

# LANGKAH PERTAMA

## Pengurusan bahaya keselamatan dan kesihatan di tempat kerja anda

Kebanyakan tempat kerja mempunyai bahaya yang boleh menyebabkan kecelakaan atau memudaratkan kesihatan para pekerja. Pengurusan keselamatan dan kesihatan para pekerja merupakan satu lagi aspek menjalani perniagaan sama seperti kewangan, percukaian, perlesenan, perlantikan kakitangan dan pengeluaran.

Risalah panduan ini dapat membantu anda meguruskan risiko keselamatan dan kesihatan di dalam perniagaan dan tempat kerja anda. Sekiranya anda dapat menguruskan aspek ini dengan baik, anda dapat mengurangkan risiko:

- mengalami kos kematian, kecederaan atau gangguan kesihatan pekerja anda.
- kehilangan kos kewangan yang dikaitkan dengan pemberhentian kerja, kerosakan loji atau peralatan atau kehilangan perkerja yang mahir.
- menangani kos pembayaran ganti rugi pekerja serta pertambahan dalam premium insuran dan
- menghadapi tindakan penguatkuasaan seperti pendakwaan di bawah undang-undang keselamatan dan kesihatan pekerjaan.

## DUA FAKTOR ASAS

Kejayaan dalam pengurusan risiko keselamatan dan kesihatan bergantung kepada dua faktor asas yang hanya dapat dipengaruhi oleh anda:

1. **Berperanan sebagai seorang ketua.** Sebagai tuan pemunya atau pengurus, anda seharusnya menampakkan komitmen anda kepada aspek keselamatan dan kesihatan dengan membimbing melalui tauladan dan menyediakan sumber-sumber yang diperlukan ( contoh: masa dan kewangan)
2. **Libatkan kakitangan anda.** Anda patut melibatkan kakitangan anda dengan menggalakkan serta memudah cara penyertaan mereka dalam proses mengenalpasti bahaya dan mencari jalan penyelesaian untuk mengawal risiko di tempat kerja. Gunakan secara terbaik pengetahuan tersedia ada serta kepakaran mereka.

## PERSEDIAAN PERMULAAN

Komitmen yang serius terhadap keselamatan dan kesihatan bermula dengan mengenalpasti segala perkara yang mempunyai potensi menyebabkan kecederaan atau memudaratkan kesihatan. Untuk ini berlaku, anda seharusnya perlu mengetahui jenis bahaya yang terdapat di tempat kerja anda.

- Bahaya fizikal, seperti jatuh dari ketinggian, elektrik, pengendalian manual, bunyi, suhu terlampau sejuk /panas atau pengudaraan.
- Bahaya berkaitan dengan operasi loji, seperti yang mungkin berakibat daripada proses pemotongan, pengisaran, penekanan atau penggilingan.. ( Loji adalah istilah umum yang



Government of **Western Australia**  
Department of Commerce



termasuk apa-apa jentera, kelengkapan, perkakas, alat atau peralatan serta mesin berkuasa seperti trak angsun.

- Kesan biologikal/kesihatan, seperti Penyakit '*Legionnaire*' (berpunca daripada kegagalan menyelenggara menara penyejukan).
- Bahaya pemancaran sinar seperti cahaya pengimpalan
- Kesan psikologikal, seperti keletihan, kelesuan dan tekanan. (Latihan atau penyeliaan yang tidak mencukupi boleh mengakibatkan tekanan)
- Bahaya ergonomik, seperti mengangkat beban atau menggerakkan objek-objek yang berat, atau ketinggian dan kedudukan kerusi dan meja di tempat kerja.

## MENGENALPASTI BAHAYA

Unuk mengenalpasti bahaya keselamatan dan kesihatan, anda harus bekerja sama dengan staf anda dalam melaksanakan kegiatan-kegiatan berikut:

1. Rancangkan 'pemeriksaan semasa berjalan' di tempat kerja anda.
2. Senaraikan segala tugas/aktiviti yang berlansung di tempat kerja anda. Kemudian, ringkaskannya kepada langkah-langkah bersiri dan bersusun untuk membolehkan anda mengenalpasti sebarang bahaya yang sedia ada.
3. Perhatikan cara atau kaedah aktiviti-aktiviti tersebut berinteraksi untuk mewujudkan sesuatu bahaya.
4. Catitkan segala bahaya yang dikenalpasti oleh anda dan staf anda. Di akhir panduan ini, terdapat suatu Borang Bahaya, Risiko dan Kawalan yang agak berguna. Anda boleh merekodkan bahaya yang dikenalpasti didalamnya dan kembali kepada kandungan borang ini bila anda mula menilai kemungkinan dan akibat setiap bahaya yang dikenalpasti yang boleh menyebabkan mudarat dan kecederaan.
5. Teliti dan semak semula rekod insiden kemalangan dan kecederaan yang lalu di tempat kerja anda. Di akhir panduan ini, terdapat suatu Borang Laporan Insiden yang anda atau kakitangan anda boleh gunakan untuk melapor sebarang insiden atau kecederaan berkaitan dengan keselamatan dan kesihatan.
6. Teliti sebarang maklumat yang disediakan oleh para pengilang atau pembekal, contohnya bahan-bahan spesifik loji, alat atau bahan kimia.
7. Adakan perbincangan dengan para pekerja yang bekerja di perniagaan atau industri yang sama dengan anda.
8. Rujuk kepada Peraturan-Peraturan Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan dan Kod Amalan Australia Barat.

## PEMERIKSAAN TEMPAT KERJA – APA YANG PATUT DI TELITI

Pemeriksaan tempat kerja merupakan satu cara yang baik untuk mengenalpasti bahaya dan perkara-perkara spesifik berkaitan dengan aktiviti serta persekitaran tempat kerja anda. Anda boleh samaada menyediakan senarai semakan pemeriksaan anda yang merangkumi segala kawasan kerja dan aktiviti yang dijalani di tempat kerja anda, atau anda boleh menggunakan senarai semakan dan Borang Bahaya, Risiko dan Kawalan yang terdapat di dalam panduan ini.

Beberapa butir yang anda boleh berikan tumpuan semasa menjalani pemeriksaan di tempat kerja anda adalah seperti berikut :

- Kebersihan – lantai, tempat kerja, tangga, laluan atau lorong

- Kemudahan dan Pertolongan cemas – peralatan pertolongan cemas, pembekalan air minuman, bilik air dan tandas yang bersesuaian.
- Keselamatan kecemasan dan kebakaran – pintu masuk dan keluar, peralatan melawan kebakaran, sistem penggera.
- Loji dan peralatan – bahaya yang diakibatkan oleh pemotongan, penghancuran atau perangkapan dan keadaan kerja tidak selamat yang disebabkan oleh kandungan bertekanan tinggi, bahan-bahan berterbangan, bunyi, suhu terlampau panas atau sejuk.
- Bahaya kimia – peralatan/ kelengkapan perlindungan peribadi, pengudaraan, label, bekas, penyimpanan, petanda dan risalah data keselamatan bahan.
- Elektrik – alat pengawal sisa arus, keadaan dan lokasi kabel, soket, plag dan suis, label/ kunci.
- Ergonomik dan pengendalian manual – pelan kawasan kerja, ketinggian meja dan tempat kerja, tempat duduk, aktiviti yang melibatkan angkat beban, memindah, menjangkau, menganjur dan pergerakan berulang.
- Pemagaran jentera – penghadang, memagar komponen mesin yang bergerak.

Bahaya di tempat kerja anda boleh berubah dari masa ke semasa dan pemeriksaan harus dibuat pada masa-masa yang berpatutan.

Perhatian yang bersungguh-sungguh harus diberikan semasa kerja-kerja penyelenggaraan, pembersihan atau pembaikan terhadap loji atau peralatan dibuat.

Pastikan penyeliaan dan pemantauan staf yang baru atau yang tidak berpengalaman dilaksanakan setiap masa.

## MENILAI RISIKO

Untuk mengendalikan penilaian risiko yang asas, ikutilah empat langkah-langkah seperti yang dinyatakan dibawah:

1. Kumpulkan maklumat setiap bahaya yang anda kenalpasti.
2. Taksirkan kemungkinan sesuatu kemalangan atau insiden itu boleh berlaku. Anda harus mengambil kira bilangan orang yang mungkin akan didedahkan kepada setiap bahaya dan jangka masa pendedahan tersebut.  
Anda harus mengambil kira keadaan/situasi yang berlainan yang mungkin wujud di tempat kerja anda yang dapat menambahkan risiko seperti perubahan kepada operasi, pemeriksaan, pembersihan, penyelenggaraan, pembaikan serta kehadiran kakitangan yang baru mahu pun yang tidak berpengalaman.
3. Taksirkan akibat atau kesan risiko tersebut. Gunakan maklumat yang anda kumpulkan itu untuk menilai potensi berlakunya setiap bahaya yang dikenalpasti, contohnya manusia boleh:
  - meninggal dunia
  - mengalami kecederaan besar ( dengan kesan jangka masa yang panjang dan ketara)
  - mengalami kecederaan ringan ( biasanya melibatkan cuti selama beberapa hari) atau
  - mengalami kecederaan yang tidak signifikan ( mungkin memerlukan rawatan bantu mula sahaja)
4. Nilai risiko tersebut. Gunakan Jadual Penilaian Risiko pada muka sebelah untuk menilai risiko yang berkaitan dengan setiap bahaya.

KEMUNGKINAN BERLAKUNYA KECEDEeraan ATAU MUDARAT KEPADA KESIHATAN	JADUAL PENILAIAN RISIKO			
	KESAN ATAU AKIBAT SEBARANG KECEDEeraan ATAU MUDARAT KEPADA KESIHATAN			
	Tidak ketara Contoh: Tiada kecederaan	Sederhana Contoh: Pertolongan cemas/rawatan medikal	Agak Ketara Contoh: Kecederaan teruk	Malapetaka Contoh: Kematian
Sangat mungkin	Tinggi	Keterlaluan	Keterlaluan	Keterlaluan
Mungkin	Sederhana	Tinggi	Keterlaluan	Keterlaluan
Sederhana	Rendah	Tinggi	Keterlaluan	Keterlaluan
Tidak mungkin	Rendah	Sederhana	Tinggi	Keterlaluan
Jarang	Rendah	Sederhana	Tinggi	Tinggi

## MENGAWAL RISIKO

Ambil tindakan untuk mengawal risiko yang anda telah nilaikan, bermula dengan perkara yang mempunyai nilai risiko yang tertinggi.

Dalam menentukan jenis kawalan yang perlu diamalkan, mulailah dengan mencuba menghapuskan bahaya itu sama sekali.. Seandainya ini tidak pratikal, pilihlah opsyen berikut bermula dari atas ke bawah sepertimana yang dijelaskan di bawah.

### Tahap 1 – Hapuskan bahaya tersebut

Sebagai contoh, jika anda menggunakan sejenis bahan pelarut yang boleh membawa mudarat kepada kesihatan untuk membersihkan minyak daripada komponen-komponen yang dihasilkan oleh mesin pemeras, penghapusan penggunaan minyak dapat membawa kepada penghapusan penggunaan pelarut tersebut.

### Tahap 2 – Kurangkan risiko bahaya tersebut.

Contoh-contoh dan cara-cara mengamalkan langkah ini termasuklah:

- Penggantian – gunakan pelarut yang tidak mudah terbakar sebagai ganti kepada pelarut yang mudah terbakar.
- Pengubahsuaian – pasang sistem perlindungan yang dapat menahan kecederaan kepada operator semasa bergolek dan tali pinggang keledar pada traktor.
- Pengasingan – alihkan mesin yang berbunyi ke suatu tempat yang bersesuaian.
- Kawalan kejuruteraan – pasang suis potongan yang dapat memberhentikan pengaliran arus elektrik, penapis dan pemagaran.

### **Tahap 3 – Pastikan amalan kerja yang selamat dan bekalkan alat perlindungan peribadi jika perlu**

Contoh dan cara melaksanakan perkara ini adalah dengan menyediakan latihan dalam aspek bahaya/risiko, perkenalkan prosidur label/kunci, dan sediakan kelengkapan atau pakaian perlindungan. Kelengkapan /pakaian perlindungan haruslah dijadikan opsyen yang terakhir.

### **LATIHAN DAN PENYELIAAN**

Anda bertanggung jawab memastikan bahawa semua kakitangan anda mempunyai kemahiran, pengetahuan dan pengalaman untuk membolehkan mereka menjalani aktiviti dengan selamat. Anda perlu menyediakan latihan induksi keselamatan bila mereka melapor diri. Periksa sama ada mereka memerlukan latihan formal atau pun latihan-semasa-kerja dan pastikan sebarang kakitangan yang baru atau tidak berkemahiran itu di selia setiap masa.

### **MENDAPAT NASIHAT PAKAR**

Anda mungkin rasa bahawa anda memerlukan khidmat nasihat pakar daripada konsultan keselamatan dan kesihatan. ( berhubung sesuatu perkara di tempat kerja anda). Sebelum anda menghubungi sesiapa pun, pastikan anda ketahui dengan jelas apa yang hendak mereka mencapai.

Sekiranya bantuan luaran dipanggil, ikutilah langkah-langkah dan proses sepertimana yang tertera di dalam panduan ini agar kos perniagaan dikurangkan dan kerja konsultan dapat dipermudahkan. Ini bermakna bahawa anda telah pun mengenalpasti bahaya keselamatan dan kesihatan dan telah pun mencari jalan penyelesaian. Apa yang anda kehendaki konsultan itu mencapai ialah mencari jalan penyelesaian kepada masalah-masalah yang tidak dapat diselesaikan oleh anda dan kakitangan anda.

**Sekiranya perniagaan anda mempunyai kurang daripada 20 para pekerja, anda mungkin layak menerima perundingan bebas dan percuma yang merupakan sebahagian daripada Strategi Perniagaan Kecil WorkSafe. Hubungi 1300 307 877 atau layari laman web kami di WorkSafe.**

