



International
Labour
Organization

**SAFETY
+ HEALTH
FOR ALL**



From
the People of Japan



PANDUAN K3 BAGI JURNALIS & PEKERJA MEDIA TELEVISI



Hak cipta © International Labour Organization 2022
Pertama terbit 2022

Publikasi International Labour Office memiliki hak cipta berdasarkan Protokol 2 Konvensi Hak Cipta Universal. Namun demikian, potongan pendek darinya boleh direproduksi tanpa izin, dengan syarat sumbernya disebutkan. Untuk hak reproduksi atau terjemahan, permohonan hendaknya diajukan kepada ILO Publications (Rights and Licensing), International Labour Office, CH-1211 Geneva 22, Switzerland, atau melalui surel: rights@ilo.org. Kantor Perburuhan Internasional menyambut baik permohonan semacam itu.

Perpustakaan, lembaga dan pengguna lain yang terdaftar pada organisasi hak reproduksi diperbolehkan membuat salinan sesuai dengan izin yang diterbitkan untuk mereka untuk tujuan ini. Kunjungi www.ifrro.org untuk menemukan organisasi hak reproduksi di negara Anda.

Panduan K3 Bagi Jurnalis & Pekerja Media Televisi. Jakarta: ILO 2022

ISBN: 978-92-2-0373330 (print)

Penyebutan yang dipergunakan di dalam publikasi ILO, yang sesuai dengan praktik Perserikatan Bangsa-Bangsa, dan penyajian materi di dalamnya tidak mengisyaratkan penyampaian pendapat apapun dari pihak Kantor Perburuhan Internasional mengenai status hukum suatu negara, daerah atau wilayah atau otoritasnya, atau mengenai garis perbatasannya.

Tanggung-jawab atas pendapat yang disampaikan di dalam artikel, studi dan kontribusi lain yang bertanda-tangan semata-mata berada di tangan penulisnya, dan publikasi bukan merupakan dukungan dari Kantor Perburuhan Internasional terhadap pendapat yang disampaikan di dalamnya.

Penyebutan nama perusahaan dan produk dan proses komersil tidak mengisyaratkan dukungan dari Kantor Perburuhan Internasional, dan tidak disebutkannya suatu perusahaan, produk atau proses komersil tertentu bukan merupakan tanda ketidaksetujuan.

Informasi tentang publikasi dan produk digital ILO bisa didapatkan di: www.ilo.org/publns. Publikasi ILO dalam Bahasa Indonesia dapat diperoleh di website ILO (www.ilo.org/jakarta) dalam format digital. Untuk informasi lebih lanjut, silakan hubungi kami di jakarta@ilo.org.

Dicetak di Jakarta.

KATA PENGANTAR

Ikatan Journalis Televisi Indonesia (IJTI) menaruh perhatian serius bagi keselamatan dan kesehatan para jurnalis televisi saat menjalankan tugasnya baik ketika di dalam ruang redaksi maupun saat melakukan peliputan di lapangan. Tidak sedikit para jurnalis televisi mengalami kecelakaan kerja maupun tindakan kekerasan secara fisik saat menjalankan tugasnya.

Risiko kecelakaan kerja harus diminimalisir karena bisa berdampak bagi produktifitas serta kinerja para jurnalis maupun perusahaan media. Itulah sebabnya IJTI bersama ILO menyusun panduan khusus yang bisa dijadikan sebagai rujukan atau pegangan bagi para jurnalis televisi, pekerja media televisi dan

perusahaan televisi dalam meminimalisir risiko kecelakaan kerja.

Panduan ini memang tidak mengatur secara keseluruhan tapi paling tidak panduan ini bisa menjadi rujukan bagi perusahaan media televisi. Dengan panduan ini diharapkan seluruh jurnalis televisi di tanah air bisa lebih *aware* lagi memahami keselamatan dan kesehatan kerja. Begitu juga dengan para pemangku kebijakan di media televisi supaya lebih peduli serta komitmen menciptakan lingkungan kerja yang aman dan sehat bagi para jurnalis dan pekerja media televisi.

Ketu Umum IJTI

Herik Kurniawan

KATA PENGANTAR ILO

Manajemen keselamatan dan kesehatan kerja (K3) dalam bisnis mempersangkutkan peningkatan kinerja dan profitabilitas. Setiap orang dalam bisnis, termasuk pemberi kerja, pekerja, dan subkontraktor dapat memperoleh manfaat dari kebijakan dan praktik K3 yang lebih baik dengan menyoroti 'manusia' saat menavigasi melalui lanskap komersial yang kompleks dan menantang.

Industri televisi (TV) merupakan salah satu industri dengan tantangan yang semakin meningkat antara lain risiko psikososial, stres terkait pekerjaan dan penyakit tidak menular. Tingkat cedera yang berbahaya akibat membawa alat berat untuk produksi, kecelakaan di lokasi, kelelahan karena jadwal dan anggaran produksi yang ketat, terkadang

melupakan keselamatan dan kesejahteraan mereka yang terlibat dalam proses produksi.

Perlindungan keselamatan dan kesehatan pekerja di tempat kerja merupakan salah satu pilar kerangka kebijakan ILO. Standar perburuhan internasional menganggap keselamatan dan kesehatan di tempat kerja sebagai tanggung jawab antara pemberi kerja dan pekerja. Pemberi kerja berkewajiban untuk menyediakan lingkungan kerja yang aman dan sehat dengan menghilangkan dan mengendalikan risiko, melatih pekerja dan memberi mereka informasi dan alat untuk mencegah kecelakaan dan penyakit akibat kerja. Sedangkan pekerja wajib mengikuti pedoman keselamatan dan kesehatan kerja yang diberikan oleh pemberi kerja. Dengan menerapkan program keselamatan di tempat kerja, tingkat penyakit dan cedera turun dan pengurangan risiko yang signifikan bagi bisnis.

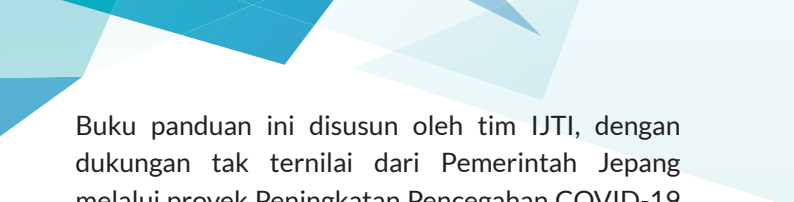
Buku Panduan K3 Bagi Jurnalis dan Pekerja Media Televisi yang diterbitkan oleh Ikatan Jurnalis Televisi Indonesia (IJTI) ditujukan untuk memberikan

pedoman dan saran praktis bagi mereka yang perlu mengidentifikasi, mengurangi, dan mengendalikan risiko yang dapat menyebabkan cedera atau penyakit terhadap jurnalis dan pekerja di lingkungan kerja industri TV.

Adanya buku panduan ini tentunya akan sangat berarti bagi IJTI. IJTI akan lebih mudah menjalankan amanahnya sebagai organisasi yang mengayomi para anggotanya.

Di luar itu, dalam konteks saat ini, buku panduan akan memudahkan IJTI untuk menyebarkan informasi kepada perusahaan dan masyarakat luas bahwa K3 adalah bagian dari prinsip dan hak mendasar di tempat kerja. Dengan demikian, buku panduan tersebut juga akan menjadi acuan bagi anggota IJTI dalam mengadvokasi isu K3 kepada masyarakat luas.

Kami berharap buku panduan ini, yang menawarkan perpaduan teori dan praktik, dalam dokumen ini akan memfasilitasi penerapan manajemen K3 yang lebih baik di industri TV di Indonesia.



Buku panduan ini disusun oleh tim IJTI, dengan dukungan tak ternilai dari Pemerintah Jepang melalui proyek Peningkatan Pencegahan COVID-19 di dan melalui Tempat Kerja.

**Direktur ILO untuk
Indonesia dan Timor Leste**

Michiko Miyamoto

DAFTAR ISI

Kata Pengantar	3
Kata Pengantar ILO	5
Pendahuluan	11
Lingkungan Kerja Media TV	15
Ruang Lingkup Pekerja di Media TV	15
Alur Kerja Jurnalis TV & Pekerja Media TV	16
Aspek K3 Jurnalis dan Pekerja Media TV	19
Potensi Risiko K3 Jurnalis & Pekerja Media TV ..	21
Upaya Mitigasi Pengendalian Potensi Bahaya K3	26
Penilaian Risiko K3	33

Praktik Baik Pengendalian Potensi Bahaya K3 Jurnalis dan Pekerja Media TV	40
Inklusi Sosial dan Pencegahan Kekerasan Berbasis Gender	45
Lembaga Konsultasi Bipartit untuk K3 Tingkat Perusahaan	50
Elemen Kunci Penerapan K3 bagi Pekerja Media TV	53
Penutup	53
Lampiran	54
Referensi	58



PENDAHULUAN

Organisasi Perburuhan Internasional (ILO) mencatat ada 6.300 orang meninggal setiap harinya akibat kecelakaan kerja atau penyakit akibat kerja, dan lebih dari 2,3 juta kematian per tahun. Ada sebanyak 317 juta kecelakaan terjadi di tempat kerja setiap tahunnya dan hal ini mengakibatkan absensi pekerja yang lebih panjang. Kerugian akibat kecelakaan kerja ini diperkirakan mencapai 4% dari Produk Domestik Bruto (PDB). Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) melaporkan PDB Indonesia pada tahun 2021 sebesar Rp16.970,8 triliun, maka kerugian 4% dari PDB tersebut sebesar Rp678,8 triliun. Angka

kerugian yang tinggi ini dapat diturunkan dengan meningkatkan investasi sistem keselamatan dan kesehatan kerja (K3) yang lebih tangguh.

Keselamatan dan kesehatan kerja (K3) secara umum didefinisikan sebagai ilmu antisipasi, pengenalan, evaluasi dan pengendalian bahaya yang timbul dalam atau dari tempat kerja yang dapat mengganggu kesehatan dan kesejahteraan pekerja, dengan mempertimbangkan kemungkinan dampak terhadap masyarakat sekitar dan lingkungan umum. K3 di tempat kerja merupakan tanggung jawab bersama. Pengusaha harus memberikan informasi dan pelatihan terkait keselamatan kepada pekerja untuk memastikan bahwa mereka telah memahami risiko yang terlibat dan relevansi tindakan keselamatan yang diambil, dan pekerja pun harus menerapkan langkah-langkah keselamatan. Baik manajer maupun pekerja harus memberikan prioritas tertinggi pada prinsip pencegahan. Hal ini sejalan dengan Peraturan Pemerintah Nomor 88 Tahun 2019 tentang Kesehatan Kerja dan Undang-Undang Nomor 1 tahun 1970 yang menyebutkan tentang upaya penyelenggaraan K3 yang harus diupayakan oleh pemberi kerja.

Industri media televisi (TV) mencakup berbagai kegiatan dalam proses kerjanya baik itu dalam proses pra-produksi, produksi dan pasca-produksi serta pengambilan gambar di luar ruangan untuk wawancara dan liputan. Hal ini perlu memastikan lingkungan dan prosedur kerja yang aman. Setiap risiko yang dihadapi tiap pekerja terutama jurnalis TV di industri media TV berbeda-beda karena dipengaruhi oleh berbagai faktor seperti lingkungan kerja, perilaku, penanganan peralatan, dan lainnya. Kendati pekerja profesional di industri media TV perlu memiliki kemampuan untuk mengelola berbagai situasi, mengidentifikasi bahaya di lingkungan kerja dan juga memantau keadaan kesejahteraan pribadi secara mandiri, pihak manajemen juga perlu mendorong menciptakan budaya K3 yang baik. Pekerja profesional di industri media TV dihadapkan pada kondisi-kondisi berbahaya di lingkungan pekerjaannya. Beberapa pemberitaan sebelumnya mengabarkan bahwa jurnalis TV terlibat pada kecelakaan dalam tugasnya hingga meninggal di Papua. Jurnalis TV juga mengalami perundungan saat menjalankan liputan di Samarinda, Kalimantan Timur. Kondisi-kondisi ini menguatkan perlunya

didorong penciptaan budaya K3 yang baik agar dampak-dampak kesehatan dan kecelakaan kerja dapat dikurangi atau bahkan dihilangkan.

Ikatan Jurnalis Televisi Indonesia (IJTI) bersama dengan Organisasi Perburuhan Internasional (ILO) menyusun dokumen untuk memberikan panduan umum kepada perusahaan media TV, jurnalis TV dan pekerja profesional media TV dalam mengidentifikasi serta mengurangi potensi risiko kecelakaan dan penyakit akibat kerja di industri media TV. Panduan ini menguraikan pertimbangan tempat kerja umum di industri media TV seperti kantor, studio produksi, serta lokasi produksi di luar ruangan.

Panduan umum ini tidak mencakup semua masalah K3. Namun pada panduan ini dikenalkan penilaian risiko K3. Penilaian risiko K3 harus dilakukan untuk mengidentifikasi risiko yang berlaku di tempat kerja masing-masing. Penilaian risiko K3 ini perlu dilanjutkan dengan upaya manajemen K3 yang baik agar budaya K3 yang diharapkan diterapkan oleh para pekerja/jurnalis TV dapat dijamin kualitasnya. Budaya K3 ini nantinya akan mendorong praktik

dan perilaku kerja yang aman dan sehat sehingga produktifitas kerja dapat dioptimalkan dengan baik.

LINGKUNGAN KERJA MEDIA TV

Pekerjaan profesional media TV mencakup kerja di berbagai lokasi termasuk kantor, ruang produksi, dan luar kantor. Dalam proses peliputan sering kali jurnalis dan pekerja profesional media TV harus bekerja di tempat-tempat yang tidak dirancang sebagai lingkungan kerja. Penting bahwa semua orang yang terlibat mampu melakukan pengamatan dan menilai aspek K3 di lingkungan kerja, serta memberikan saran untuk peningkatan keselamatan dalam hal prosedural dan tanggung jawab dari manajemen.

RUANG LINGKUP PEKERJA DI MEDIA TV

Profesi pekerja media TV memiliki tugas dan fungsi yang berbeda yaitu fungsi kegiatan jurnalistik dan non-jurnalistik. Kegiatan jurnalistik di dalam kantor media meliputi rapat redaksi, menyunting naskah berita, mengedit audio visual hingga proses siaran di studio. Di dalam proses ini tidak hanya melibatkan para jurnalis namun juga awak media non jurnalis



lainya seperti penata suara, penata lampu, juru kamera studio dan sebagainya.

Sedangkan kegiatan di lapangan jurnalis dan pekerja media TV melakukan proses peliputan di berbagai tempat dan bertemu dengan berbagai narasumber. Dari aspek keselamatan dan kesehatan, bekerja di dalam ruangan dan di lapangan sama-sama memiliki potensi risiko dari yang tingkat sedang hingga berat.

ALUR KERJA JURNALIS TV & PEKERJA MEDIA TV

Proses kerja jurnalis dan pekerja media TV dilakukan dalam beberapa tahap yakni: pra-produksi, peliputan, produksi dan pasca-produksi serta *news presenting*.



PRA-PRODUKSI



Kegiatan dimana para jurnalis melakukan persiapan dan perencanaan terkait peliputan. Pra-produksi bisa dilakukan dalam rapat redaksi maupun dalam rapat tim kecil yang akan melakukan peliputan.

Adapun kegiatan dalam rapat redaksi melibatkan hampir semua tim dan proses produksi media televisi. Adapun persiapan teknis meliputi persiapan peralatan liputan serta alat perlindungan diri.



PELIPUTAN



Kegiatan jurnalis televisi di lapangan mulai dari pengambilan gambar, wawancara narasumber, pencarian hingga pengolahan data menjadi karya jurnalistik televisi. Dalam proses ini tim yang terlibat meliputi reporter, kameraman dan tim pendukung lainnya.

PRODUKSI & PASCA PRODUKSI



Kegiatan pengolahan hasil liputan mulai dari proses penyuntingan naskah, pengeditan visual hingga proses distribusi. Dalam tahapan ini melibatkan penanggung jawab, produser, *video editor* serta presenter.

NEWS PRESENTING



Kegiatan menyiarkan hasil karya jurnalistik di dalam studio media televisi. Dalam tahapan ini melibatkan penanggung jawab redaksi, produser, presenter hingga tim di studio.

ASPEK K3 JURNALIS DAN PEKERJA MEDIA TV

Penting bagi semua pihak di tempat kerja untuk memahami peran dan tanggung jawab mereka. Manajemen perusahaan harus memastikan bahwa kebijakan K3 selalu diperbarui dan disosialisasikan untuk dipahami semua pekerja.

Kebijakan K3 perlu dinilai, dipantau dan ditingkatkan terus-menerus. Upaya di bidang K3 yang perlu dilakukan meliputi: manajemen risiko, komunikasi yang efektif dan pembagian tanggung jawab yang

jelas adalah kunci penerapan manajemen K3 yang tangguh. Penanganan K3 juga melibatkan kerjasama dengan pihak berwenang, tenaga ahli seperti dokter K3, dan mitra lainnya. Pengelolaan K3 perlu memperhitungkan keadaan normal dan keadaan luar biasa yang dapat diantisipasi.

Hal pertama yang harus dilakukan dalam upaya K3 adalah identifikasi potensi risiko. Identifikasi ini dilakukan oleh pihak-pihak yang mengetahui proses kerja dan pihak yang mengetahui aspek K3. Hasil dari identifikasi potensi risiko ini akan menjadi dasar upaya K3 selanjutnya yang dilakukan.



Dalam hal perjalanan untuk peliputan diperlukan, setiap kasus harus dipertimbangkan untuk memastikan bahwa langkah-langkah yang tepat diambil untuk mengatur sarana perjalanan dan akomodasi yang sesuai.

POTENSI RISIKO K3 JURNALIS & PEKERJA MEDIA TV

Risiko adalah akibat yang tidak diinginkan selama menjalankan pekerjaan, baik berupa kerugian fisik, mental, dan sosial. Bagi jurnalis setiap tahapan mulai dari perencanaan, peliputan hingga penayangan suatu berita berpotensi menimbulkan risiko. Risiko tersebut timbul oleh adanya pajanan (*expose*) potensi bahaya yang terpapar pada pekerja saat melakukan pekerjaannya.

Secara teknis, risiko dihitung dengan memadankan pajanan potensi bahaya dengan derajat kemungkinan pekerja terpapar bahaya tersebut. Sehingga sangat penting untuk melakukan identifikasi potensi bahaya dan menilai kemungkinan paparan faktor risiko tersebut. Kegiatan ini dikenal sebagai penilaian risiko di bidang K3.

Secara umum, potensi bahaya dapat dikenali melihat dari proses kerja atau jenis pekerjaannya. Potensi bahaya K3 bisa dikategorikan sebagai berikut:

Potensi Bahaya Keselamatan Kerja

- Kondisi tidak aman (*unsafe condition*)
- Perilaku tidak aman (*unsafe acts/behavior*)

Potensi Bahaya Kesehatan Kerja

- Fisika
- Kimia
- Biologi
- Ergonomi
- Psikososial



Identifikasi Potensi Bahaya Berdasarkan Tahapan di Media TV

1. PRA-PRODUKSI

Potensi Bahaya Keselamatan Kerja

- Kondisi tidak aman (*unsafe condition*), seperti: Instalasi listrik tidak aman.
- Perilaku tidak aman (*unsafe acts/behavior*), seperti: bekerja tidak sesuai standar operasional prosedur (SOP).

Potensi Bahaya Kesehatan Kerja

- Fisika, seperti: suhu ruangan terlalu dingin.
- Kimia, seperti: cemaran udara dalam ruangan (asap rokok).

- Biologi, seperti: adanya jamur atau bakteri di dalam ruangan perkantoran/redaksi.
- Ergonomi, seperti: posisi kerja kantor, angkat angkut saat menyiapkan perangkat liputan.
- Psikososial, seperti: beban kerja kualitatif, komunikasi verbal yang tidak sesuai.

2. PELIPUTAN/NEWS GATHERING

Proses ini meliputi sejumlah hal seperti, pengambilan visual, wawancara baik *doorstop* maupun *one on one*, dan pencarian serta pengolahan data. Adapun potensi bahaya yang dihadapi:

Potensi Bahaya Keselamatan Kerja

- Kondisi tidak aman (*unsafe condition*), seperti: liputan di tempat bencana, demo, tawuran, berdesak-desakan sehingga rentan terpukul/terbentur.
- Perilaku tidak aman (*unsafe acts/behavior*), seperti: tidak menggunakan alat pelindung diri (APD) sesuai yang direkomendasikan, bekerja tidak sesuai standar operasional prosedur (SOP), potensi adanya kekerasan fisik dan penculikan.

Potensi Bahaya Kesehatan Kerja

- Fisika, seperti: pajanan sinar *ultraviolet* (UV), kebisingan, tekanan panas.
- Kimia, seperti: debu jalan, gas air mata, asap rokok di dalam mobil liputan.
- Biologi, seperti: investasi hewan endemis daerah liputan (malaria, demam berdarah, filaria, COVID-19, dll).
- Ergonomi, seperti: posisi berdiri lama, dan angkat angkut.
- Psikososial, seperti: tuntutan kerja yang tidak pasti, beban kerja kualitatif, komunikasi verbal yang tidak sesuai.

3. PRODUKSI DAN PASCA-PRODUKSI

Kegiatan ini meliputi proses penyuntingan naskah berita hingga penyuntingan audio visual. Adapun potensi bahaya K3 yang dialami:

Potensi Bahaya Keselamatan Kerja

- Kondisi tidak aman (*unsafe condition*), seperti: Instalasi listrik tidak aman, potensi kejatuhan benda.
- Perilaku tidak aman (*unsafe acts/behavior*), seperti: bekerja tidak sesuai standar operasional prosedur (SOP).

Potensi Bahaya Kesehatan Kerja

- Fisika, seperti: suhu ruangan terlalu dingin, kebisingan (*headphone*).
- Kimia, seperti: cemaran udara dalam ruangan (asap rokok).
- Biologi, seperti: adanya jamur atau bakteri di dalam ruangan perkantoran/redaksi.
- Ergonomi, seperti: posisi kerja kantor.
- Psikososial, seperti: beban kerja kuantitatif dan kualitatif, komunikasi verbal yang tidak sesuai, serta pekerjaan monoton.

4. NEWS PRESENTING

Kegiatan ini meliputi proses persiapan teknis hingga siaran di dalam studio televisi. Tim yang terlibat mulai dari penanggung jawab redaksi, produser, presenter hingga tim studio. Adapun potensi bahaya yang dihadapi:

Potensi Bahaya Keselamatan Kerja

- Kondisi tidak aman (*unsafe condition*), seperti: Instalasi listrik tidak aman, potensi kejatuhan benda, terjebak di dalam studio.
- Perilaku tidak aman (*unsafe acts/behavior*), seperti:

bekerja tidak sesuai standar operasional prosedur (SOP).

Potensi Bahaya Kesehatan Kerja

- Fisika, seperti: suhu ruangan terlalu dingin, kebisingan audio di dalam studio.
- Kimia, seperti: cemaran udara dalam ruangan (asap rokok).
- Biologi, seperti: adanya jamur atau bakteri di dalam studio.
- Ergonomi, seperti: posisi kerja kantor.
- Psikososial, seperti: beban kerja kuantitatif dan kualitatif, komunikasi verbal yang tidak sesuai, pekerjaan monoton.

UPAYA MITIGASI PENGENDALIAN POTENSI BAHAYA K3

Langkah selanjutnya setelah dilakukan penilaian risiko potensi bahaya K3 adalah melakukan mitigasi pengendalian potensi bahaya K3. Upaya mitigasi pengendalian potensi bahaya K3 dilakukan dengan mengikuti hirarki pengendalian potensi bahaya K3 yaitu eliminasi, substitusi, kontrol teknis, kontrol administrasi dan penggunaan Alat Pelindung Diri (APD).

Upaya eliminasi diartikan sebagai upaya menghilangkan potensi bahaya K3. Upaya ini dilakukan dengan menghilangkan/mengubah/merevisi tugas pekerjaan (*job task*) sehingga bahaya potensial tidak ditemukan lagi, atau terdapat upaya menghilangkan bahaya potensial tersebut secara fisik. Upaya substitusi diartikan sebagai upaya untuk mengganti alat/bahan kerja yang mengandung potensi bahaya dengan alat/bahan yang tidak mengandung potensi bahaya. Hal ini biasanya diaplikasikan untuk penggunaan bahan-bahan kimia di tempat kerja.

Upaya kontrol teknis dilakukan dengan memberikan *barrier* atau batasan antara pekerja dengan potensi bahaya di tempat kerjanya, seperti pemasangan insulator untuk menangkal bising dan panas dan pemasangan pembatas fisik agar orang tidak mudah jatuh. Upaya kontrol administrasi adalah pembuatan aturan atau regulasi yang mengatur proses kerja atau perilaku pekerja sehingga paparan terhadap potensi bahaya berkurang atau tidak ada sama sekali, seperti mengatur waktu kerja pekerja di area terpajan potensi bahaya.

Upaya penggunaan APD adalah langkah terakhir untuk mengurangi pajanan atau dampak pajanan dengan mengenakan alat pelindung diri, di antaranya penggunaan *ear plug* untuk pekerja terpajan bising atau penggunaan baju seragam tahan api untuk pekerja di daerah kerja rentan terbakar. Penggunaan APD menjadi hirarki yang paling akhir direkomendasikan mengingat efektifitas pengendaliannya yang paling rendah dikarenakan terkait dengan perilaku pekerja. Namun pada kenyataannya tidak semua hirarki pengendalian dapat diterapkan secara ideal di tempat kerja, biasanya upaya eliminasi dan substitusi sulit untuk diterapkan di tempat kerja.

Upaya mitigasi yang dapat diterapkan pada jurnalis dan pekerja media TV diantaranya:

1. PRA-PRODUKSI

Potensi Bahaya Keselamatan Kerja

- Kontrol teknis: memasang insulator/*cover* pengaman pada kabel listrik yang tereskspos.
- Kontrol administrasi: Hanya menggunakan kabel dan instalasi listrik yang memenuhi standar SNI, pemasangan listrik dilakukan oleh tenaga

ahli bersertifikasi, terdapat kebijakan terkait perawatan dan inspeksi instalasi listrik, sosialisasi cara kerja aman dan sesuai standar operasional prosedur (SOP) kepada pekerja secara berkala.

Potensi Bahaya Kesehatan Kerja

- Kontrol teknis: pemasangan sensor suhu dan kelembapan di ruangan kerja.
- Kontrol administrasi: membuat larangan merokok dalam ruangan, melakukan pemeriksaan kualitas udara dalam ruangan, bakteri dan jamur dan membuat alokasi jumlah orang maksimal dalam setiap ruangan, membuat penilaian posisi kerja/ergonomi dan psikososial serta membuat kebijakan sesuai dengan hasil rekomendasi penilaian, membuat kebijakan pemeriksaan *medical check up* (MCU) pekerja sesuai rekomendasi.

2. PELIPUTAN/NEWS GATHERING

Potensi Bahaya Keselamatan Kerja

- Kontrol teknis: memasang barikade pada area wawancara agar terhindar dari terbentur atau tertabrak.
- Kontrol administrasi: sosialisasi cara kerja aman dan

sesuai standar operasional prosedur (SOP) kepada pekerja secara berkala, pelatihan terkait ancaman kekerasan fisik dan penculikan pada pekerja.

Potensi Bahaya Kesehatan Kerja

- Kontrol teknis penggunaan baju lengan panjang.
- Kontrol administrasi: membuat SOP untuk liputan pada daerah konflik, demo, bencana atau endemi, membuat penilaian posisi kerja/ergonomi dan psikososial serta membuat kebijakan sesuai dengan hasil rekomendasi penilaian, membuat kebijakan pemeriksaan *medical check up* (MCU) pekerja sesuai rekomendasi, membuat kebijakan pelayanan *counselling* bagi jurnalis televisi terutama usai bertugas di wilayah konflik.
- Membuat larangan merokok di dalam mobil liputan.



- Penggunaan APD: penggunaan APD terkait gas air mata, debu jalan & *UV protector*.

3. PRODUKSI DAN PASCA-PRODUKSI

Potensi Bahaya Keselamatan Kerja

- Kontrol teknis: memasang insulator/cover pengaman pada kabel listrik yang tereskspos.
- Kontrol administrasi: hanya menggunakan kabel dan instalasi listrik yang memenuhi Standar Nasional Indonesia (SNI), pemasangan listrik dilakukan oleh tenaga ahli bersertifikasi, terdapat kebijakan terkait perawatan dan inspeksi instalasi listrik, sosialisasi cara kerja aman dan sesuai SOP kepada pekerja secara berkala.

Potensi Bahaya Kesehatan Kerja

- Kontrol teknis: pemasangan sensor suhu dan kelembapan di ruangan kerja.
- Kontrol administrasi: membuat larangan merokok dalam ruangan, membuat aturan *mini break* untuk pekerja yang menggunakan *headphone*, melakukan pemeriksaan kualitas udara dalam ruangan, bakteri dan jamur dan membuat alokasi jumlah orang maksimal dalam setiap ruangan, membuat

penilaian posisi kerja/ergonomi dan psikososial serta membuat kebijakan sesuai dengan hasil rekomendasi penilaian, membuat kebijakan pemeriksaan *medical check up* (MCU) pekerja sesuai rekomendasi.

4. NEWS PRESENTING

Potensi Bahaya Keselamatan Kerja

- Kontrol teknis: memasang insulator/cover pengaman pada kabel listrik yang tereskspos.
- Kontrol administrasi: hanya menggunakan kabel dan instalasi listrik yang memenuhi standar SNI, pemasangan listrik dilakukan oleh tenaga ahli bersertifikasi, terdapat kebijakan terkait perawatan dan inspeksi instalasi listrik, sosialisasi cara kerja aman dan sesuai SOP kepada pekerja secara berkala.

Potensi Bahaya Kesehatan Kerja

- Kontrol teknis: pemasangan sensor suhu dan kelembapan di dalam studio, mengatur volume audio saat siaran.
- Kontrol administrasi: membuat larangan merokok dalam studio, membuat aturan *mini break* untuk pekerja yang menggunakan *headphone*, melakukan pemeriksaan kualitas udara dalam ruangan,

bakteri dan jamur dan membuat alokasi jumlah orang maksimal dalam setiap ruangan, membuat penilaian posisi kerja/ergonomi dan psikososial serta membuat kebijakan sesuai dengan hasil rekomendasi penilaian, membuat kebijakan pemeriksaan *medical check up* (MCU) pekerja sesuai rekomendasi.

PENILAIAN RISIKO K3

Penilaian risiko di lingkungan kerja jurnalis adalah proses yang digunakan untuk menentukan tingkat risiko cedera atau penyakit yang terkait dengan setiap bahaya yang teridentifikasi, untuk tujuan pengendalian.

Di lingkungan kerja jurnalis risiko bisa terjadi mulai dari pra produksi, peliputan, produksi dan pasca-produksi hingga proses penayangan. Pra-produksi adalah persiapan atau rencana yang dibuat oleh para jurnalis yang akan ditugaskan dalam membuat suatu liputan. Pra-produksi umumnya disiapkan atau dilakukan di dalam ruang redaksi yang melibatkan beberapa pihak mulai penanggung jawab hingga tim liputan. Peliputan adalah proses kerja yang dilakukan jurnalis televisi di lapangan untuk menghasilkan karya-karya jurnalistik. Hasil peliputan kemudian

diolah melalui proses produksi dan pasca-produksi menjadi karya berita yang siap ditayangkan. Penayangan hasil karya jurnalistik televisi dilakukan di dalam studio yang melibatkan banyak pihak, mulai dari awak redaksi hingga tim studio.

Penilaian risiko mencakup semua aspek sehingga risiko yang kemungkinan timbul akibat proses kerja jurnalistik baik di dalam ruangan maupun di lapangan bisa dicegah sesuai standar K3. Selain itu, penilaian risiko harus dilakukan secara regular sesuai standar K3 untuk tetap memonitor potensi bahaya yang ada sehingga dapat disesuaikan dengan langkah mitigasi yang diambil.

Dalam menentukan tingkat risiko di lingkungan kerja jurnalis, perhatian khusus harus diberikan pada faktor seperti jenis kelamin, usia, masalah kesehatan, ruang kerja redaksi, isu, dan lokasi liputan. Prioritas untuk pengendalian meningkat seiring dengan meningkatnya tingkat risiko yang dinilai. Proses penilaian risiko harus memperhitungkan kemungkinan dan tingkat keparahan cedera atau penyakit dari bahaya yang teridentifikasi. Ada banyak

metode dan teknik yang dapat diterapkan untuk tujuan penilaian risiko. Melakukan penilaian risiko di lingkungan kerja jurnalis melibatkan lima langkah:

- a) Identifikasi bahaya baik fisik, mental, dan sosial;
- b) Identifikasi siapa yang mungkin dirugikan dan bagaimana caranya;
- c) Evaluasi risiko dan cara mengendalikannya;
- d) Mencatat hasil penilaian dan menetapkan prioritas perbaikan; dan
- e) Meninjau dan memperbarui penilaian jika diperlukan.

Beberapa metode dan teknik untuk melakukan penilaian risiko menggunakan sistem numerik untuk menentukan prioritas tindakan. Untuk setiap bahaya diidentifikasi, nilai numerik diberikan untuk kemungkinan bahaya yang menyebabkan bahaya serta tingkat konsekuensi keparahan. Hal ini dapat dihitung dalam skala tinggi ke rendah, sebagai berikut:

Frekuensi

- (5) Sangat sering.
- (4) Sering.
- (3) Sedang.
- (2) Jarang.
- (1) Sangat jarang.



Tingkat keparahan konsekuensi

- 1) Tidak signifikan: tidak ada cedera atau sakit.
- 2) Kecil: dampak jangka pendek.
- 3) Sedang: cedera semi permanen atau sakit.
- 4) Mayor: cedera yang melumpuhkan atau kesehatan yang buruk.
- 5) Katastropik: berpotensi fatal.

Tingkat risiko dapat direpresentasikan dengan cara sebagai berikut:

Risiko = Frekuensi x Tingkat Keparahannya Konsekuensi

Contoh Matriks Risiko

	Tingkat Keparahannya Konsekuensi				
Frekuensi	1	2	3	4	5
5	5	10	15	20	25
4	4	8	12	16	20
3	3	6	9	12	15
2	2	4	6	8	10
1	1	2	3	4	5

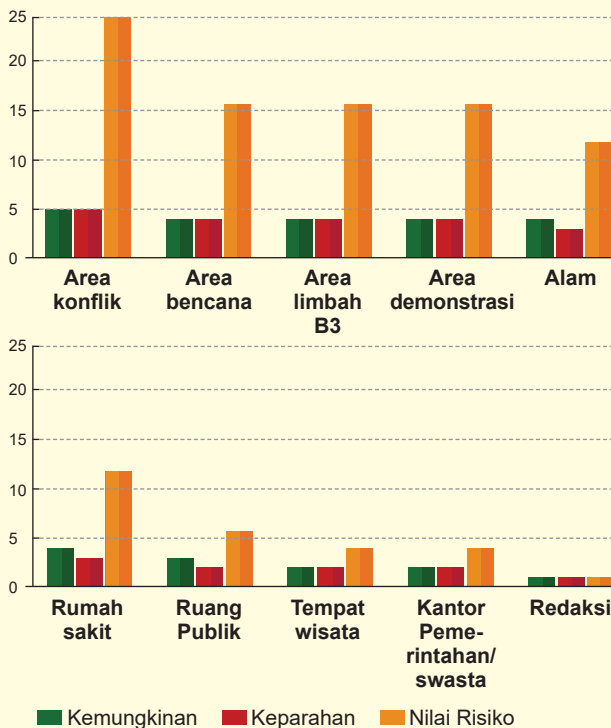
Legenda: 15 – 25 risiko tinggi; 5-14 risiko sedang; 1-4 risiko rendah

Nilai risiko dapat digunakan untuk mengelola tindakan dan rencana yang diperlukan untuk mengurangi risiko, seperti:

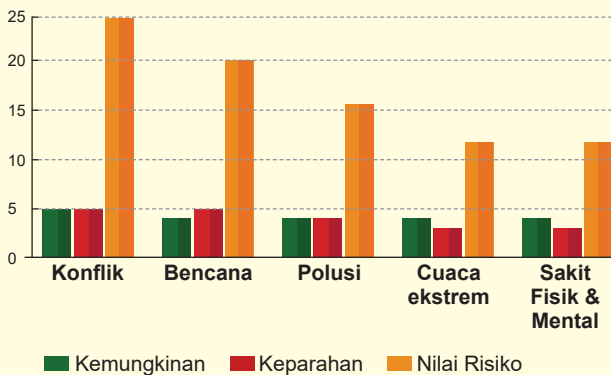
- Standar operasional prosedur (SOP) keselamatan dan kesehatan di lingkungan kerja jurnalis.
- Alat pelindung diri, disesuaikan dengan lingkungan dan penugasan kerja-jkerja jurnalistik.
- Jaminan kesehatan jurnalis.
- Pelatihan yang diperlukan terkait manajemen risiko di lingkungan kerja jurnalistik.
- Tanggung jawab dan pemahaman jurnalis dalam melakukan tugas-tugas yang dianggap berisiko.
- Perizinan yang dibutuhkan dalam pelaksanaan kerja jurnalistik.
- Prosedur darurat saat jurnalis menghadapi situasi bahaya, baik di ruang redaksi atau tempat liputan.



PENGUKURAN RISIKO BERDASARKAN LOKASI KERJA/PELIPUTAN



PENGUKURAN RISIKO BERDASARKAN KONDISI KERJA



PRAKTIK BAIK PENGENDALIAN POTENSI BAHAYA K3 JURNALIS DAN PEKERJA MEDIA TV

Pada sistem manajemen K3 langkah selanjutnya setelah melakukan identifikasi potensi bahaya adalah penilaian risiko K3. Penilaian risiko K3 ini umumnya menggunakan matriks perhitungan baik secara kualitatif maupun semi kuantitatif. Langkah perhitungan ini telah dijabarkan pada penjelasan di atas.

Pada kondisi yang lebih sederhana, jika penerapan sistem manajemen K3 belum perlu/wajib diimplementasikan, hasil dari identifikasi potensi bahaya K3 dapat dituangkan dalam beberapa rekomendasi terkait dengan program K3 maupun praktik baik dalam pengendalian potensi bahaya K3 tersebut. Hal ini dilakukan dengan asumsi bahwa pekerja di industri tersebut sepenuhnya berpotensi terpajan dengan potensi bahaya K3 yang diidentifikasi. Secara sistematis hal ini telah disampaikan dalam upaya mitigasi pengendalian potensi bahaya K3 pada bab di atas.

Sesuai hasil identifikasi potensi bahaya K3 dan upaya mitigasi potensi bahaya K3 pada jurnalis TV & pekerja media TV dapat direkomendasikan beberapa praktik baik pengendalian potensi bahaya K3 di antaranya:

Pekerjaan di Dalam Ruangan (tahapan pra-produksi, produksi, pasca-produksi, dan news presenting):

Aspek Keselamatan Kerja

- Bagi Pemberi Kerja
 - » Memastikan instalasi listrik yang digunakan aman.
 - » Memastikan tidak ada barang yang berpotensi memberikan bahaya kejatuhan pada pekerja.
 - » Menyediakan alat pemadam api ringan (APAR) di ruangan kerja.
 - » Memasang rambu keselamatan kerja.
 - » Membuat SOP kerja yang jelas dan memperhatikan aspek K3.
- Bagi Pekerja
 - » Mengikuti SOP perusahaan.
 - » Melakukan pengecekan instalasi listrik terutama penggunaan titik cabang listrik.
 - » Melakukan pengecekan terhadap potensi kejatuhan benda.

Aspek Kesehatan Kerja

- Bagi Pemberi Kerja
 - » Melakukan pemeriksaan kualitas udara lingkungan kerja secara berkala dan memastikan hasilnya dalam kondisi baik.
 - » Melakukan asesmen alat kerja kantor seperti meja kerja dan kursi kerja untuk penilaian kelayakan secara ergonomi.
 - » Melakukan asesmen terkait aspek psikologi kerja atau bahaya potensial psikososial di tempat kerja dan membuat intervensi yang relevan.
 - » Melakukan *medical check up* (MCU) tahunan dengan fokus pemeriksaan pada:
 - Gangguan alergi pada kulit akibat pajanan suhu dingin dan debu ruangan.
 - Gangguan otot tulang rangka.
 - Gejala stres.
 - » Membuat SOP kerja yang jelas dan memperhatikan aspek K3.
- Bagi Pekerja
 - » Mengikuti SOP perusahaan.
 - » Melakukan *minibreak* saat bekerja menggunakan komputer.

- » Mengikuti program psikologi kerja dari perusahaan (bila ada).
- » Mengikuti program MCU tahunan.

Pekerjaan di Luar Ruangan:

Aspek Keselamatan Kerja

- Bagi Pemberi Kerja
 - » Menyediakan alat barikade (*guard*) untuk membatasi area wawancara atau laporan langsung agar tidak terjadi tabrakan atau penyusupan massa.
 - » Membuat *safety briefing/induction* yang disisipkan pada kegiatan rapat pra-produksi untuk melakukan pemeriksaan alat bantu kerja yang digunakan dan memastikan pekerja paham atas aspek K3 dari pekerjaan liputannya.
 - » Menyediakan APD berupa helm dan rompi dengan pemendar cahaya untuk kegiatan liputan di daerah bencana maupun kerumunan massa.
 - » Mendaftarkan pekerja pada asuransi profesi dan asuransi lain yang relevan dengan risiko kerja sebagai pekerja media TV.
 - » Membuat SOP kerja yang jelas dan memperhatikan aspek K3.

- Bagi Pekerja
 - » Mengikuti SOP perusahaan.
 - » Melakukan pengecekan terkait aspek keselamatan di lokasi liputan sebelum memulai kegiatan.

Aspek Kesehatan Kerja

- Bagi Pemberi Kerja
 - » Menyediakan air minum yang memadai untuk pekerja.
 - » Menyediakan APD berupa respirator untuk kegiatan liputan kerumunan massa atau demo.
 - » Menyediakan dan memfasilitasi penerapan protokol kesehatan bagi liputan di daerah *endemi* penyakit.
 - » Melakukan asesmen terkait aspek psikologi kerja atau bahaya potensial psikososial di tempat kerja dan membuat intervensi yang relevan.
 - » Melakukan pemeriksaan *medical check up* (MCU) tahunan dengan fokus pemeriksaan pada:
 - Pemeriksaan lensa mata terkait potensi adanya katarak prekoks.
 - Pemeriksaan fungsi penglihatan mencakup ketajaman penglihatan dan lapang pandang.

- Gangguan otot tulang rangka terutama pada area kaki.
- Pemeriksaan fungsi ginjal untuk identifikasi dampak dehidrasi kronik.
- Gejala stres.
- » Membuat SOP kerja yang jelas dan memperhatikan aspek K3
- Bagi Pekerja
 - » Mengikuti SOP perusahaan.
 - » Minum dengan cukup dan melihat warna urin sebagai indikator kecukupan air minum.
 - » Menggunakan baju lengan Panjang atau menggunakan proteksi sinar UV dengan minimal *sun protection factor* (SPF) 30.
 - » Mengikuti program psikologi kerja dari perusahaan (bila ada).
 - » Mengikuti program MCU tahunan.

INKLUSI SOSIAL DAN PENCEGAHAN KEKERASAN BERBASIS GENDER

Inklusi sosial

Keanekaragaman berkaitan dengan usia, jenis kelamin, kecacatan, keadaan kesehatan, asal etnis,

kebangsaan, bahasa, agama, kepercayaan, dan orientasi seksual. Atribut ini merupakan dasar tindakan diskriminatif yang ditentukan oleh hukum, dan setiap orang tidak boleh ditempatkan pada posisi yang tidak setara berdasarkan atribut ini. Di lingkungan kerja, keragaman juga mencakup dimensi seperti perbedaan antara karyawan dalam hal pendidikan, pengalaman, keterampilan, kebiasaan kerja, kepribadian dan nilai-nilai mereka. Penting bagi manajemen menyusun dan mendiskusikan aturan dan kebijakan bersama untuk membantu menciptakan iklim positif di tempat kerja.

Kekerasan berbasis gender

Kekerasan berbasis gender serta perlakuan yang tidak pantas tidak boleh diterima di tempat kerja dalam keadaan apapun.

Tindakan pencegahan meliputi pernyataan yang jelas dibuat oleh manajemen bahwa pelecehan seksual dan kekerasan berbasis gender tidak dapat diterima di tempat kerja atau kebijakan tanpa toleransi. Diskusi bersama antara manajemen dan pekerja perlu dilakukan untuk membangun kebijakan yang sesuai dan relevan

untuk menentukan perilaku yang dapat diterima dan tidak dapat diterima, dan menguraikan prosedur secara sistematis dan efektif. Penting bagi pihak manajemen untuk melatih manajer lini untuk mengenali, mengatasi dan mengakhiri tindakan tersebut.

Tahapan untuk membangun tempat kerja inklusif bagi pekerja media TV berkebutuhan khusus dan pencegahan kekerasan berbasis gender meliputi:

- 1) Kebijakan K3 meliputi informasi terkait masalah pelecehan dan kekerasan berbasis gender.
- 2) Memastikan proses pembuatan kebijakan turut menghadirkan partisipasi perempuan atau adanya keseimbangan gender.
- 3) Kebijakan K3 disosialisasikan kepada seluruh pihak secara regular.
- 4) Menyediakan fasilitas dan sumber daya memadai sehingga kebijakan K3 dapat diimplementasikan dengan baik.
- 5) Menyediakan ruang konsultasi bagi pekerja.
- 6) Tersedianya akses bagi pekerja dengan kebutuhan khusus. Alat kerja yang disesuaikan.
- 7) Tersedianya obat-obatan sebagai pertolongan pertama termasuk oksigen.

8) Memiliki daftar pekerja yang memiliki penyakit tertentu, dan selalu diperbarui dan diulas.

Terkait dengan ini, perusahaan harus memahami hukum nasional maupun standar hukum internasional yang melindungi pekerja dari kekerasan berbasis gender, antara lain:

- 1) Undang-undang No. 80 Tahun 1957 tentang Pengesahan Konvensi ILO No. 100 tahun 1951 tentang Pengupahan yang Setara bagi Pekerja Laki-laki dan Perempuan untuk Pekerjaan yang Sama Nilainya.
- 2) Undang-undang No. 7 tahun 1984 tentang Pengesahan Konvensi Penghapusan Segala Bentuk Diskriminasi terhadap Perempuan (CEDAW), pasal 11 ayat (1) menghapus diskriminasi terhadap perempuan di lapangan pekerjaan guna menjamin hak-hak yang sama atas dasar persamaan antara laki-laki dan perempuan (upah, tunjangan, K3, dsb.)
- 3) Undang-undang No. 21 Tahun 1999 tentang Pengesahan Konvensi ILO No. 111 Mengenai Diskriminasi Dalam Hal Pekerjaan dan Jabatan, menyebut istilah “pekerjaan” dan “jabatan” dalam konvensi ini meliputi juga kesempatan mengikuti pelatihan keterampilan, memperoleh pekerjaan dan jabatan tertentu, dan syarat-syarat serta kondisi kerja yang sama untuk buruh perempuan dan laki-laki.
- 4) Undang-undang No. 13 tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan, pada pasal 5 dan 6 yang menyebut kesempatan yang sama tanpa diskriminasi untuk memperoleh pekerjaan dan perlakuan yang sama.
- 5) Undang-undang No. 23 tahun 2004 tentang Penghapusan Kekerasan dalam Rumah Tangga pada pasal 15 menegaskan kewajiban mencegah, memberi perlindungan dan pertolongan kepada korban KDRT menjadi kewajiban

setiap orang termasuk perusahaan.

- 6) Peraturan Menteri Tenaga Kerja No. 5 tahun 2018 tentang Keselamatan dan Kesehatan Kerja Lingkungan Kerja (disahkan tanggal 27 April 2018) yang memasukan faktor kesehatan psikologis dan mental pekerja sebagai bagian K3.
- 7) Konvensi ILO No. 156 tahun 1981 tentang Pekerja dengan Tanggung Jawab Keluarga mengatur pekerja dengan tanggung jawab keluarga memiliki hak untuk memilih pekerjaan, jaminan sosial, fasilitas pendukung kerja seperti tempat penitipan anak, tambahan keterampilan, cuti karena tanggung jawab tersebut, dan larangan pemutusan hubungan kerja karena cuti tersebut. Konvensi ini belum diratifikasi oleh Pemerintah Indonesia, serta
- 8) Konvensi ILO No. 190 tahun 2019 tentang Penghapusan Kekerasan dan Pelecehan di Dunia Kerja yang memuat norma dan standar dunia kerja yang bebas dari kekerasan dan pelecehan khususnya kekerasan dan pelecehan berbasis gender. Konvensi ini dilengkapi dengan Rekomendasi 206 yang memuat tentang prinsip, cakupan dan langkah pencegahan dan penanganan kekerasan dan pelecehan di dunia kerja. Konvensi ILO 190 juga belum diratifikasi oleh Pemerintah Indonesia.



Pencegahan Kecelakaan, Praktik Pelaporan dan Investigasi



Tempat kerja juga perlu memiliki kebijakan sistematis untuk melaporkan setiap kecelakaan dan insiden berbahaya. Kebijakan tersebut harus mendorong pelaporan tanpa menimbulkan rasa takut disalahkan atau dihukum.

LEMBAGA KONSULTASI BIPARTIT UNTUK K3 TINGKAT PERUSAHAAN

Lembaga konsultasi bipartit K3 tingkat perusahaan merupakan forum komunikasi dan konsultasi mengenai hal-hal yang berkaitan dengan isu K3 di satu perusahaan yang anggotanya terdiri dari perwakilan pengusaha dan pekerja.

Lembaga konsultasi bipartit K3 perlu dibentuk di perusahaan media untuk menjadi media kerjasama antarpengusahadanpekerjadalammengembangkan dan meningkatkan kualitas penerapan K3 secara lebih efektif dan efisien. Lembaga ini dapat dibentuk di setiap cabang perusahaan.

Lembaga ini bertugas memonitor pelaksanaan serta memberi masukan kepada perusahaan terkait program K3 perusahaan. Monitoring dan pemberian masukan ini bertujuan untuk mendorong keberlanjutan usaha atau bisnis sekaligus memberi perlindungan bagi pekerja.

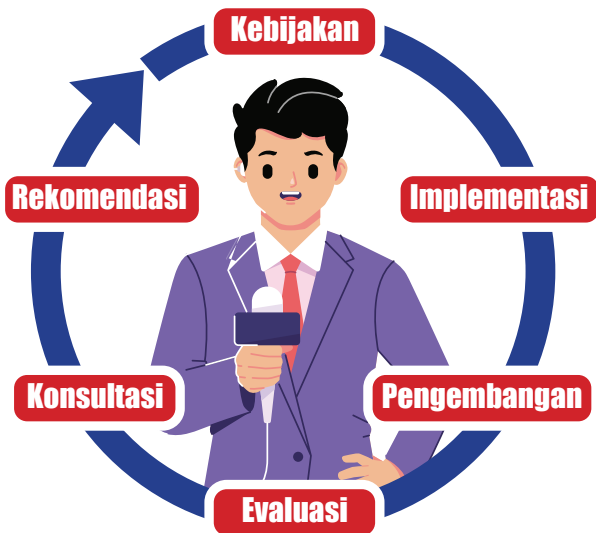
Pada kondisi dimana perusahaan ingin membuat lembaga bipartit K3, perusahaan perlu merujuk pada

model yang dianjurkan. Fungsi dan tugas Lembaga ini dapat juga dibentuk berdasarkan hasil negosiasi antara pengusaha dan pekerja. Secara umum, fungsi dan tugas lembaga ini dapat dijabarkan sebagai berikut:

- 1) Lembaga meninjau kebijakan K3 dan efektivitas tindakan K3.
- 2) Lembaga bertanggung jawab untuk mengembangkan pedoman K3.
- 3) Lembaga memberi nasihat tentang pelatihan K3 untuk staf dan penilaian berkala dan manajemen risiko K3.
- 4) Lembaga memfasilitasi konsultasi dan kerjasama antara manajemen dan jurnalis tentang masalah K3.
- 5) Lembaga menyampaikan rekomendasi kepada pemilik atau pimpinan tertinggi di tempat kerja tentang masalah K3.



DIAGRAM



ELEMEN KUNCI PENERAPAN K3 BAGI PEKERJA MEDIA TV

- Pembentukan lembaga konsultasi K3 bipartit tingkat perusahaan.
- Pembuatan kebijakan K3 tingkat perusahaan.
- Pelatihan keselamatan dan kesehatan kerja bagi pekerja media TV.
- Penyediaan fasilitas-fasilitas pendukung keselamatan dan kesehatan kerja.
- Upaya-upaya lain untuk mewujudkan keselamatan dan kesehatan kerja bagi jurnalis televisi, seperti sosialisasi, pelatihan dan edukasi pentingnya penerapan K3 di lingkungan jurnalis TV dengan melibatkan organisasi profesi jurnalis konstituen Dewan Pers.

PENUTUP

Panduan K3 bagi perusahaan media dan jurnalis ini diharapkan mampu mendorong terbentuknya kultur kerja positif, sehat, aman, dan nyaman di redaksi sehingga dapat meningkatkan produktifitas dan kualitas kerja jurnalis.

LAMPIRAN

Lampiran 1: Daftar Checklist Persiapan K3 pada Pekerja Media TV & Jurnalis TV untuk Kegiatan di Dalam Ruangan (pra, produksi, pasca-produksi dan *presenting*)

- Pastikan tidak ada instalasi listrik yang terkelupas/terbuka.
- Pastikan tidak ada sambungan steker listrik melebihi kapasitas.
- Pastikan tidak ada kabel listrik/kabel lainnya yang melayang di atas lantai sehingga rentan tersandung.
- Pastikan tersedia alat pemadam api ringan (APAR) di ruangan dengan masa kalibrasi dan inspeksi yang sesuai.
- Pastikan tidak ada benda-benda di atas ruangan kerja/studio yang berpotensi menjatuhkan pekerja.
- Pastikan suhu udara nyaman untuk bekerja (24-26 derajat celsius).
- Pastikan tersedia meja kerja yang memadai untuk bekerja. menggunakan komputer dan perangkat media lain.
- Pastikan tersedia kursi kerja yang nyaman, berfungsi baik, dan dapat diatur ketinggian,

derajat sandaran, serta memiliki sandaran yang menopang punggung belakang.

- Pastikan melakukan *mini break* apabila bekerja menggunakan komputer selama 4 jam berturut turut dengan menggunakan aturan 20-20-20, setiap 20 menit biasakan untuk melihat objek jauh (20 feet atau sekitar 6 meter) selama sekitar 20 detik.

Lampiran 2: Daftar Checklist Persiapan K3 pada Pekerja Media TV & Jurnalis TV untuk Kegiatan di Luar Ruangan (peliputan/*news gathering*): liputan daerah bencana

- Pastikan kondisi tubuh fit, tidak sedang demam, maupun memiliki keluhan tubuh yang berat lainnya.
- Pastikan petugas memiliki hasil MCU yang valid dan dinyatakan sehat.
- Pastikan telah mengikuti *safety induction* pada kegiatan rapat pra-produksi.
- Pastikan membawa APD berupa helm, rompi/ vest dengan pemendar cahaya, dan sepatu tertutup, APD hanya digunakan bila diperlukan
- Membawa air minum yang memadai.

- Menggunakan lengan Panjang atau telah menggunakan proteksi sinar UV dengan *sun protection factor* (SPF) minimal 30.

Lampiran 3: Daftar Checklist Persiapan K3 pada Pekerja Media TV & Jurnalis TV untuk Kegiatan di Luar Ruangan (*news gathering*): liputan kerumunan massa/demo

- Pastikan kondisi tubuh fit, tidak sedang demam, maupun memiliki keluhan tubuh yang berat lainnya.
- Pastikan petugas memiliki hasil MCU yang valid dan dinyatakan sehat.
- Pastikan telah mengikuti *safety induction* pada kegiatan rapat pra-produksi.
- Pastikan membawa alat barikade (*guard*) untuk membatasi area wawancara atau laporan langsung.
- Pastikan membawa APD berupa helm dan rompi dengan pemendar cahaya, dan sepatu tertutup, APD hanya digunakan bila diperlukan.
- Pastikan membawa respirator/masker yang sesuai untuk gas air mata
- Membawa air minum yang memadai.

- Menggunakan lengan panjang atau telah menggunakan proteksi sinar UV dengan *sun protection factor* SPF minimal 30.

Lampiran 4: Daftar Checklist Persiapan K3 pada Pekerja Media TV & Jurnalis TV untuk Kegiatan di Luar Ruangan (*news gathering*): liputan daerah endemi penyakit

- Pastikan kondisi tubuh fit, tidak sedang demam, maupun memiliki keluhan tubuh yang berat lainnya.
- Pastikan petugas memiliki hasil MCU yang valid dan dinyatakan sehat.
- Pastikan telah mengikuti *safety induction* pada kegiatan rapat pra-produksi.
- Pastikan telah memenuhi syarat protokol kesehatan pada daerah endemis termasuk persyaratan vaksinasi.
- Pastikan membawa respirator/masker yang sesuai untuk daerah endemi.
- Membawa air minum yang memadai.
- Menggunakan lengan panjang atau telah menggunakan proteksi sinar UV dengan SPF minimal 30 bila banyak kegiatan luar ruangan.

REFERENSI

- Badan Pusat Statistik. (Februari 2022). *Ekonomi Indonesia Triwulan IV 2021 Tumbuh 5,02 Persen*. Diambil dari:
<https://www.bps.go.id/pressrelease/2022/02/07/1911/ekonomi-indonesia-triwulan-iv-2021-tumbuh-5-02-persen--y-on-y-.html#:~:text=Abstraksi,juta%20atau%20US%244.349%2C5>
- ILO. (n.d.) *Business, Occupational Safety and Health*. Diambil dari:
https://www.ilo.org/empent/areas/business-helpdesk/WCMS_DOC_ENT_HLP_OSH_EN/lang-en/index.htm
- Alli, B. O. (2008). *Fundamental principles of occupational health and safety*. Diambil dari:
https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/@dgreports/@dcomm/@publ/documents/publication/wcms_093550.pdf
- ILO. (2018). *Improving the Safety and Health of Young Workers*. [online] Diambil dari:
https://www.ilo.org/wcmsp5/groups/public/---ed_protect/---protrav/---safework/documents/publication/wcms_625223.pdf

