

Budaya Kesehatan, Keselamatan Kerja, dan Lingkungan (K3L) di Lingkungan Kampus

Membangun kesadaran dan komitmen bersama untuk menciptakan lingkungan akademik yang aman, sehat, dan berkelanjutan



Apa Itu K3L?

Definisi

Kesehatan, Keselamatan Kerja, dan Lingkungan (K3L) adalah sistem manajemen terintegrasi yang bertujuan melindungi seluruh civitas akademika dari risiko kecelakaan, penyakit akibat kerja, dan dampak negatif terhadap lingkungan.

Di lingkungan kampus, K3L mencakup pengelolaan risiko di laboratorium, ruang kuliah, bengkel, area publik, dan seluruh fasilitas akademik.

Tujuan Utama

- Mencegah kecelakaan dan insiden di lingkungan kampus
- Melindungi kesehatan mahasiswa, dosen, dan tenaga kependidikan
- Menjaga kelestarian lingkungan melalui pengelolaan yang bertanggung jawab
- Meningkatkan produktivitas akademik dengan lingkungan yang aman



Landasan Hukum dan Kebijakan



UU No. 1 Tahun 1970

Undang-Undang tentang Keselamatan Kerja menjadi dasar hukum penerapan K3 di seluruh tempat kerja, termasuk institusi pendidikan tinggi.



Peraturan Turunan

Peraturan Menteri dan regulasi teknis yang mengatur standar keselamatan di laboratorium, bengkel, dan fasilitas pendidikan.



Kebijakan Kampus

Visi universitas untuk menjadi institusi pendidikan berkelas dunia dengan standar keselamatan dan lingkungan yang unggul.

Hak dan Kewajiban Civitas Akademika



Mahasiswa

Hak: Mendapatkan lingkungan belajar yang aman, informasi risiko, dan pelatihan K3L.

Kewajiban: Mematuhi prosedur keselamatan, menggunakan APD, dan melaporkan kondisi tidak aman.



Dosen

Hak: Fasilitas kerja yang memenuhi standar K3L dan perlindungan kesehatan.

Kewajiban: Membimbing mahasiswa dalam praktik K3L, mengawasi laboratorium, dan menjadi contoh.



Tenaga Kependidikan

Hak: Perlindungan dari risiko kerja dan akses terhadap program kesehatan.

Kewajiban: Melaksanakan tugas sesuai SOP, menjaga kebersihan, dan turut mengawasi keselamatan.



Tamu & Pengunjung

Hak: Mendapat informasi keselamatan dan akses jalur evakuasi.

Kewajiban: Mengikuti peraturan kampus, mematuhi area terlarang, dan melapor saat check-in.



Identifikasi Bahaya dan Penilaian Risiko (IBPR)

Mengenali dan mengevaluasi potensi bahaya adalah langkah pertama dalam sistem manajemen K3L. Setiap area kampus memiliki karakteristik risiko yang berbeda dan memerlukan pendekatan khusus.

"Pencegahan dimulai dari kesadaran. Identifikasi bahaya secara sistematis dapat mengurangi risiko kecelakaan hingga 80%."

Lima Kategori Bahaya di Kampus



Bahaya Fisik

Kebisingan dari mesin bengkel, radiasi dari peralatan medis, suhu ekstrem di laboratorium, dan pencahayaan yang tidak memadai di ruang belajar.



Bahaya Kimia

Paparan bahan kimia berbahaya di laboratorium, gas beracun, dan zat korosif. Semua harus disertai Lembar Data Keselamatan Bahan (LDKB/MSDS).



Bahaya Biologi

Risiko infeksi dari virus, bakteri, jamur, atau limbah medis terutama di fakultas kedokteran, kesehatan, dan laboratorium biologi.



Bahaya Ergonomi

Posisi duduk yang salah saat kuliah, penggunaan komputer dalam durasi lama, dan pengaturan meja kerja yang tidak ergonomis.



Bahaya Psikososial

Stres akademik akibat beban tugas, tekanan ujian, deadline penelitian, dan dinamika interaksi sosial di lingkungan kampus.

Keselamatan di Laboratorium



Aturan Dasar yang Wajib Dipatuhi

- Selalu menggunakan jas laboratorium dengan lengan panjang
- Memakai sepatu tertutup berbahan kuat (tidak boleh sandal)
- Dilarang keras makan, minum, atau menyimpan makanan di area lab
- Rambut panjang harus diikat untuk menghindari kontak dengan bahan atau mesin
- Tidak diperkenankan bekerja sendirian tanpa pengawasan
- Membaca dan memahami SOP sebelum menggunakan alat atau bahan

Alat Pelindung Diri (APD)



Kacamata Pelindung

Melindungi mata dari percikan bahan kimia, debu, dan partikel berbahaya. Wajib digunakan di laboratorium kimia dan bengkel.



Sarung Tangan

Berbagai jenis sesuai kebutuhan: latex untuk bahan biologi, nitrile untuk kimia, dan kulit untuk pekerjaan mekanis.



Masker & Respirator

Melindungi saluran pernapasan dari debu, uap kimia, dan partikel berbahaya. Pilih sesuai tingkat risiko paparan.



Jas Laboratorium

Menutup seluruh tubuh dari leher hingga lutut, berbahan tahan api untuk lab kimia dan bahan mudah dicuci.

📄 **Perawatan APD:** Cuci secara teratur, periksa kondisi sebelum digunakan, dan segera ganti jika rusak atau terkontaminasi.

Prosedur Evakuasi Darurat



Dengar Alarm

Segera hentikan aktivitas saat alarm berbunyi. Jangan abaikan atau anggap sebagai latihan kecuali ada pengumuman resmi.



Ikuti Jalur Evakuasi

Gunakan tangga darurat, jangan menggunakan lift. Ikuti rambu hijau bertuliskan "EXIT" menuju jalur terdekat.



Menuju Titik Kumpul

Berkumpul di assembly point yang telah ditentukan. Tetap tenang, jangan berlari, dan bantu rekan yang membutuhkan.



Laporkan Kehadiran

Petugas akan melakukan pengecekan. Laporkan jika ada yang masih tertinggal di dalam gedung atau memerlukan bantuan medis.

 **Nomor Kontak Darurat:** Keamanan Kampus (ext. 112) | Medis (ext. 119) | Pemadam Kebakaran (113)

Pertolongan Pertama pada Kecelakaan (P3K)

Luka Bakar

Alirkan air dingin (bukan es) selama 10-15 menit, tutup dengan kain bersih, jangan oleskan mentega atau pasta gigi. Segera ke klinik kampus.

Pingsan

Baringkan korban dengan kaki lebih tinggi dari kepala, longgarkan pakaian, pastikan jalur napas bebas. Panggil bantuan medis segera.

Luka Gores/Sayat

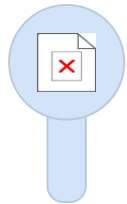
Cuci dengan air mengalir, bersihkan dengan antiseptik, tutup dengan perban steril. Jika dalam, memerlukan jahitan di klinik.

Keracunan Kimia

Jauhkan dari sumber, pindahkan ke udara segar, jangan memaksa muntah. Bawa MSDS bahan ke petugas medis untuk penanganan tepat.

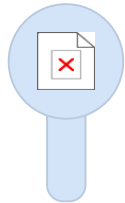


Budaya 5R: Disiplin untuk Keselamatan



Ringkas

Pisahkan barang yang diperlukan dan tidak diperlukan. Buang atau simpan barang yang jarang digunakan di tempat terpisah.



Rapi

Tata kabel agar tidak menyebabkan tersandung, simpan dokumen dengan sistem yang jelas, dan beri label pada setiap penyimpanan.



Resik

Bersihkan meja kerja dan area belajar setiap hari. Jadwalkan pembersihan menyeluruh secara berkala untuk mencegah penumpukan debu.



Rawat

Pertahankan standar kebersihan dengan inspeksi rutin, perbaiki kerusakan segera, dan laporkan kondisi yang membahayakan.



Rajin

Jadikan 5R sebagai kebiasaan sehari-hari. Disiplin dalam menerapkan semua prinsip di atas secara konsisten.

Mari Bersama Membangun Budaya K3L

Komitmen Individu

Setiap orang bertanggung jawab atas keselamatan diri sendiri dan orang lain. Mulai dari hal kecil: mematuhi SOP, menggunakan APD, dan melaporkan kondisi tidak aman.

Kolaborasi Tim

K3L adalah tanggung jawab bersama. Saling mengingatkan, berbagi pengetahuan, dan mendukung program keselamatan kampus.

Perbaikan Berkelanjutan

Evaluasi rutin, pembelajaran dari insiden, dan inovasi terus-menerus untuk meningkatkan standar K3L di lingkungan kampus.

"Keselamatan bukan kebetulan, tetapi hasil dari komitmen, kesadaran, dan tindakan nyata setiap hari."

