

KEMALANGAN DISEBABKAN HAZARD DI PEJABAT

Antara kemalangan yang berlaku seperti :

1. **Tergelincir atau tersangkut** pada halangan wayar dan permaidani rosak di pejabat.
2. **Kejutian elektrik** juga boleh berlaku disebabkan wayar atau peralatan tidak diselenggara dengan baik
3. **"Sick Building Syndrome"** adalah suatu sindrom penyakit yang mana pekerja akan berkeadaan tidak sihat apabila datang ke pejabat. Ini kerana suasana dan keadaan di pejabat sesak, tiada pengudaraan yang baik, pencemaran yang berpunca dari dalaman bangunan, pencemaran dari luar yang memasuki bangunan dan agen mikrobiologi.

BAGAIMANA CARA MENGATASI MASALAH INI?

Untuk mengatasi masalah ini, kita perlu:

1. Menyediakan langkah-langkah keselamatan dan kesihatan iaitu dengan membentuk Dasar Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan yang mana membantu pekerja memahami dan mempunyai kesedaran berkenaan aspek Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan.
2. Menyediakan Prosedur Kerja Selamat (SOP) bagi setiap aktiviti berisiko merupakan salah satu cara proaktif dalam mengatasi masalah berlakunya kemalangan di tempat kerja.
3. Selain itu, mempertingkatkan kekemasan (*housekeeping*) di tempat kerja juga dapat mengurangkan hazard fizikal di kawasan kerja.

Sebarang Pertanyaan Tentang Aspek Keselamatan Dan Kesihatan Pekerjaan, Boleh Hubungi :

- En. Shamree : 012-9990799
- En. Mohd Annas : 014-9452747
- En. Muhammad Farhan : 013-5335311
- En. Izzuddin : 014-8364228



Pejabat merupakan sebuah tempat kerja yang biasanya dianggap tidak mempunyai risiko pada keselamatan dan kesihatan pekerja. Seperti juga tempat kerja lain, pejabat tidak terkecuali daripada hazard fizikal, biologi, kimia, faktor ergonomik dan psikososial. Hazard ini boleh mengakibatkan kemalangan serta penyakit pekerjaan. Langkah pencegahan perlu dititik beratkan oleh setiap pekerja serta majikan bagi mencegah kemalangan di pejabat berlaku.

JABATAN KESELAMATAN DAN KESIHATAN PEKERJAAN UNIVERSITI SULTAN ZAINAL ABIDIN



09 - 668 7750



Kampus Gong Badak,
21300 Kuala Nerus, Terengganu



<https://keselamatan.unisza.edu.my>



BULETIN KESELAMATAN DAN KESIHATAN PEKERJAAN SIRI 2 KESELAMATAN DI PEJABAT



PENGENALAN

Pejabat boleh dikategorikan rumah kedua kita kerana kita banyak menghabiskan masa kita berada di pejabat. Hampir lapan jam atau lebih, kita akan menghabiskan masa di pejabat. Sedarkah kita walaupun di pejabat, kita di kelilingi dengan hazard yang mana boleh memudaratkan keselamatan dan kesihatan kita semua.

Akta Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan 1994, Seksyen 15(1) menyatakan bahawa adalah menjadi kewajipan tiap-tiap majikan dan tiap-tiap orang yang bekerja sendiri untuk memastikan setakat yang praktik, keselamatan dan kesihatan serta kebajikan semasa bekerja semua pekerjaanya.

HAZARD DI PEJABAT

Antara hazard di pejabat adalah :

Hazard Fizikal

Terdiri daripada hazard berkaitan suhu, pencahayaan, bising, getaran, tenaga elektrik, peralatan dan mesin.

Hazard Biologi

Disebabkan oleh bakteria, virus, fungus yang mungkin berpunca dari alat pendingin hawa atau persekitaraan tempat kerja.

Hazard Kimia

Berpunca dari bahan asid atau pelarut organik dari aktiviti pencucian.

Hazard Ergonomik

Berpunca dari pergerakan berulang, tekanan sentuhan, berdiri/duduk untuk tempoh yang panjang.

Hazard Psikososial

Berpunca dari tekanan emosi di tempat kerja seperti gangguan seksual, kerja yang banyak, syif yang tidak bersesuaian, gaji yang rendah dan lain-lain.

Penyimpanan dan Pemfailan

Hazard

- Muatan rak yang berlebihan.
- Menyimpan barangan yang berat di bahagian atas.
- Perbuatan berulang-ulang.



Langkah Pencegahan

- Barangan yang besar dan berat mestilah disimpan di bahagian bawah.
- Barang yang selalu digunakan hendaklah disimpan di tempat yang mudah dicapai.
- Barang yang ringan dan kecil mestilah disimpan di bahagian tengah atau bahagian atas rak.
- Jangan memanjat rak. Sentiasa gunakan tangga atau kerusi untuk mengambil barang di tempat yang tinggi.
- Jangan melebihi kemampuan rak.
- Berehat seketika jika melakukan kerja berulang-ulang.



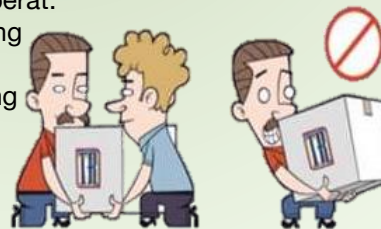
Memindah dan Mengangkat Barang

Hazard

- Mengangkat barang berat.
- Kerja mengangkat yang berulang-ulang.
- Cara mengangkat yang salah.

Langkah Pencegahan

- Memberi latihan pendedahan manual.
- Rehat, senaman dan kerja bergilir-gilir.
- Menyediakan alat bantuan pengendalian manual seperti troli, forklift dan lain-lain.



Bekerja Menggunakan Komputer

Hazard

- Kedudukan badan yang salah.
- Duduk terlalu lama dalam kedudukan yang sama.
- Penyusunan stesen kerja yang kurang selesa.
- Cahaya monitor komputer terlalu cerah/terang.
- Pergerakan yang berulang-ulang.

Langkah Pencegahan

- Menggunakan kerusi yang boleh laras, meja dan aksesori ergonomik.
- Pekerja perlu mengambil masa 5-10 minit untuk melakukan senaman regangan.



Peralatan Pejabat

Hazard

- Kurang pengudaraan di kawasan mesin fotokopi.
- Housekeeping yang tidak kemas.
- Ketinggian meja kerja yang salah (*workbenches*).
- Dakwat, toner, bahan kimia (hazard kimia).

Langkah Pencegahan

- Simpan *Chemical Safety Data Sheet* (CSDS) untuk dakwat, toner dan bahan kimia.
- Pekerja mesti dilatih bagi mengendalikan sesuatu peralatan.
- *Workbenches* perlu berada pada tahap pinggang pekerja.