - Pekerjaan perbaikan CRANE di ketinggian.
  - Pekerjaan project civil yang terkait dengan pekerjaan di ketinggian (bekerja di atas atap bangunan).
  - Dan semua pekerjaan yang mempunyai resiko terjatuh yang tingginya  $\geq 1,8$  meter atau ditempat yang tidak ada pelindungnya ( $\leq 1,8$  meter).
- 4.2. Lantai kerja adalah pijakan permanen tempat orang bekerja
- 4.3. Safety Body Harness adalah suatu alat atau sarana yang berbentuk tali dan dibuat sedemikian rupa untuk melindungi keselamatan karyawan, kontraktor dan orang lain yang bekerja di PT NAMA PERUSAHAAN sewaktu bekerja di ketinggian.

#### 5. INSTRUKSI KERJA

- 5.1. Analisa Bahaya  
Sebelum memulai pekerjaan di ketinggian, maka perlu dipertimbangkan terlebih dahulu berbagai kemungkinan, apakah terdapat cara lain agar pekerjaan tidak perlu harus dilakukan pada ketinggian. Jika terdapat kemungkinan cara lain, sehingga pekerjaan dapat dilakukan tanpa harus berada di ketinggian yang dapat menyebabkan bahaya, maka pekerjaan di ketinggian harus dibatalkan.
- 5.2. Untuk pekerjaan yang dilakukan di ketinggian (bukan hal rutin), maka terlebih dahulu perlu dilakukan identifikasi bahaya dan penilaian resiko (IBPR), dan inspeksi terhadap keamanan tempat/ lokasi dengan mempertimbangkan hal-hal berikut:
  - Ketinggian dan kecuraman lokasi kerja
  - Kecuraman lereng, jika bekerja pada sebuah lereng
  - Jenis pekerjaan.
  - Jenis APD, Handrailing atau safety life dan sarana lainnya (toe board, dll).
- 5.3. Dari hasil identifikasi bahaya dan penilaian resiko (IBPR) yang telah dibuat, kemudian untuk pekerjaan yang memiliki resiko bahaya ekstrem, maka dikembangkan job safety analysis (JSA) sebagai persyaratan sebelum dikeluarkannya surat ijin kerja.

LOGO PERUSAHAAN	INSTRUKSI KERJA	Nomor :
		Revisi : 00
	BEKERJA PADA DIKETINGGIAN	Tanggal :
		Halaman : 5/5

#### 5.4. Penggunaan Alat Pelindung Diri

- 5.4.1. Setiap karyawan yang bekerja di ketinggian (untuk pekerjaan yang bukan rutin,  $\geq 1,8$  meter), dan tidak memiliki pencegahan resiko terjatuh, maka harus menggunakan Alat Pelindung Diri (APD) jatuh yang terdiri dari full body safety harness di tempat yang tidak memiliki pegangan tangan (handrail) dan setiap waktu lanyard dari safety harness harus terikat dengan benar dan kuat.
- 5.4.2. Pemeriksaan terhadap alat pelindung jatuh sebelum digunakan harus dilakukan untuk memastikan alat pelindung jatuh dapat digunakan dengan baik sesuai dengan jenis pekerjaannya.
- 5.4.3. Sabuk pengaman (full body harness yang dilengkapi dengan lanyard), dikaitkan sama atau lebih tinggi dari bahu pekerja. Tempat mengkaitkan harus kokoh dan kuat dan dapat menahan 3 kali beban pekerja.
- 5.4.4. Sebelum sabuk pengaman digunakan maka harus terlebih dahulu diperiksa dengan teliti terlebih dahulu, dan apabila ditemukan kerusakan atau kondisi yang tidak aman, maka sabuk pengaman tersebut tidak boleh dipakai.
- 5.4.5. Alat pelindung jatuh harus selalu terpasang dengan baik dan digunakan setiap saat selama bekerja.
- 5.4.6. Lanyard full body harness harus dilengkapi absorbent dan double lanyard bila pekerjaan lebih dari 4 meter

#### 5.5. Bekerja di Ketinggian

- 5.5.1. Setiap pekerjaan diketinggian harus selalu dalam pengawasan setiap saat dan telah mendapatkan surat ijin bekerja sebelum memulai pekerjaan, khususnya pekerjaan yang bersifat spesifik/ project.
- 5.5.2. Untuk pekerjaan rutinitas dan Inspeksi saat diketinggian diwajibkan memakai Body Harness dan APD lainnya yang sesuai dengan potensi bahayanya tanpa harus mendapatkan surat ijin bekerja.

#### 5.6. Pelatihan APD:

- 5.6.1. Personil yang melakukan pekerjaan yang beresiko terhadap jatuh, maka harus diberikan pelatihan tentang kesadaran mengenai bahaya dan resiko bekerja di ketinggian
- 5.6.2. Personil menerima pelatihan mengenai penggunaan dan perawatan safety harness dan peralatan bekerja di ketinggian lainnya yang benar.
- 5.6.3. Personil yang belum mendapatkan pelatihan, petunjuk dalam bekerja diketinggian, maka dilarang untuk melakukan pekerjaan di ketinggian.

#### 5.7. Keadaan Darurat

Bila saat melakukan aktivitas atau bekerja diketinggian, mendengar informasi terjadi kondisi darurat perlu diperhatikan beberapa langkah berikut:

- Tetap tenang, jangan panik pastikan informasi tersebut benar adanya;
- Tetap waspada dan jangan tergesa-gesa, segera hentikan pekerjaan;
- Keselamatan jiwa adalah prioritas, segera turun dari lokasi pekerjaan;
- Segera berlari ke area evakuasi atau sesuai petunjuk tim evakuasi;
- Supervisor memastikan pekerjaanya lengkap.