

BEKERJA DI KETINGGIAN

CDC-SLP-044-P102



Bekerja di ketinggian: Bekerja pada ketinggian 2,0 m yang tepinya tidak berpengaman dimana risiko terjatuh dari satu tingkat ke tingkat lain lebih besar daripada atau sama dengan 1,8m.

KESELAMATAN BEKERJA DI KETINGGIAN

- ✓ Gunakan APD pelindung Jatuh
Pekerjaan yang berpotensi memiliki bahaya terjatuh (free fall) gunakan FBH 5 D-ring dan double lanyard
- ✓ Pastikan Anchor Point
Pastikan FBH tertambat 100% tie off. Perlu diperhatikan apabila tidak terdapat anchor point, pasang webbing sling sebagai anchor
- ✓ Gunakan system pencegah jatuh
*Untuk pekerjaan di atas atap, gunakan life line sebagai anchor point. Pastikan setting perpanjangan lanyard tidak melebihi tepian jatuh.
Tambatkan lanyard pada FFO atay FF1 saat menggunakan system pencegah jatuh*
- ✓ Clean Up
Bersihkan lantai kerja apabila terdapat genangan air. Ikuti arahan supervisor atau pengawas terkait. Jika terjadi hal-hal yang berpotensi berbahaya segera laporkan pada pengawas dan pihak yang berwenang
- ✓ Tubuh dalam kondisi prima
Pastikan isitirahat dengan cukup, minum air yang cukup agar terhindar dari dehidrasi dan pastikan saat bekerja tidak terpengaruh oleh obat-obatan

PROSEDUR BEKERJA DI KETINGGIAN

- Lakukan penilaian resiko/JHA sebelum mulai bekerja, seperti:
 1. Eliminasi, mengeleminasi keperluan masuk ke area yang berpotensi terjadi bahaya jatuh.
 2. Substitusi, menyediakan peralatan untuk mengakses titik atau benda yang perlu diakses, guna menghindari resiko jatuh. Misalnya jalan (pijakan)
 3. Isolasi, melindungi atau mengurangi pekerja dengan alat pengatur posisi pekerjaan seperti work platform yang dapat dinaikkan, tangga putar atau unit pemeliharaan bangunan.
 4. Perlindungan dari bahaya jatuh, menyediakan APD yang mencegah terjadinya bahaya jatuh atau mengurangi resiko tingkat keparahan bahaya jatuh atau meminimalkan resiko cedera apabila sampai terjatuh.
- Memilih peralatan yang tepat sesuai dengan tugas, lokasi, fasilitas/peralatan, dan kondisi lainnya. Adapun peralatan yang dimaksud adalah:
 1. Gunakan double lanyard dengan peredam kejut (jangan menggunakan lanyard yang disambungkan)
 2. Periksa persyaratan kekuatan anchor satu titik apakah mampu menahan minimal 15kN (1500Kg), atau menahan minimal 22kN (2200Kg) jika dua orang terhubung ke anchor point yang sama
 3. Posisikan anchor point dengan benar (selengkapnya pada CDC-SLP-044-P102)
 4. Gunakan Full Body Harness 5-D ring
- Memasang rambu atau barikade standar
- Memberi pelatihan bekerja di ketinggian
- Memelihara dan merawat peralatan pelindung dari bahaya terjatuh
- Mengontrol dokumen bekerja di ketinggian