

BAB V

IMPLEMENTASI KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA

5.1 Pendahuluan

Implementasi keselamatan dan kesehatan kerja dilakukan dengan memberikan pengarahan, pelatihan, dan pemberian fasilitas-fasilitas untuk mendukung pekerjaan karyawan agar mencapai tujuan yang diharapkan. Pada tahap penerapan perusahaan perlu untuk memperhatikan adanya kemampuan kegiatan yang mendukung pekerjaan, indentifikasi sumber-sumber bahaya yang akan terjadi selama melakukan pekerjaan, pengendalian resiko yang akan terjadi, dan penilaian terhadap penerapan yang telah dilakukan. Implementasi keselamatan dan kesehatan kerja dilakukan untuk mengukur pengaruh pelaksanaan keselamatan kerja, kesehatan, dan kesejahteraan karyawan. Tujuan keselamatan dan kesehatan kerja pada perusahaan akan tercapai jika perusahaan mendukung pelaksanaannya dan karyawan menerapannya dengan baik.

Dalam bab ini penulis akan menjelaskan temuan penelitian dan diskusi hasil penelitian mengenai implementasi keselamatan dan kesehatan kerja di PT. PLN (Persero) Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta.

5.2 Pelatihan Keselamatan dan Kesehatan Kerja

5.2.1 Diklat PDKB

Agar karyawan dapat memahami keselamatan dan kesehatan kerja dalam menjalankan pekerjaan, dilakukan pendidikan dan pelatihan PDKB untuk memberikan pemahaman dan kompetensi terkait pekerjaan tersebut.

“Ya diklat pelaksana PDKB. Disitu diterangkan juga K3 nya” (Mas Slamet, selaku *lineman* di PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta selaku *lineman* di PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 09/08/19, 09:26 WIB)

Dalam pernyataan Mas Slamet menyatakan bahwa ia mendapatkan pelatihan untuk karyawan PDKB, yang mana dalam pelatihan tersebut menerangkan keselamatan dan kesehatan kerja.

“Pernah. Kalau di PLN itu kita nggak rutin, nggak sering sih, kita itu pilih, jadi sebagai pembelajaran kita diklat. Setiap tahunnya itu ada. Jadi diklat pilihan masing-masing personil pengennya ambil apa. Misal tahun ini ingin mempelajari K3, kita ambil K3. Tahun depannya bisa beda lagi. Kalau K3 udah diambil itu nggak bisa lagi, jadi ada 2 kayaknya K3 untuk pelaksana sama K3 untuk pengawas.” (Mas Davi, selaku *lineman* di PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 09/08/19, 10:00 WIB)

“...K3 itu harus diambil duluan. Itu cuma K3 nya aja. Kalau diklat pekerjaannya itu beda lagi. PDKB harus diklat dan itu lama sekitar dua bulan” (Mas Davi, selaku *lineman* di PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 09/08/19, 10:00 WIB)

Serupa dengan Mas Slamet, Mas Davi menyatakan bahwa dirinya juga pernah mengikuti pelatihan keselamatan dan kesehatan kerja. Ia menyatakan bahwa ada dua macam pelatihan K3 yakni pelatihan untuk pelaksana dan pelatihan untuk pengawas.

5.2.2 K3 Ketinggian dan K3 kelistrikan

Kemudian, karyawan juga pernah mendapatkan pelatihan K3 ketinggian dan juga K3 kelistrikan untuk mendapatkan bekal ilmu dan meningkatkan kemampuan dalam melaksanakan pekerjaan.

“pernah (mengikuti pelatihan). Cuma K3 ketinggian sama K3 kelistrikan. Bukan K3 yang umum. Khusus K3 yang di PDKB. Pekerjaan Dalam Keadaan Berketegangan.” (Pak Malik, selaku pengawas K3 PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 26/06/19, 08:30 WIB)

Mas Malik menyatakan bahwa dirinya pernah mengikuti pelatihan khusus untuk karyawan PDKB diantaranya pelatihan K3 kelistrikan, dan pelatihan K3 ketinggian.

“Untuk K3 umum belum, kalau K3 ketinggian pernah.” (Mas Hendro, selaku *lineman* di PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 26/08/19, 07:58 WIB)

" Sebenarnya untuk pendidikan kayak gitu ada. Cuma untuk pelatihan kayak gitu nunggu dari unit distribusi dari Semarang. Nanti merekomendasikan untuk diklat seperti itu.” (Mas Hendro, selaku *lineman* di PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 26/08/19, 07:58 WIB)

“Untuk K3 sendiri ada K3 umum dan K3 listrik. Kalau saya baru pendidikan K3, sertifikasi K3 ketinggian. Kayak tes ketinggian terus cara kita naik *tower* itu seperti apa sesuai SOP nggak seperti itu.” (Mas Hendro, selaku *lineman* di PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 26/08/19, 07:58 WIB)

Mas Hendro menyatakan bahwa dirinya juga pernah mendapatkan pelatihan K3, dan melakukan serangkaian tes ketinggian. Dirinya mengatakan bahwa untuk mendapatkan pelatihan tersebut harus menunggu Unit yang ada di Semarang.

5.2.3 K3 Pengawas

Khusus untuk pengawas keselamatan dan kesehatan kerja di PDKB akan mendapatkan pelatihan sendiri yang dinamakan K3 Pengawas.

“jadi ada 2 kayaknya K3 untuk pelaksana sama K3 untuk pengawas.” (Mas Davi, selaku *lineman* di PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 09/08/19, 10:00 WIB)

Mas Davi menyatakan bahwa ada jenis pelatihan untuk pelaksana dan ada jenis pelatihan untuk pengawas.

“...kita kan ada pengawas K3, nah dia pasti mengingatkan kita tentang K3 setiap hari.” (Mas Hendro, selaku *lineman* di PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 26/08/19, 07:58 WIB)

Mas Hendro menyatakan pengawas K3 bertugas untuk selalu mengingatkan pelaksana terkait keselamatan dan kesehatan kerja.

“...kalau pengawas K3 ada pendidikan pengawas K3 juga. Jadi di PDKB untuk diklat ada jenjangnya. Satu pelaksana, kedua penyelia. Untuk penyelia itu proyeksinya pengawas. Antara pengawas K3 atau pengawas pekerjaan.” (Mas Hendro, selaku *lineman* di PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 26/08/19, 07:58 WIB)

Mas Hendro menambahkan bahwa di PDKB memiliki pengawas K3 yang akan selalu mengingatkan K3 kepada anggota *team*. Ia juga menyatakan bahwa di PDKB terdapat jenjang pelatihan K3 yakni pelatihan K3 untuk pelaksana dan pelatihan K3 untuk pengawas.

5.3 Pemeriksaan Kesehatan dan Tersedianya Fasilitas Kesehatan

5.3.1 Pemeriksaan Setiap 6 Bulan

Pemeriksaan kesehatan merupakan salah satu hal yang harus dilakukan oleh perusahaan untuk mengetahui kondisi terkini dari kesehatan karyawannya. Pemeriksaan kesehatan yang dilakukan terhadap

karyawan bertujuan untuk mengetahui dan mendeteksi gangguan kesehatan yang mungkin dialami karyawan akibat faktor tertentu di lingkungan kerja.

“Berkala, jadi berkala itu ada. Setiap setahun sekali, untuk pegawai biasa. Terus untuk PDKB itu per enam bulan sekali.” (Pak Dodi, selaku pejabat K3L PT PLN Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 27/05/19, 18:33 WIB)

“Kalau untuk PDKB ya setiap 6 bulan sekali itu pasti ada” (Pak Malik, selaku pengawas K3 PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 26/06/19, 08:30 WIB)

“Ya disini setahun dua kali, semua personil *check up*” (Mas Slamet, selaku *lineman* di PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 09/08/19, 09:26 WIB)

“jadi kita sebenarnya ada pengecekan kayak medical *check up* itu setahun 2 kali.” (Mas Hendro, selaku *lineman* di PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 26/08/19, 07:58 WIB)

Pemeriksaan kesehatan untuk karyawan di PT.PLN (Persero) Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta telah dilakukan secara berkala. Didukung dengan pernyataan dari Pak Dodi, Pak Malik, Mas Slamet, dan Mas Hendro, yakni untuk PDKB dilaksanakan rutin setiap enam bulan sekali.

5.3.2 Tersedianya Klinik

Di PT PLN Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta menyediakan klinik kecil sebagai fasilitas apabila ada karyawan yang sakit.

“Ada, jadi klinik itu ada dokter-dokter yang masuk di K3.” (Pak Dodi, selaku pejabat K3L PT PLN Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 27/05/19, 18:33 WIB)

“Ada disebelah sana, klinik kecil kalau ada yang sakit” (Pak Malik, selaku pengawas K3 PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 26/06/19, 08:30 WIB)

Selain pemeriksaan kesehatan yang rutin dilakukan setiap enam bulan sekali, perusahaan juga menyediakan klinik kecil di PT.PLN (Persero) Unit pelaksana pelayanan pelanggan Yogyakarta.

5.4 Ketersediaan perlengkapan keselamatan kerja

5.4.1 Adanya Alat Pelindung Diri (APD)

Agar mencapai keselamatan dan kesehatan kerja, perusahaan harus memberikan alat-alat keselamatan yang memadai untuk karyawannya. Alat keselamatan kerja biasa disebut APD (Alat Pelindung Diri). APD harus selalu dipakai untuk menjaga keselamatan pekerja dari potensi bahaya atau resiko kecelakaan kerja. Alat-alat Pelindung Diri (APD) yang digunakan haruslah sesuai dengan potensi bahaya dan resiko pekerjaan agar efektif melindungi pekerja yang menggunakannya.

“Jadi untuk peralatan kerja itu kita sediakan semuanya mulai dari helm, kacamata, sarung tangan sepatu *safety*. Yang kita sediakan itu APD standar lah ya tapi nanti untuk pekerjaan khusus itu ada lagi APDnya. Itu mungkin dia butuh sarung tangan yang 20kv.” (Pak Dodi, selaku pejabat K3L PT PLN Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 27/05/19, 18:33 WIB)

Peralatan Kerja yang disediakan menurut pak Dodi meliputi helm, kacamata, sarung tangan sepatu *safety*. Namun, untuk pekerjaan khusus akan diberikan alat pelindung diri yang berbeda.

“Kalau dibawah saja itu cuma helm, kacamata, kaus tangan, sepatu. Kalau di PDKB itu ada sepatu *safety* khusus untuk PDKB yang 20.000 volt. Kemudian harus pakai *body harness* karena kita bekerja lebih dari 3 meter harus pakai *body harness*, kalau di PLN peraturannya yang lebih dari 3 meter harus pakai *body harness* yang *safety belt* tapi yang seluruh badan gitu.” (Pak Malik, selaku pengawas K3 PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 26/06/19, 08:30 WIB)

"Kalau yang dari perusahaan ya selama aku masuk di PLN, yang dikasih itu helm, kacamata, sarung tangan. Sarung tangan itu tiap bulan dapat, itu sarung tangan yang dasar sih, terus ada sarung tangan yang gede itu untuk naik keatas. Terus sepatu *safety*. Sepatu *safety* nya yang 20.000 volt." (Pak Malik, selaku pengawas K3 PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 26/06/19, 08:30 WIB)

Peralatan yang disediakan menurut pak Malik yakni helm kacamata, kaus tangan, sepatu *safety* khusus, dan *body harness*.

"Disini ya seperti APD dari mobil sendiri, dan ya yang paling penting kan APD." (Mas Slamet, selaku *lineman* di PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 09/08/19, 09:26 WIB)

"Kalau untuk di PDKB ya setau saya sudah cukup semua APD pokoknya sudah lengkap ya, paling lengkap kalau APD itu PDKB di PLN." (Mas Slamet, selaku *lineman* di PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 09/08/19, 09:26 WIB)

Menurut Mas Slamet alat pelindung diri yang telah diberikan perusahaan termasuk yang paling lengkap.

"Sudah sangat, lengkap sangat bagus. Kacamata kita udah pakai oakley, helm bagus juga. Bagus sih. Sepatu isolasi juga, sarung tangan kita tiap bulan dapat." (Mas Davi, selaku *lineman* di PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 09/08/19, 10:00 WIB)

Serupa dengan pernyataan narasumber sebelumnya, mas Davi menyatakan bahwa peralatan yang di dapatkan sudah lengkap dan dengan kualitas yang terbaik.

"Kalau lengkap sih lengkap. Mulai dari atas sampai bawah semua disediakan." (Mas Hendro, selaku *lineman* di PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 26/08/19, 07:58 WIB)

Begitu pula dengan pernyataan mas Hendro yang mengatakan bahwa peralatan yang diberikan sudah lengkap, mulai dari atas kepala sampai bawah kaki.

Peralatan keselamatan kerja sudah lengkap. Hal ini dibuktikan dari pernyataan Pak Dodi, Pak Malik, Mas Slamet, Mas Davi, dan Mas Hendro. Alat pelindung diri yang telah disediakan perusahaan adalah helm, kacamata, sarung tangan sepatu *safety*, dan *body harness*. Untuk peralatan pekerjaan khusus seperti di PDKB juga telah disediakan seperti sarung tangan yang 20kv , dan sepatu *safety* khusus.

5.5 Karyawan taat aturan dalam melaksanakan K3

5.5.1 Adanya Pengawas K3

Karyawan yang baik adalah karyawan yang disiplin terhadap pekerjaan yang dilakukan. Taat dan patuh merupakan hal yang sangat penting. Karyawan yang taat adalah karyawan yang bersedia melaksanakan perintah yang di tetapkan oleh perusahaan.

“... kita kan ada pengawas K3, nah dia pasti mengingatkan kita tentang K3 setiap hari.” (Mas Hendro, selaku *lineman* di PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 26/08/19, 07:58 WIB)

Dengan adanya pengawas K3 dapat membantu agar pekerjaan tetap sesuai dengan SOP yang berlaku dan mengingatkan pentingnya K3.

“Harus taat aturan. Kalau misalnya gak taat aturan, temen-temen tak suruh turun. Soalnya itu untuk keselamatan mereka. Kan berhubungan dengan nyawa ya, kalau lengah sedikit itu bahaya banget. Jadi kalau misalnya mereka nggak mau pakai APD ya saya suruh turun.” (Pak Malik, selaku pengawas K3 PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 26/06/19, 08:30 WIB)

Selama menjadi pengawas K3, mas Malik selalu menuntut karyawan PDKB untuk selalu taat dalam menjalankan aturan K3 yang berlaku. Apabila tidak melakukan aturan yang berlaku, ia tidak akan mengijinkan

pekerjaan dilakukan. Mengingat bahwa resiko yang akan ditimbulkan sangat berbahaya bahkan dapat menyebabkan kehilangan nyawa.

“...Tapi kalau aturan ya dari perusahaan. Sekarang K3 lebih ketat lagi, karena APD nggak komplit pekerjaan berhenti. Nggak boleh dilanjutkan, dokumen-dokumen nggak ada nggak bisa bekerja.” (Mas Slamet, selaku *lineman* di PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 09/08/19, 09:26 WIB)

Pernyataan Mas Malik sebelumnya didukung dengan pernyataan dari Mas Slamet yang mengatakan bahwa apabila karyawan tidak menerapkan aturan yang berlaku pekerjaan akan dihentikan, dan tidak boleh dilakukan. Peraturan K3 merupakan peraturan yang ketat dan wajib untuk dilaksanakan.

“...ada pengawasnya itu sudah bagus. Kalau di PDKB sih dari dulu memang udah kayak gitu. PDKB itu istilahnya pelopornya lah untuk K3 sebagai percontohnya.” (Mas Slamet, selaku *lineman* di PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 09/08/19, 09:26 WIB)

Dengan adanya pengawas K3 di team PDKB sudah bagus untuk selalu mengawasi jalannya pekerjaan. K3 dalam PDKB juga dinyatakan sebagai pelopor dan percontohan K3 di PLN.

“Iya. Memang dari awal kita di didik itu memang harus sesuai SOP. Udah ada pengawasnya juga. Jadi tujuan pengawas pekerjaan itu juga agar kita bekerja sesuai SOP, jadi meminimalisir kecelakaan.” (Mas Hendro, selaku *lineman* di PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 26/08/19, 07:58 WIB)

Adanya pengawas K3 bertujuan agar pekerjaan selalu sesuai dengan aturan dan dapat meminimalisir adanya kecelakaan. Selain itu karyawan dinyatakan selalu taat aturan menjalankan K3 dikarenakan sejak dari awal karyawan di didik agar bekerja sesuai dengan SOP yang berlaku.

5.5.2 Tercapainya *Zero Accident*

Karyawan termasuk taat pada aturan yang berlaku. Hal ini terbukti dengan tercapainya *zero accident* yang merupakan salah satu sasaran kinerja, dan PDKB menjadi pelopor dan panutan K3 di PLN.

“...ya Alhamdulillah dari dulu sih di Jogja *zero accident* penting ya itu K3 nya diutamakan. Kalau di PDKB itu sebenarnya jadi panutan K3 di PLN. Soalnya benar-benar pelaksana langsung jadi ya harus benar-benar di jaga.” (Mas Davi, selaku *lineman* di PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 09/08/19, 10:00 WIB)

Mas Davi menyatakan bahwa PDKB merupakan panutan K3 di PLN. Hal ini dapat dilihat dari selalu tercapainya *zero accident*.

“Kalau selama aku disini belum pernah ya mengalami kecelakaan.” (Pak Malik, selaku pengawas K3 PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 26/06/19, 08:30 WIB)

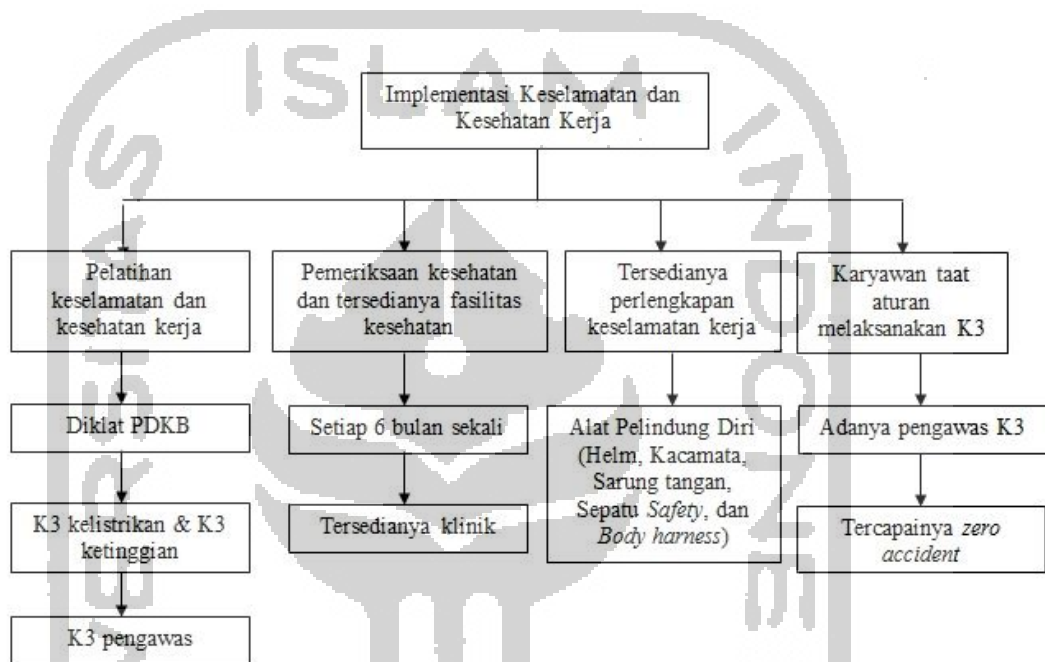
Mas Malik yang telah bekerja selama 7 tahun tidak pernah mengalami kecelakaan kerja, hal ini membuktikan bahwa target *zero accident* selalu tercapai.

“PDKB itu *zero accident* .”(Mas Slamet, selaku *lineman* di PDKB Unit Pelaksana Pelayanan Pelanggan Yogyakarta 09/08/19, 09:26 WIB)

Pernyataan Mas Davi, Mas Malik didukung oleh Mas Slamte yang menyatakan bahwa di PDKB selalu mencapai target *zero accident*.

5.6 Ringkasan penelitian

Berdasarkan dengan semua hasil temuan tersebut, tentang implementasi keselamatan dan kesehatan kerja, berikut ini merupakan *display data* dari temuan penelitian yang telah dilakukan



Gambar 5.1. Implementasi Keselamatan dan Kesehatan Kerja
Sumber: Data Primer Diolah (2019)

5.7 Disukusi Hasil Penelitian

Penulis menemukan bahwa tujuan dari pelatihan keselamatan dan kesehatan kerja untuk memberikan bekal kepada karyawan serta meningkatkan dan mengembangkan kemampuan pekerja mengenai K3, dan dapat menerapkan prinsip keselamatan dan kesehatan kerja di lokasi kerja. Adanya pemberian informasi mengenai keselamatan dan kesehatan kerja dibuktikan dengan adanya pelatihan yang pernah dilakukan oleh Pak Malik, Mas Slamet, Mas Davi, dan Mas Hendro. Diantaranya adalah K3 ketinggian, K3 kelistrikan, dan diklat pelaksana PDKB. Untuk pendidikan pengawas K3 dilakukan mas Malik dan Mas Hendro. Selain itu adanya pengawas K3 juga berfungsi untuk mengingatkan karyawan tentang K3 dalam bekerja setiap harinya. Hal ini serupa dengan Sopiah & Sangadji (2018) Pelatihan keselamatan dan kesehatan merupakan bagian yang penting dari program pencegahan. Pelatihan keselamatan menguraikan peraturan dan memberikan informasi tentang potensi bahaya dan bagaimana menghindarinya. Pelatihan penyegaran selanjutnya harus diberikan dan kursus khusus disiapkan untuk menangani aspek baru keselamatan dan kesehatan atau area di mana keselamatan muncul. Selain itu, Suparyadi (2015) dalam Sopiah&Sangadji (2018) mengatakan bahwa Semakin profesional seorang karyawan, semakin kecil mereka melakukan kesalahan dan hal tersebut dapat memperkecil kemungkinan terjadinya kecelakaan kerja. Dalam penelitian Akpan (2011) mengatakan bahwa Manajemen harus melakukan analisis pekerjaan untuk membantu mengidentifikasi bahaya terkait pekerjaan, yang seharusnya

dikomunikasikan kepada pekerja selama pelatihan, induksi, orientasi, seminar atau lokakarya. Program pelatihan keselamatan dan kesehatan harus mengandung standar, aturan, prosedur, tanggung jawab, kewajiban, dan sanksi. Dalam penelitian Sudarwanto & Fipiana (2014) Pelatihan K3 bertujuan agar karyawan dapat memahami dan berperilaku pentingnya keselamatan dan kesehatan kerja, mengidentifikasi potensi bahaya di tempat kerja, melakukan pencegahan kecelakaan kerja, mengelola bahan-bahan beracun berbahaya dan penanggulangannya, menggunakan alat pelindung diri, melakukan pencegahan dan pemadaman kebakaran serta menyusun program pengendalian keselamatan dan kesehatan kerja perusahaan.

Pemeriksaan kesehatan yang dilakukan terhadap karyawan bertujuan untuk mengetahui dan mendeteksi gangguan kesehatan yang mungkin dialami karyawan akibat faktor tertentu di lingkungan kerja. Pemeriksaan kesehatan untuk karyawan di PT. PLN (Persero) Unit pelaksana pelayanan pelanggan Yogyakarta telah dilakukan secara berkala. Didukung dengan pernyataan dari Pak Dodi, Pak Malik, Mas Slamet, dan Mas Hendro, yakni untuk PDKB dilaksanakan rutin setiap enam bulan sekali. Perusahaan juga menyediakan klinik kecil di PT. PLN (Persero) Unit pelaksana pelayanan pelanggan Yogyakarta. Serupa dengan Mangkunegara (2013) Program kesehatan kerja menunjukkan kondisi yang bebas dari gangguan fisik, emosi, mental, atau rasa sakit yang disebabkan oleh lingkungan kerja. Perhatian pada kesehatan karyawan dapat mengurangi terjadinya kecelakaan dalam melaksanakan pekerjaannya, pemeriksaan kesehatan karyawan dapat mencegah terjadinya

kecelakaan di tempat kerja. Sinambela (2016) Pemeriksaan keselamatan dan kesehatan dirancang untuk memeriksa area tertentu dari organisasi untuk menemukan dan menentukan kesalahan pada sistem, peralatan, pabrik atau mesin, atau kesalahan operasional yang mungkin membahayakan kesehatan atau sumber kecelakaan. Pemeriksaan keselamatan dan kesehatan harus dilakukan secara teratur dan sistematis oleh manajer lini dan supervisor dengan saran dan bantuan spesialis keselamatan dan kesehatan kerja. Dalam penelitian Masman & Simanjuntak (2005) menyatakan bahwa kesehatan fisik meliputi pemeriksaan jasmani pra penempatan, pemeriksaan jasmani secara berkala untuk personalia, pemeriksaan jasmani berkala secara sukarela untuk semua personalia, klinik medis yang mempunyai staff dan perlengkapan yang baik, tersedianya personalia medis dan ahli yang terlatih.

Agar mencapai keselamatan dan kesehatan kerja, perusahaan harus memberikan alat-alat keselamatan yang memadai untuk karyawannya. Peralatan keselamatan kerja sudah lengkap. Hal ini dibuktikan dari pernyataan Pak Dodi, Pak Malik, Mas Slamet, Mas Davi, dan Mas Hendro. Alat pelindung diri yang telah disediakan perusahaan adalah helm, kacamata, sarung tangan sepatu *safety*, dan *body harness*. Untuk peralatan pekerjaan khusus seperti di PDKB juga telah disediakan seperti sarung tangan yang 20kv, dan sepatu *safety* khusus. Menurut Suma'mur (2009) alat pelindung diri adalah suatu alat yang digunakan untuk melindungi diri atau tubuh terhadap bahaya-bahaya kecelakaan kerja. Alat pelindung diri merupakan salah satu cara untuk mencegah kecelakaan dan secara teknis APD tidaklah sempurna

dapat melindungi tubuh akan tetapi dapat mengurangi tingkat keparahan kecelakaan kerja yang terjadi. Sedangkan menurut Mangkunegara (2013) dalam meningkatkan keselamatan dan kesehatan kerja hal yang dapat dilakukan adalah dengan menyediakan peralatan perlindungan diri untuk pegawai yang bekerja pada lingkungan yang menggunakan peralatan yang berbahaya. Dalam penelitian Akpan (2011) bahwa langkah dalam menghadapi situasi berbahaya adalah dengan menggunakan pakaian dan perangkat pelindung yang relevan seperti helm, pelindung telinga di lingkungan dengan suara keras, kacamata mata dan masker wajah di ruang las, sarung tangan, sepatu bot dan sepatu keselamatan lainnya, sabuk penyangga pinggang, penopang pergelangan tangan dan siku, kursi dan meja yang sesuai, dll. Dalam penelitian Setiawan *et.al* (2011) mengatakan bahwa diperlukan sarana dan prasarana untuk menghindarkan diri dari kecelakaan pada saat bekerja. Adanya sarana maupun prasarana yang baik untuk bekerja dapat mencegah terjadinya gangguan kesehatan dalam bekerja, di samping itu juga memberikan perlindungan bagi pekerja dalam melakukan pekerjaannya.

Karyawan yang baik adalah karyawan yang disiplin terhadap pekerjaan yang dilakukan. Karyawan termasuk taat pada aturan yang berlaku. Hal ini terbukti dari pernyataan Mas Malik Dan Mas Slamet yang mengatakan jika karyawan tidak melaksanakan aturan pekerjaan akan dihentikan. Selain itu pernyataan dari Mas Slamet dan Mas Davi yakni tercapainya *zero accident* dan PDKB menjadi pelopor dan panutan K3 di PLN. Selain itu tambahan dari Mas Hendro yang mengatakan adanya pengawas K3 juga membantu agar

pekerjaan terawasi sesuai dengan SOP yang ada sehingga dapat meminimalisir kecelakaan. Kedisiplinan merupakan kesadaran dan kesediaan seseorang mentaati semua peraturan perusahaan dan norma-norma sosial yang berlaku. Kesadaran adalah sikap seseorang yang secara sukarela menaati semua peraturan dan sadar akan tugas dan tanggung jawabnya. Menurut Sinambela (2016) untuk mencegah terjadinya kecelakaan setiap karyawan harus membuat komitmen pribadi untuk melakukan praktik kerja yang aman. Konsep tim, di mana para karyawan saling mengawasi sebagai tanggung jawab moral adalah tujuan yang bermanfaat. Partisipasi dalam tim-tim tersebut membantu membentuk sikap positif dan mengembangkan rasa memiliki program tersebut pada karyawan.

