



**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN
(STIKES) SERULINGMAS CILACAP**

**BUKU
KESELAMATAN
DAN KESEHATAN
KERJA (K3)
MAHASISWA** ::::

TA 2024/2025

Jl. Raya Maos No. 505 Kab. Cilacap -Jawa Tengah 53272

VISI
STIKES SERULINGMAS CILACAP

Visi STIKES Serulingmas Cilacap adalah Menjadi institusi Pendidikan Tinggi Kesehatan Unggul dan Profesional yang Berdaya Saing Global Tahun 2044.

MISI
STIKES SERULINGMAS CILACAP

1. Menyelenggarakan kegiatan penelitian, pengabdian kepada masyarakat yang unggul dan profesional.
2. Menyelenggarakan tata kelola akademik yang baik, transparan, akuntabel, kredibel, bertanggung jawab dan adil
3. Melakukan penjaminan mutu unggul dan profesional untuk menjamin mutu pendidikan, penelitian dan pengabdian kepada masyarakat.
4. Mengembangkan teknologi informasi yang unggul dan profesional untuk menjamin pelayanan pendidikan
5. Mengembangkan jejaring kerjasama dan kemitraan dalam rangka pengembangan institusi

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya, sehingga Buku Pedoman Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) Mahasiswa STIKES Serulingmas Cilacap ini dapat disusun dengan baik. Buku panduan ini disusun sebagai bentuk komitmen STIKES Serulingmas Cilacap dalam mewujudkan lingkungan pendidikan yang aman, sehat, dan produktif, serta sebagai implementasi dari berbagai peraturan perundangan yang mengatur tentang keselamatan dan kesehatan kerja di lingkungan satuan pendidikan.

Mahasiswa merupakan bagian integral dari sivitas akademika yang terlibat aktif dalam kegiatan akademik dan nonakademik, baik di kampus, laboratorium, lahan praktik klinik, maupun di masyarakat. Oleh karena itu, diperlukan pemahaman dan penerapan prinsip-prinsip K3 untuk mencegah terjadinya kecelakaan, penyakit akibat kerja, maupun gangguan kesehatan mental selama menjalankan aktivitas belajar.

Melalui panduan ini diharapkan seluruh sivitas akademika STIKES Serulingmas Cilacap dapat menumbuhkan budaya disiplin, peduli, dan tanggung jawab terhadap keselamatan diri dan orang lain, sehingga tercipta lingkungan belajar yang kondusif, aman, serta berorientasi pada mutu dan keselamatan.

Ucapan terima kasih kami sampaikan kepada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penyusunan buku panduan ini. Semoga buku ini dapat menjadi pedoman yang bermanfaat dalam mendukung pelaksanaan kegiatan akademik di STIKES Serulingmas Cilacap.

Cilacap, September 2024
STIKES Serulingmas Cilacap

Penyusun

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT KEPUTUSAN	Error! Bookmark not defined.
VISI DAN MISI STIKES SERULINGMAS	iii
KATA PENGANTAR.....	iiiv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	vii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Tujuan	1
BAB II DASAR HUKUM DAN SUMBER ACUAN	3
BAB III KEBIJAKAN UMUM.....	4
A. Prinsip Pelaksanaan Kesehatan dan Keselamatan (K3) Mahasiswa	4
B. Komitmen dan Tanggung Jawab.....	4
C. Ruang Lingkup.....	5
BAB IV KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	
MAHASISWA DI LINGKUNGAN KAMPUS DAN RUANG BELAJAR	
SECARA UMUM	6
A. Peraturan Umum	6
B. Pemanfaatan Ruang Belajar atau Kelas	6
C. Protokol Keselamatan di Ruang Belajar	8
BAB V KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	
MAHASISWA DI LABORATORIUM.....	9
A. Mekanisme Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3)	
Mahasiswa secara Umum (Berlaku untuk Semua Praktik)	9
B. Mekanisme Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3)	
Mahasiswa Farmasi.....	9
C. Mekanisme Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3)	
Mahasiswa Keperawatan dan Kebidanan.....	10
BAB VI BAB V KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3)	
MAHASISWA DI PRAKTIK LAHAN ATAU PROFESI.....	13
A. Tujuan	13
B. Ruang Lingkup.....	14
C. Identifikasi Risiko di Lahan Praktik	14
D. Tahapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja Mahasiswa (K3)	
di Lahan Praktik	15
E. Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) Mahasiswa secara Psikologis	
di Lahan Praktik	16
F. Beban Kerja Mahasiswa di Lahan Praktik	17

BAB VII KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3) MAHASISWA DI TEMPAT KOS ATAU KONTRAKAN	19
A. Tujuan.....	19
B. Prinsip Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) di Tempat Kos/ Kontrakan	19
C. Standar Keselamatan dan Kesehatan (K3) Mahasiswa di Tempat Kos/Kontrakan	20
D. Tahapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja Mahasiswa (K3) di Tempat Kos atau Kontrakan.....	21
E. Pencegahan Pergaulan Tidak Sehat di Tempat Kos/Kontrakan.....	21
 BAB VIII PROSEDUR TANGGAP DARURAT DAN PENANGANAN INSIDEN	23
A. Tujuan.....	23
B. Ruang Lingkup.....	23
C. Jenis Keadaan Darurat atau Insiden	23
D. Prinsip Umum Tanggap Darurat dan Penanganan Insiden	24
E. Prosedur Penanganan Umum Insiden atau Tanggap Darurat.....	24
F. Prosedur Spesifik.....	24
 BAB IX MONITORING DAN EVALUASI (MONEV) KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3) MAHASISWA.....	26
A. Tujuan.....	26
B. Ruang Lingkup.....	26
C. Prinsip Monitoring dan Evaluasi.....	26
D. Pelaksana Monitoring dan Evaluasi	27
E. Komponen yang dimonitor dan dievaluasi.....	27
F. Prosedur Monitoring dan Evaluasi	28
G. Indikator Keberhasilan Monitoring dan Evaluasi	28
BAB X PENUTUP.....	29
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Tahapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja Mahasiswa di Ruang Belajar atau Kelas	7
Tabel 2. Tahapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja Mahasiswa di Ruang Laboratorium.....	12
Tabel 3. Identifikasi Risiko Kerja Mahasiswa di Lahan Praktik.....	14
Tabel 4. Tahapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja Mahasiswa di Lahan Praktik.....	15
Tabel 5. Potensi Gangguan Psikologis Mahasiswa di Lahan Praktik	16
Tabel 6. Upaya Pencegahan dan Penanganan Gangguan Psikologis Mahasiswa di Lahan Praktik.....	16
Tabel 7. Standar Keselamatan dan Kesehatan (K3) Mahasiswa di Tempat Kos/Kontrakan.....	20
Tabel 8. Tahapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja Mahasiswa (K3) di Tempat Kos atau Kontrakan	21
Tabel 9. Prosedur Penanganan Umum Insiden atau Tanggap Darurat.....	24
Tabel 10. Pelaksana Monitoring dan Evaluasi	27
Tabel 11. Komponen yang dimonitor dan dievaluasi pada Keselamatan dan Kesehatan Kerja Mahasiswa	27
Tabel 12. Indikator Keberhasilan Monitoring dan Evaluasi	28

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) merupakan aspek penting dalam penyelenggaraan kegiatan pendidikan tinggi. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKES) Serulingmas Cilacap menerapkan K3 tidak hanya untuk melindungi dosen dan karyawan, tetapi juga mahasiswa sebagai bagian integral dari sivitas akademika yang aktif dalam berbagai kegiatan akademik dan non-akademik.

Mahasiswa STIKES Serulingmas Cilacap terlibat langsung dalam kegiatan yang memiliki potensi risiko terhadap keselamatan dan kesehatan, seperti praktik laboratorium, praktik klinik di rumah sakit, praktik komunitas di masyarakat, serta kegiatan kemahasiswaan di luar kampus. Potensi bahaya seperti paparan bahan kimia, infeksi, alat tajam, cedera fisik, maupun kelelahan mental dapat menimbulkan gangguan kesehatan atau kecelakaan kerja apabila tidak dikelola dengan baik.

Buku pedoman ini diharapkan dapat memberikan pemahaman yang komprehensif tentang prinsip-prinsip Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3), mendorong budaya sadar keselamatan di lingkungan kampus, serta menjadi panduan dalam upaya pencegahan dan penanganan risiko yang mungkin timbul selama proses pendidikan berlangsung. Dengan demikian, penerapan K3 bukan hanya sebagai kewajiban administratif, tetapi juga menjadi bagian dari pembentukan karakter profesional mahasiswa keperawatan yang disiplin, peduli, dan bertanggung jawab terhadap keselamatan diri, rekan sejawat, serta lingkungan kerja.

B. Tujuan

1. Menjamin keselamatan dan kesehatan mahasiswa selama melaksanakan kegiatan akademik dan non-akademik.
2. Mencegah terjadinya kecelakaan, cedera, penyakit akibat kerja, maupun gangguan kesehatan mental.

3. Menumbuhkan budaya sadar keselamatan dan tanggung jawab terhadap lingkungan belajar yang aman.
4. Menyediakan sistem manajemen K3 yang terencana, terkoordinasi, dan berkesinambungan di lingkungan kampus.
5. Melindungi nama baik institusi melalui penerapan prinsip keselamatan dan profesionalisme di setiap kegiatan mahasiswa.

BAB II

DASAR HUKUM DAN SUMBER ACUAN

Penerapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) menjadi wujud tanggung jawab institusi dalam menciptakan lingkungan belajar yang aman, sehat, dan nyaman, serta mendukung tercapainya mutu pendidikan yang optimal. Kewajiban penerapan K3 di satuan pendidikan juga didasarkan pada berbagai ketentuan peraturan perundangan, antara lain:

1. Undang-Undang Nomor 1 Tahun 1970 tentang Keselamatan Kerja
2. Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2009 tentang Kesehatan
3. Undang-Undang Nomor 12 Tahun 2012 tentang Pendidikan Tinggi.
4. Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan
5. Peraturan Pemerintah (PP) Nomor 50 Tahun 2012 tentang Penerapan Sistem Manajemen K3 (SMK3)
6. Permenkes Nomor 53 Tahun 2015 tentang Penyelenggaraan Pendidikan Tinggi Kesehatan
7. Permenkes Nomor 27 Tahun 2017 tentang Pedoman Pencegahan dan Pengendalian Infeksi di Fasilitas Pelayanan Kesehatan.

BAB III

KEBIJAKAN UMUM

A. Prinsip Pelaksanaan Kesehatan dan Keselamatan (K3) Mahasiswa

STIKES Serulingmas Cilacap berpegang teguh pada prinsip bahwa lingkungan pendidikan harus menjadi ruang yang aman, dengan prinsip pelaksanaan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) Mahasiswa berikut:

1. Pencegahan lebih baik daripada penanganan.
2. Tanggung jawab bersama antara institusi, dosen pembimbing, tenaga kependidikan, dan mahasiswa.
3. Kepatuhan terhadap standar dan prosedur keselamatan kerja.
4. Kesiapsiagaan terhadap keadaan darurat, termasuk bencana, kecelakaan, atau paparan infeksi.
5. Perlindungan menyeluruh, baik fisik, mental, maupun sosial.

B. Komitmen dan Tanggung Jawab

1. Pimpinan STIKES Serulingmas Cilacap berkomitmen untuk menyediakan sarana dan prasarana yang memenuhi standar Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3).
2. Dosen dan pembimbing praktik bertanggung jawab dalam memastikan mahasiswa memahami dan mematuhi prosedur Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) selama kegiatan berlangsung.
3. Unit Penjaminan Mutu melaksanakan pemantauan, evaluasi, serta tindak lanjut terhadap penerapan K3.
4. Mahasiswa wajib:
 - a. Mengikuti pelatihan atau orientasi Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) yang diselenggarakan kampus.
 - b. Menggunakan alat pelindung diri (APD) sesuai standar kegiatan.
 - c. Melaporkan segera setiap kecelakaan, insiden, atau kondisi tidak aman kepada pihak berwenang.

- d. Menjaga kesehatan fisik dan mental selama menjalankan kegiatan akademik maupun non-akademik.

C. Ruang Lingkup

Kebijakan ini berlaku bagi seluruh mahasiswa STIKES Serulingmas Cilacap dan mencakup seluruh kegiatan:

1. Kegiatan akademik di lingkungan kampus, seperti kuliah, praktikum, dan penelitian di laboratorium.
2. Kegiatan praktik klinik di rumah sakit dan fasilitas pelayanan kesehatan lainnya. Kegiatan praktik komunitas dan lapangan di masyarakat atau instansi terkait.
3. Kegiatan kemahasiswaan non-akademik, seperti organisasi, olahraga, KKN, lomba, bakti sosial, dan kegiatan lapangan lainnya.
4. Kegiatan penelitian dan pengabdian masyarakat yang dilakukan secara individu atau kelompok.

BAB IV

KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3) MAHASISWA DI LINGKUNGAN KAMPUS DAN RUANG BELAJAR SECARA UMUM

A. Peraturan Umum

Berikut adalah peraturan umum Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) Mahasiswa di lingkungan kampus dan kelas:

1. Setiap mahasiswa wajib menjaga kebersihan, ketertiban, dan keamanan ruang kelas.
2. Dilarang membawa bahan atau barang berbahaya atau mudah terbakar tanpa izin dari dosen pengampu.
3. Gunakan posisi duduk yang ergonomis dan hindari aktivitas yang dapat menyebabkan cedera otot.
4. Peralatan listrik (LCD, komputer, AC) harus dimatikan setelah kegiatan selesai.
5. Setiap dosen pengampu wajib mengingatkan mahasiswa tentang prosedur evakuasi darurat.
6. Jika terjadi kondisi darurat (kebakaran, gempa, atau listrik padam), seluruh mahasiswa wajib mengikuti jalur evakuasi yang telah ditetapkan.

B. Pemanfaatan Ruang Belajar atau Kelas

Pemanfaatan ruang belajar atau kelas adalah kegiatan penggunaan sarana dan prasarana ruang perkuliahan secara efektif, efisien, aman, dan nyaman oleh mahasiswa dan dosen dalam mendukung proses belajar mengajar baik di kelas maupun laboratorium. Kegiatan ini mencakup persiapan sebelum belajar, penggunaan selama kegiatan, serta perawatan dan pengamanan setelah kegiatan.

Tujuannya yaitu untuk menjamin keselamatan dan kenyamanan selama kegiatan belajar mengajar, mengoptimalkan fungsi ruang dan peralatan pembelajaran, mencegah kecelakaan kerja ringan di ruang belajar (misalnya

tersandung kabel, jatuh kursi, korsleting listrik, dll), dan menjaga kebersihan, ketertiban, dan keamanan ruang kelas.

Tabel 1. Tahapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja Mahasiswa di Ruang Belajar atau Kelas

No	Tahap	Langkah Kegiatan	Penanggung Jawab	Keterangan/ Tujuan
1.	Persiapan Sebelum Masuk Ruang belajar	1. Hadir tepat waktu. 2. Pastikan ruang dalam kondisi aman (tidak licin, kursi/meja tertata rapi). 3. Hidupkan lampu dan sirkulasi udara (AC). 4. Periksa ketersediaan alat bantu belajar (LCD, laptop, kabel).	Dosen dan Mahasiswa	Menjamin kesiapan lingkungan belajar yang aman dan nyaman.
2.	Saat Kegiatan Belajar Mengajar	1. Gunakan peralatan sesuai fungsinya. 2. Hindari penggunaan listrik berlebihan (misalnya banyak charger sekaligus). 3. Jaga ketertiban dan kebersihan selama kegiatan. 4. Laporkan segera jika ada peralatan rusak.	Dosen dan Mahasiswa	Menjaga keamanan dan efisiensi selama kegiatan.
3.	Setelah Kegiatan Selesai	1. Matikan listrik, LCD, dan AC. 2. Rapihan meja dan kursi sesuai posisi semula. 3. Kumpulkan sampah pada tempatnya. 4. Tutup pintu dan jendela dengan benar. 5. Laporkan jika ditemukan kerusakan fasilitas.	Mahasiswa, Petugas Kebersihan, dan Satpam	Menjamin ruang siap digunakan untuk kelas berikutnya.
4.	Evaluasi dan Pengawasan	1. Dilakukan oleh Unit Penjaminan Mutu dan Tim K3 2. Penilaian meliputi kebersihan, kenyamanan, dan kelayakan sarana prasarana ruang belajar.	UPM dan Unit K3	Sebagai dasar perbaikan fasilitas ruang belajar.

C. Protokol Keselamatan di Ruang Belajar

1. Dilarang menumpuk kabel atau stop kontak ganda.
2. Dilarang makan dan minum di dalam kelas yang menggunakan peralatan elektronik.
3. Setiap ruang belajar atau kelas harus memiliki jalur evakuasi dan dekat alat pemadam api ringan (APAR).
4. Jika terjadi keadaan darurat (misalnya gempa, kebakaran, atau korsleting listrik), segera:
 - a. Hentikan aktivitas belajar.
 - b. Evakuasi keluar kelas melalui jalur aman.
 - c. Laporkan ke petugas keamanan atau tim K3 kampus.

BAB V

KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3) MAHASISWA DI LABORATORIUM

Laboratorium merupakan area dengan tingkat risiko tinggi, sehingga setiap kegiatan harus mengikuti pedoman keselamatan berikut:

A. Mekanisme Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) Mahasiswa secara Umum (Berlaku untuk Semua Praktik):

1. Mahasiswa wajib mengikuti *briefing* keselamatan sebelum praktikum dimulai.
2. Setiap mahasiswa wajib menggunakan Alat Pelindung Diri (APD) sesuai jenis laboratorium (jas lab, sarung tangan, masker, pelindung mata, dll).
3. Tidak diperkenankan makan, minum, atau menggunakan ponsel selama kegiatan praktikum.
4. Semua bahan kimia/bahan praktik harus diberi label dan disimpan di tempat yang sesuai.
5. Limbah laboratorium dikumpulkan dan dibuang sesuai SOP pengelolaan limbah Bahan Berbahaya dan Beracun (B3).
6. Jika terjadi tumpahan bahan kimia, limbah medis, atau cedera, segera laporkan kepada dosen atau laboran.
7. Jalur evakuasi, Alat Pemadam Api Ringan (APAR), dan kotak P3K harus mudah diakses dan diketahui seluruh pengguna laboratorium.
8. Pengawasan dilakukan oleh dosen atau laboran yang kompeten selama kegiatan berlangsung.

B. Mekanisme Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) Mahasiswa Farmasi

1. Setiap mahasiswa wajib menjaga kebersihan, ketertiban, dan keamanan ruang laboratorium.
2. Dilarang membawa bahan berbahaya atau mudah terbakar tanpa izin dari dosen pengampu.

3. Gunakan posisi duduk yang ergonomis dan hindari aktivitas yang dapat menyebabkan cedera otot.
4. Peralatan listrik (LCD, komputer, AC) harus dimatikan setelah kegiatan selesai.
5. Setiap dosen pengampu wajib mengingatkan mahasiswa tentang prosedur evakuasi darurat.
6. Jika terjadi kondisi darurat (kebakaran, gempa, atau listrik padam), seluruh mahasiswa wajib mengikuti jalur evakuasi yang telah ditetapkan.
7. Penimbangan dan Pengukuran, lakukan penimbangan dan pengukuran bahan baku di area yang ditunjuk (*fume hood* atau lemari asam) jika bahan bersifat volatil, berdebu, atau berbahaya.
8. Identifikasi Bahan Kimia, mahasiswa wajib membaca label bahan kimia dengan teliti dan mengetahui *Material Safety Data Sheet* (MSDS) bahan yang digunakan, terutama yang bersifat korosif, eksplosif, atau beracun.
9. Penggunaan *Fume Hood*, lemari asam (*fume hood*) harus selalu digunakan saat bekerja dengan bahan yang menghasilkan uap berbahaya atau gas beracun. Posisi kepala tidak boleh masuk ke dalam lemari asam saat reaksi sedang berlangsung.
10. Pembuangan Limbah Khusus, limbah sisa pelarut organik, bahan sitotoksik, atau obat-obatan harus dipisahkan dari limbah umum dan dibuang sesuai prosedur penanganan limbah B3 Farmasi yang ketat.

C. Mekanisme Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) Mahasiswa Keperawatan dan Kebidanan

1. Pencegahan Infeksi (*Universal Precaution*), mahasiswa praktik wajib melakukan kebersihan tangan (mencuci tangan/ hand sanitizer) dengan cuci tangan enam langkah sebelum dan sesudah kontak dengan manekin, alat, atau bahan praktik. Alat Pelindung Diri (APD) harus disesuaikan dengan risiko paparan cairan tubuh.
2. Aspek Aseptik dan Sterilitas, semua alat yang digunakan untuk tindakan invasif atau yang kontak dengan daerah genital/luka harus dipastikan

dalam kondisi steril atau menggunakan Disinfeksi Tingkat Tinggi (DTT) yang benar dan belum kedaluwarsa.

3. Penanganan Manekin atau Pasien Simulasi, tindakan keperawatan pada manekin harus dilakukan dengan hati-hati dan menghormati privasi seolah-olah berhadapan dengan pasien sungguhan.
4. Kewaspadaan Standar, mahasiswa wajib menggunakan APD yang sesuai (sarung tangan panjang, apron, pelindung mata) saat menghadapi situasi yang berpotensi tinggi terhadap percikan darah atau cairan tubuh.
5. Simulasi dan Kedaruratan, mahasiswa harus memahami lokasi dan cara penggunaan perangkat darurat dalam praktik kebidanan (misalnya, Oksigen, perlengkapan resusitasi) dan mensimulasikannya dengan bertanggung jawab.
6. Penggunaan Alat Tajam, semua benda tajam (jarum suntik, lancet) wajib dibuang langsung ke wadah tahan tusukan (*safety box*) tanpa dilakukan penutupan jarum (*recapping*) secara manual.
7. Ergonomi dan Mekanika Tubuh, mahasiswa wajib menerapkan prinsip ergonomi dan mekanika tubuh yang benar saat memindahkan, memposisikan, atau melakukan tindakan yang melibatkan tenaga fisik, untuk mencegah cedera pada diri sendiri dan manekin/pasien simulasi.
8. Penanganan Alat dan Instrumen, setelah praktik, instrumen yang digunakan harus segera dibersihkan, didekontaminasi, dan diproses sesuai prosedur DTT/sterilisasi untuk menghindari risiko infeksi silang.

**Tabel 2. Tahapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja Mahasiswa (K3)
di Laboratorium**

No	Tahap	Langkah Kegiatan	Penanggung Jawab
1.	Persiapan	1. Menyusun jadwal praktikum. 2. Melakukan <i>briefing</i> K3 kepada mahasiswa sebelum kegiatan. 3. Memastikan alat, bahan, dan APD tersedia dan berfungsi.	Dosen dan Laboran
2.	Pelaksanaan	1. Memantau pelaksanaan kegiatan belajar/praktikum di lapangan. 2. Mengingatkan mahasiswa terhadap prosedur K3. 3. Mencegah tindakan berisiko (salah penggunaan alat, bahan kimia, dll).	Dosen dan Laboran
3.	Penanganan Insiden / Pelanggaran	1. Jika terjadi kecelakaan, segera lakukan tindakan P3K atau evakuasi. 2. Catat kejadian dan laporkan ke Unit K3 / UPT Mutu. 3. Beri peringatan terhadap pelanggaran SOP.	Mahasiswa, Petugas Kebersihan, dan Satpam
4.	Evaluasi, Pengawasan, dan Pelaporan	1. Dilakukan oleh Unit Penjaminan Mutu dan Tim K3	UPM dan Unit K3

BAB VI

KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3) MAHASISWA DI PRAKTIK LAHAN ATAU PROFESI

Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) mahasiswa merupakan salah satu prioritas utama dalam pelaksanaan kegiatan praktik di lahan profesi. STIKES Serulingmas Cilacap menetapkan kebijakan dan mekanisme pelaksanaan K3 bagi mahasiswa yang melaksanakan kegiatan pembelajaran di lahan praktik Rumah Sakit, Puskesmas, Klinik, maupun Komunitas. Hal ini dilakukan untuk memberikan perlindungan terhadap risiko kecelakaan kerja, paparan penyakit, stres kerja, serta gangguan kesehatan fisik dan mental selama proses pendidikan profesi berlangsung.

STIKES Serulingmas Cilacap berkomitmen untuk memastikan bahwa seluruh mahasiswa terlindungi dari risiko kecelakaan kerja, paparan penyakit, maupun gangguan kesehatan fisik dan mental selama pelaksanaan kegiatan praktik profesi.

A. Tujuan

Pelaksanaan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) Mahasiswa di lahan praktik bertujuan untuk:

1. Menjamin keselamatan dan kesehatan mahasiswa selama menjalani kegiatan praktik profesi.
2. Mencegah terjadinya kecelakaan kerja, infeksi nosokomial, maupun paparan bahan berbahaya.
3. Menumbuhkan kesadaran dan tanggung jawab mahasiswa terhadap budaya sadar K3 dan profesional di lingkungan praktik.
4. Memberikan perlindungan hukum dan jaminan kesehatan bagi mahasiswa selama kegiatan praktik berlangsung.

B. Ruang Lingkup

Panduan ini berlaku bagi seluruh mahasiswa STIKES Serulingmas Cilacap yang melaksanakan kegiatan praktik di:

1. Rumah sakit, puskesmas, dan fasilitas pelayanan kesehatan.
2. Komunitas atau masyarakat (praktik komunitas dan keluarga).
3. Lokasi praktik profesi, penelitian, penyuluhan kesehatan masyarakat, atau kegiatan lapangan lainnya.

C. Identifikasi Risiko di Lahan Praktik

Berikut merupakan Tabel Identifikasi Risiko Kerja Mahasiswa STIKES Serulingmas Cilacap di Lahan Praktik

Tabel 3. Identifikasi Risiko Kerja Mahasiswa di Lahan Praktik

No	Jenis Risiko	Contoh	Upaya Pencegahan
1.	Fisik	Luka, jatuh, terpeleset	Gunakan sepatu tertutup atau sepatu praktik), perhatikan kebersihan lantai
2.	Biologis	Tertusuk jarum, terpapar darah	Gunakan sarung tangan, masker, hand hygiene
3.	Kimia	Terpapar desinfektan, bahan laboratorium	Gunakan sarung tangan & apron, ventilasi baik
4.	Psikologis	Stres akibat beban kerja	Lakukan coping positif, konsultasi dengan dosen pembimbing
5.	Ergonomis	Nyeri punggung akibat posisi kerja	Posisi kerja ergonomis, lakukan peregangan

D. Tahapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja Mahasiswa (K3) di Lahan Praktik

Tabel 4. Tahapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja Mahasiswa (K3) di Lahan Praktik

No	Tahap	Langkah Kegiatan	Penanggung Jawab
1.	Persiapan sebelum praktik	1. Mahasiswa mengikuti pembekalan K3 2. Pemeriksaan kesehatan mahasiswa. 3. Memastikan kelengkapan APD (masker, sarung tangan, sepatu tertutup, name tag).	Dosen Pembimbing
2.	Kegiatan di Lahan Praktik	1. Melakukan <i>hand hygiene</i> sebelum dan sesudah tindakan. 2. Menggunakan APD sesuai area kerja. 3. Tidak melakukan tindakan di luar kewenangan. 4. Pengawasan ketat oleh pembimbing lahan apabila mahasiswa berhadapan dengan pasien risiko tinggi penularan penyakit 5. Melapor jika menemukan bahaya.	Pembimbing lahan atau <i>Clinical Instruktur</i> (CI)
3.	Penanganan Insiden / Pelanggaran	1. Hentikan kegiatan segera. 2. Amankan diri dan pasien. 3. Laporkan kepada pembimbing lahan. 4. Lakukan pertolongan pertama. 5. Isi formulir laporan insiden.	Pembimbing lahan atau <i>Clinical Instruktur</i> (CI)
4.	Evaluasi dan Pelaporan	1. Dosen pembimbing melaporkan ke tim K3 STIKES Serulingmas 2. Tim K3 melakukan evaluasi penyebab dan tindak lanjut. 3. Data dimasukkan dalam rekap insiden kampus.	Dosen Pembimbing, Tim K3
5.	Tindak Lajut dan Perbaikan	1. Tim K3 memberikan umpan balik dan rekomendasi perbaikan prosedur. 2. Dilakukan sosialisasi ulang bila perlu.	Tim K3 dan Ka Prodi

E. Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) Mahasiswa secara Psikologis di Lahan Praktik

1. Pengertian

Keselamatan dan kesehatan kerja psikologis adalah upaya perlindungan terhadap kesejahteraan mental dan emosional mahasiswa agar dapat menjalani praktik dengan nyaman, tanpa tekanan berlebihan.

2. Potensi Gangguan Psikologis Mahasiswa di Lahan Praktik

Tabel 5. Potensi Gangguan Psikologis Mahasiswa di Lahan Praktik

No	Jenis Gangguan	Faktor Penyebab	Dampak	Contoh Kasus
1.	Stres	Beban kerja tinggi, jadwal padat	Kelelahan mental, mudah marah, sulit fokus	Mahasiswa cemas menghadapi pasien kritis
2.	Burnout	Kurang istirahat, tuntutan tinggi	Hilang motivasi, apatis	Mahasiswa enggan berangkat praktik
3.	Tekanan Sosial	Hubungan dengan pembimbing, teman, staf	Penurunan kepercayaan diri	Takut berinteraksi dengan perawat senior
4.	Konflik nilai	Perbedaan etika kerja di lapangan	Kegelisahan Moral	Ragu melakukan tindakan invasif/ sesuai dengan kompetensi mahasiswa

3. Upaya Pencegahan dan Penanganan Gangguan Psikologis Mahasiswa di Lahan Praktik

Tabel 6. Upaya Pencegahan dan Penanganan Gangguan Psikologis Mahasiswa di Lahan Praktik

No	Aspek	Strategi
1.	Diri Mahasiswa	Menjaga pola tidur dan makan, melakukan relaksasi, berbagi cerita dengan teman, menjaga spiritualitas.
2.	Pembimbing Akademik/Profesi/ Lahan	Memberikan supervisi yang mendukung, bukan menekan; mendeteksi dini tanda stres; menyediakan sesi refleksi.
3.	Tim Konseling dan K3 di STIKES Serulingmas	Menyediakan layanan konseling psikologis, ruang curhat, dan jalur pelaporan insiden psikologis.

F. Beban Kerja Mahasiswa di Lahan Praktik

1. Prinsip umum

- a. Beban praktik mahasiswa harus proporsional dan sesuai kemampuan akademik.
- b. Praktik tidak boleh melebihi batas waktu kerja manusiawi (maksimal 8 jam/hari).
- c. Mahasiswa berhak atas waktu istirahat yang cukup, akses makan, minum, dan ibadah.

2. Standar Beban Kerja Praktik

Beban dan jam belajar mahasiswa berdasarkan kurikulum yang dirancang sesuai dengan standar nasional pendidikan tinggi, Standar Kompetensi Perawat Indonesia (SKPI). Penetapan beban belajar mengacu pada ketentuan bahwa 1 SKS setara dengan 170 menit per minggu dalam satu semester (untuk teori), dan 1 SKS praktik setara dengan 170 menit aktivitas terstruktur + 340 menit aktivitas mandiri dan lapangan.

Cara perhitungan beban belajar praktik profesi mengacu menurut ketentuan Permendikbud No. 3 Tahun 2020 tentang Standar Nasional Pendidikan Tinggi (SN Dikti) dan tertuang dalam buku pedoman akademik sebagai berikut: 1 SKS praktik klinik = 170 menit per minggu. Dalam 1 SKS = 170 menit/minggu x 16 minggu = 2.720 menit = 45 jam. Satu hari praktik = 7 jam.

Jam kerja praktik mahasiswa maksimum harian tidak melebihi 8 jam untuk praktik siang, dan dalam kondisi tertentu (misalnya praktik jaga malam), penyesuaian dilakukan dengan rotasi yang adil dan tidak bersifat eksploitatif. Rata-rata jumlah jam kerja minimum mahasiswa di lahan praktik yaitu 6 jam pada shift siang, dan rata-rata jumlah jam kerja maksimum mahasiswa di lahan praktik yaitu 11 jam pada shift malam tergantung kebijakan RS, seperti adanya jam praktik pendek dan jam kerja praktik panjang.

Penjadwalan hari libur mengikuti kurikulum, kalender nasional dan peraturan dari lahan praktik (rumah sakit, puskesmas, komunitas). Di luar

itu, penyesuaian libur dapat diberikan atas dasar pertimbangan kondisi kesehatan, kebutuhan ibadah, atau keadaan darurat, dengan ijin dari Kepala Program Studi. Evaluasi terhadap pelaksanaan jam kerja dan pengaturan libur dilakukan secara berkala, dengan mempertimbangkan masukan dari mahasiswa, pembimbing lahan atau CI (*Clinical Instructor*), dan pembimbing lapangan.

3. Pemantauan Beban Kerja

- a. Pemantauan dilakukan setiap hari di lahan oleh pembimbing lahan.
- b. Evaluasi mingguan dilakukan oleh pembimbing akademik melalui laporan dan observasi.
- c. Semua hasil pemantauan dicatat dalam Logbook Mahasiswa dan Form Pemantauan K3
- d. Bila ditemukan mahasiswa yang mengalami tekanan berat, wajib dilakukan intervensi atau penanganan awal dan pelaporan ke Tim K3 serta Tim Konseling STIKES Serulingmas Cilacap.

BAB VII

KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3) MAHASISWA DI TEMPAT KOS ATAU KONTRAKAN

Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) merupakan bagian penting dalam kehidupan mahasiswa, tidak hanya di kampus atau lahan praktik, tetapi juga di tempat tinggal seperti kos atau kontrakan. Lingkungan tempat tinggal yang aman, bersih, dan sehat berpengaruh langsung terhadap kesiapan fisik, mental, serta moral mahasiswa dalam menjalankan kegiatan akademik dan praktik profesi. Penerapan prinsip K3 di tempat kos bertujuan untuk mencegah risiko kecelakaan, menjaga kesehatan, serta membangun perilaku hidup sehat dan beretika di lingkungan sosial.

A. Tujuan

Tujuan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) di tempat kos atau kontrakan yaitu:

1. Menjamin keselamatan mahasiswa selama tinggal di kos atau kontrakan.
2. Meningkatkan kesadaran mahasiswa terhadap pentingnya menjaga kesehatan, kebersihan, dan keamanan tempat tinggal.
3. Mencegah terjadinya risiko kecelakaan dan penyakit akibat lingkungan tidak sehat.
4. Menumbuhkan perilaku hidup bersih, tertib, dan bermoral.
5. Mencegah terjadinya pergaulan tidak sehat, kekerasan, maupun pelecehan seksual di lingkungan tempat tinggal mahasiswa.

B. Prinsip Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) di Tempat Kos/ Kontrakan

1. Keselamatan Fisik: Ruangan aman, ventilasi cukup, listrik aman.
2. Kesehatan Lingkungan: Air bersih, sanitasi baik, bebas asap rokok dan bahan kimia berbahaya.
3. Kesehatan Mental: Suasana kos nyaman, saling menghormati antar penghuni, dan menjaga keseimbangan waktu istirahat.

4. Keamanan Sosial: Menghindari konflik antar penghuni, menjaga privasi, serta memiliki kontak darurat (RT, pemilik kos, dosen Pembimbing Akademik).
5. Kesiapsiagaan Darurat: Mengetahui jalur evakuasi, titik kumpul aman, dan nomor penting (pemadam, ambulans, rumah sakit terdekat).
6. Etika dan Moralitas: Menjaga perilaku sopan, menghindari tindakan asusila, minuman keras, dan pergaulan bebas.

C. Standar Keselamatan dan Kesehatan (K3) Mahasiswa di Tempat Kos/Kontrakan

Tabel 7. Standar Keselamatan dan Kesehatan (K3) Mahasiswa di Tempat Kos/Kontrakan

No	Aspek	Standar K3	Upaya Pencegahan
1.	Ventilasi	Ventilasi cukup	Tidak menumpuk barang berat, periksa atap dan dinding
2.	Listrik dan peralatan elektronik	Instalasi aman, tidak overload	hindari penggunaan listrik berlebih, lepas kabel alat elektronik jika tidak digunakan
3.	Air dan Sanitasi	Air bersih dan saluran lancar	Bersihkan kamar mandi rutin, gunakan air layak konsumsi
4.	Kebersihan Lingkungan	Bebas sampah dan serangga	Bersihkan kamar harian, gunakan tempat sampah tertutup
5.	Kesehatan Mental	Lingkungan sosial positif	Berkomunikasi baik dengan teman sekamar, atur waktu istirahat
6.	Keamanan dan Etika Sosial	Menjaga norma dan moral	Hindari perilaku tidak sopan dan kegiatan malam berlebihan
7.	Pencegahan Pergaulan Tidak Sehat	Tidak ada minuman keras, narkoba, dan hubungan seks bebas	Ikuti kegiatan positif kampus, jalin hubungan sehat, dan lapor bila ada pelanggaran

D. Tahapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja Mahasiswa (K3) di Tempat Kos atau Kontrakan

Tabel 8. Tahapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja Mahasiswa (K3) di Tempat Kos atau Kontrakan

No	Kegiatan	Langkah-langkah	Penanggung Jawab
1.	Pemeriksaan kondisi kos	Periksa ventilasi, listrik, sanitasi, dan keamanan	Mahasiswa / Pemilik kos
2.	Kebersihan harian	Instalasi aman, tidak overload	Mahasiswa
3.	Manajemen listrik	Gunakan alat elektronik seperlunya, cabut kabel bila tidak digunakan	Mahasiswa
4.	Pencegahan Kebakaran	Hindari penggunaan kompor di kamar	Mahasiswa
5.	Kesehatan Mental	Jaga hubungan sosial positif, hindari stres dan isolasi sosial	Mahasiswa/ PA
6.	Pencegahan pergaulan tidak sehat	Hindari alkohol, narkoba, dan perilaku seks bebas	Mahasiswa/ Ketua kelas/ PA
7.	Keamanan lingkungan	Kunci pintu, lapor jika ada tamu mencurigakan	Mahasiswa
8.	Laporan kondisi darurat	Melapor ke pemilik kos, RT, dan kampus bila terjadi kejadian berbahaya	Mahasiswa / PA/ Ketua Program Studi

E. Pencegahan Pergaulan Tidak Sehat di Tempat Kos/Kontrakan

1. Minuman Keras dan Narkoba

- Jangan menyimpan, mengonsumsi, atau mengedarkan minuman keras/narkotika di area kos.
- Laporkan segera ke pemilik kos atau pihak berwenang bila ada penyalahgunaan.
- Ikuti kegiatan positif seperti organisasi kampus, olahraga, atau kegiatan rohani.

2. Seks Bebas dan Pelecehan Seksual

- Batasi tamu lawan jenis di kamar kos.
- Hindari berduaan di ruang tertutup.
- Gunakan pakaian sopan dan jaga etika berinteraksi.
- Bila mengalami pelecehan, segera lapor ke Dosen PA/ Unit PPKS STIKES Serulingmas Cilacap, atau pihak keamanan.

7. Perilaku Sosial Negatif

- a. Hindari pesta malam, nongkrong berlebihan, atau perilaku yang dapat merusak citra mahasiswa.
- b. Pilih teman yang memiliki nilai moral dan tanggung jawab baik.
- c. Gunakan media sosial dengan bijak dan tidak menyebarkan konten negatif.

8. Pembinaan dan Pemantauan

- a. Dosen Pembimbing Akademik dan Ketua Program Studi dan atau Tim Satgas PPKS melakukan pemantauan kondisi mahasiswa secara berkala.
- b. Kampus bekerja sama dengan pemilik kos atau RT setempat untuk menegakkan tata tertib mahasiswa di lingkungan sekitar.

BAB VIII

PROSEDUR TANGGAP DARURAT DAN PENANGANAN INSIDEN

A. Tujuan

1. Memberikan pedoman bagi mahasiswa, dosen pembimbing, dan pihak terkait dalam menghadapi keadaan darurat dan insiden di lingkungan kampus, lahan praktik, maupun tempat tinggal (kos/kontrakan).
2. Menjamin keselamatan mahasiswa dan mencegah dampak lanjutan akibat insiden Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3).
3. Menetapkan langkah cepat, tepat, dan terkoordinasi dalam penanganan darurat atau insiden.

B. Ruang Lingkup

Prosedur ini berlaku untuk seluruh kegiatan mahasiswa STIKES Serulingmas Cilacap yang meliputi:

1. Kegiatan akademik di kelas dan laboratorium,
2. Praktik di rumah sakit, puskesmas, dan komunitas,
3. Kegiatan kemahasiswaan di dalam maupun luar kampus,
4. Tempat tinggal mahasiswa (kos/kontrakan).

C. Jenis Keadaan Darurat atau Insiden

1. Kecelakaan kerja (terjatuh, tertusuk jarum, luka, terbakar, terpeleset).
2. Kebakaran di ruang laboratorium, lahan praktik, atau tempat tinggal.
3. Paparan bahan kimia berbahaya.
4. Kegagalan alat atau listrik di laboratorium.
5. Kondisi medis gawat darurat (pingsan, sesak napas, kejang, perdarahan).
6. Bencana alam (gempa bumi, banjir, atau kebakaran besar).
7. Tindak kekerasan atau pelecehan seksual di lingkungan praktik atau tempat tinggal.

D. Prinsip Umum Tanggap Darurat dan Penanganan Insiden

1. Lindungi diri terlebih dahulu, kemudian bantu orang lain.
2. Laporkan segera kejadian kepada pembimbing atau pihak berwenang.
3. Gunakan peralatan darurat yang tersedia (APAR, kotak P3K, alarm).
4. Jangan bertindak di luar kewenangan atau kompetensi.
5. Pastikan seluruh tindakan tercatat dalam laporan insiden K3.

E. Prosedur Penanganan Umum Insiden atau Tanggap Darurat

Tabel 9. Prosedur Penanganan Umum Insiden atau Tanggap Darurat

No	Tahap	Langkah-langkah Tindakan	Penanggung Jawab
1.	Deteksi awal	a. Temukan dan identifikasi jenis insiden (kebakaran, kecelakaan, dsb). b. Aktifkan alarm bila ada.	Mahasiswa / Saksi
2.	Pertolongan pertama	a. Amankan diri dan korban. b. Lakukan tindakan P3K dasar. c. Hindari area berbahaya.	Mahasiswa, Dosen Pembimbing
3.	Pelaporan	a. Laporkan segera ke Pembimbing Lahan, Dosen, atau Unit K3. b. Jika darurat berat, hubungi layanan kontak darurat	Mahasiswa/ Pembimbing lahan
4.	Evakuasi	a. Arahkan seluruh orang menuju titik kumpul aman. b. Ikuti jalur evakuasi sesuai peta keselamatan.	Koordinator Praktik / Petugas K3
5.	Penanganan lanjutan	a. Korban dirujuk ke fasilitas kesehatan terdekat. b. UPT K3 melakukan investigasi penyebab.	Dosen Pembimbing / Tim K3
6.	Evaluasi dan Tindak Lanjut	a. Rapat evaluasi internal K3 kampus. b. Rekomendasi perbaikan prosedur keselamatan.	Ketua Prodi/ Tim K3

F. Prosedur Spesifik

1. Jika Terjadi Kebakaran:

- a. Segera matikan sumber listrik dan gas.
- b. Gunakan APAR jika api kecil dan aman.
- c. Jangan panik dan segera menuju titik kumpul.
- d. Hubungi pemadam kebakaran (113) dan pihak kampus.

2. Jika Mahasiswa Terluka / Kecelakaan:

- a. Lakukan pertolongan pertama (P3K).
- b. Hubungi petugas medis atau dosen pembimbing.
- c. Catat waktu dan lokasi kejadian, serta saksi.
- d. Laporkan ke UPT K3 kampus maksimal 1x24 jam.

3. Jika Terjadi Bencana Alam (Gempa / Banjir):

- a. Lindungi kepala, jauhi kaca dan benda berat.
- b. Ikuti jalur evakuasi ke area aman.
- c. Lapor ke dosen atau pihak kampus setelah aman.

4. Jika Terjadi Kekerasan atau Pelecehan Seksual:

- a. Segera jauhi pelaku dan cari tempat aman.
- b. Laporkan ke Dosen PA, Ketua Prodi, atau Tim PPKS (Pencegahan dan Penanganan Kekerasan Seksual).
- c. Korban mendapat pendampingan medis dan psikologis tanpa sanksi akademik.

BAB IX

MONITORING DAN EVALUASI (MONEV) KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3) MAHASISWA

A. Tujuan

1. Menilai sejauh mana pelaksanaan kegiatan K3 mahasiswa di kampus, laboratorium, lahan praktik, dan tempat tinggal berjalan sesuai standar.
2. Mengidentifikasi kelemahan, hambatan, serta potensi risiko dalam penerapan K3.
3. Memberikan dasar untuk perbaikan berkelanjutan dalam manajemen K3 mahasiswa.
4. Meningkatkan budaya keselamatan dan kesehatan kerja di lingkungan akademik dan profesi.

B. Ruang Lingkup

Monitoring dan evaluasi dilakukan pada semua kegiatan mahasiswa yang berpotensi risiko, meliputi:

1. Kegiatan akademik dan praktikum di laboratorium kampus.
2. Praktik klinik dan komunitas di rumah sakit, puskesmas, atau wilayah masyarakat.
3. Kegiatan organisasi dan kemahasiswaan di luar kampus.
4. Tempat tinggal mahasiswa (kos atau kontrakan).
5. Sistem pelaporan insiden, pelaksanaan SOP, dan efektivitas tindakan K3.

C. Prinsip Monitoring Evaluasi

1. Keterpaduan: Monev dilakukan secara terencana dan terintegrasi dengan sistem akademik dan mutu kampus.
2. Partisipatif: Melibatkan mahasiswa, dosen pembimbing, pembimbing lahan, dan Unit K3.
3. Transparansi: Hasil monev disampaikan secara terbuka kepada pihak terkait untuk tindak lanjut.

4. Berkelanjutan: Evaluasi dilakukan secara rutin dan hasilnya digunakan untuk perbaikan berkesinambungan.

D. Pelaksana Monitoring Evaluasi

Tabel. 10 Pelaksana Monitoring dan Evaluasi

No	Pelaksana/ Unit	Peran dan Tanggung Jawab
1.	Tim K3 dan Mutu	Koordinator utama pelaksanaan monitoring dan penyusunan laporan evaluasi keseluruhan
2.	Dosen Pembimbing Akademik / Klinik	Koordinator utama pelaksanaan monitoring dan penyusunan laporan evaluasi keseluruhan
3.	Pembimbing Lahan	Melaporkan kondisi keselamatan kerja di lokasi praktik dan memberikan umpan balik ke kampus
4.	Ketua Program Studi	Menindaklanjuti hasil monev dan melakukan pembinaan terhadap mahasiswa atau dosen pembimbing.
5.	Mahasiswa	Melaksanakan K3 sesuai panduan dan melaporkan setiap insiden atau potensi bahaya.

E. Komponen yang dimonitor dan dievaluasi

Tabel 11. Komponen yang dimonitor dan dievaluasi pada Keselamatan dan Kesehatan Kerja Mahasiswa

No	Komponen	Indikator Penilaian	Metode Pemantauan	Frekuensi
1.	Penerapan K3 di Laboratorium	Penggunaan APD, kebersihan ruang, perilaku aman	Observasi langsung, checklist K3	Setiap sesi praktikum
2.	K3 di Lahan Praktik Klinik/Komunitas	Kedisiplinan APD, kepatuhan SOP, jam kerja, kondisi fisik dan mental mahasiswa	Supervisi, laporan mingguan	Setiap minggu
3.	K3 di Tempat Tinggal (Kos/Kontrakan)	Kebersihan, keamanan listrik, sanitasi, pergaulan sehat	Self-assessment, kunjungan PA bila perlu	Per 6 bulan
4.	Kesehatan Mental dan Psikologis Mahasiswa	Tidak menunjukkan tanda stres, burnout, atau perundungan	Wawancara, angket kesejahteraan psikologis	Tiap semester
5.	Insiden dan Kecelakaan Kerja	Jumlah insiden, tindakan korektif, dan tindak lanjut	Laporan insiden K3	Setiap kejadian
6.	Efektivitas Sosialisasi dan Edukasi K3	Tingkat pemahaman mahasiswa terhadap prosedur K3	Pre-post test atau kuesioner	Tiap kegiatan pembekalan

F. Prosedur Monitoring dan Evaluasi

Tabel 12. Prosedur Monitoring dan Evaluasi Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) Mahasiswa

No	Tahap	Uraian Kegiatan	Penanggung Jawab	Dokumen / Bukti
1.	Penerapan K3 di Laboratorium	Menyusun jadwal monev dan instrumen checklist K3 mahasiswa	Tim K3 & Mutu, Prodi	Jadwal monev, checklist
2.	Pelaksanaan Monitoring	Observasi langsung, wawancara, dan penilaian lapangan terhadap penerapan K3.	Dosen Pembimbing / Pembimbing Lahan	Form monitoring
3.	Pengumpulan Data	Mengumpulkan hasil observasi, laporan insiden, dan form evaluasi mahasiswa.	Tim K3	Rekap data
4.	Analisis dan Evaluasi	Mengidentifikasi masalah, risiko, serta keberhasilan penerapan K3.	Tim K3	Laporan hasil analisis
5.	Rekomendasi dan Tindak Lanjut	Menyusun rekomendasi perbaikan sistem, SOP, atau sarana prasarana.	Ketua Prodi, Tim K3	Laporan rekomendasi
6.	Pelaporan Akhir	Menyampaikan hasil monev kepada Direktur dan seluruh unit terkait.	Tim K3 dan Mutu	Laporan Monev Tahunan

G. Indikator Keberhasilan Monitoring dan Evaluasi

Tabel 12. Indikator Keberhasilan Monitoring dan Evaluasi

No	Aspek	Indikator Keberhasilan
1.	Keselamatan Mahasiswa	Tidak ada kecelakaan kerja berat selama kegiatan praktik
2.	Kepatuhan SOP	$\geq 95\%$ mahasiswa menggunakan APD dan mematuhi SOP
3.	Pelaporan Insiden	100% insiden tercatat dan ditindaklanjuti
4.	Kesehatan Mental	$\geq 90\%$ mahasiswa menunjukkan kondisi psikologis baik
5.	Budaya K3	Mahasiswa aktif menjaga kebersihan, keamanan, dan saling mengingatkan rekan
6.	Perbaikan Sistem	Tersusunnya rekomendasi dan tindak lanjut dari hasil monev setiap semester

BAB X

PENUTUP

Buku Pedoman Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) STIKES Serulingmas Cilacap disusun sebagai acuan dalam pelaksanaan kegiatan akademik, praktikum, dan praktik profesi agar seluruh mahasiswa, terlindungi dari berbagai risiko yang dapat mengancam keselamatan dan kesehatan selama proses pembelajaran. Pedoman ini menjadi panduan bagi mahasiswa, dosen, tenaga kependidikan, dan seluruh pihak terkait untuk memahami, menerapkan, serta menjaga prinsip-prinsip Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) di lingkungan kampus, laboratorium, dan lahan praktik. Melalui penerapan pedoman ini secara konsisten, diharapkan dapat tercipta lingkungan belajar yang aman, sehat, dan produktif, serta membangun budaya kerja yang menjunjung tinggi tanggung jawab, disiplin, dan profesionalisme di bidang kesehatan.

STIKES Serulingmas Cilacap berkomitmen untuk melakukan monitoring, evaluasi, dan perbaikan berkelanjutan (*continuous improvement*) terhadap implementasi pedoman keselamatan mahasiswa agar selalu selaras dengan perkembangan ilmu pengetahuan, teknologi, dan regulasi pendidikan tinggi kesehatan. Dengan demikian, pedoman ini diharapkan dapat mendukung terwujudnya visi STIKES Serulingmas Cilacap, yaitu menjadi institusi pendidikan tinggi kesehatan yang unggul, berkarakter, dan berdaya saing, serta menghasilkan lulusan tenaga kesehatan yang profesional, beretika, dan berbudaya keselamatan.

Lampiran 1**FORMULIR INSPEKSI KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA
MAHASISWA STIKES SERULINGMAS CILACAP****1. IDENTITAS KEGIATAN**

Nama Kegiatan / Praktikum	
Program Studi	
Tempat / Lokasi	
Tanggal Pelaksanaan	
Nama Dosen / Pembimbing	
Nama Mahasiswa / Kelompok	

**2. ASPEK KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3) YANG
DIPERIKSA**

No	Aspek yang Diperiksa	Kriteria Penilaian	Keterangan / Temuan
1	Ketersediaan dan kelayakan alat pelindung diri (APD) (jas lab, masker, sarung tangan, sepatu tertutup)	☐ Baik ☐ Cukup ☐ Kurang	
2	Kebersihan dan kerapian area kerja laboratorium / lahan praktik	☐ Baik ☐ Cukup ☐ Kurang	
3	Kondisi alat dan bahan praktik (aman, tidak rusak, tersimpan sesuai tempatnya)	☐ Baik ☐ Cukup ☐ Kurang	
4	Ketersediaan kotak P3K dan fasilitas pertolongan pertama	☐ Baik ☐ Cukup ☐ Kurang	
5	Tersedianya APAR (alat pemadam api ringan) dan petunjuk evakuasi	☐ Baik ☐ Cukup ☐ Kurang	
6	Pelaksanaan <i>briefing</i> K3 sebelum kegiatan dimulai	☐ Baik ☐ Cukup ☐ Kurang	
7	Kepatuhan mahasiswa terhadap SOP keselamatan kerja	☐ Baik ☐ Cukup ☐ Kurang	
8	Penanganan limbah dan bahan bekas praktik sesuai prosedur	☐ Baik ☐ Cukup ☐ Kurang	

9	Penerapan prinsip universal precautions pada kegiatan klinik / kebidanan	☐ Baik ☐ Cukup ☐ Kurang	
10	Kondisi penerangan, ventilasi, dan keamanan lingkungan kerja	☐ Baik ☐ Cukup ☐ Kurang	

3. TINDAKAN KOREKTIF / REKOMENDASI

.....

.....

.....

4. PETUGAS INSPEKSI

Nama Petugas / Pemeriksa	
Jabatan / Unit	
Tanda Tangan	
Tanggal Pemeriksaan	

5. TANDA TANGAN PENANGGUNG JAWAB

Dosen Pembimbing / Koordinator Praktikum	Mahasiswa / Ketua Kelompok
(.....)	(.....)

Catatan:

Formulir ini diisi setiap kali dilakukan kegiatan praktikum atau inspeksi K3 di laboratorium maupun lahan praktik. Hasil inspeksi diserahkan kepada Tim K3 STIKES Serulingmas Cilacap dan digunakan untuk evaluasi keselamatan kerja mahasiswa.

Lampiran 2

FORMULIR PELAPORAN INSIDEN KESELAMATAN DAN KESEHATAN KERJA (K3) STIKES SERULINGMAS CILACAP

1. IDENTITAS KEJADIAN

Nama Mahasiswa	
Program Studi	
Tempat / Lahan Praktik	
Tanggal dan Waktu Kejadian	
Dosen / Pembimbing / CI	
Jenis Kegiatan Saat Kejadian	

2. URAIAN KEJADIAN

a. Jenis insiden (beri tanda ✓):

- ☐ Cedera fisik ringan ☐ Cedera fisik berat
☐ Paparan darah/cairan tubuh ☐ Tumpahan bahan kimia
☐ Kebakaran / ledakan ☐ Lainnya:

b. Kronologi singkat kejadian:

.....
.....
.....
.....

c. Faktor penyebab (pilih yang relevan):

- ☐ Ketidakhati-hatian mahasiswa
☐ Peralatan rusak / tidak layak
☐ Lingkungan kerja tidak aman
☐ Prosedur tidak diikuti
☐ Lainnya:
.....

3. TINDAKAN YANG DILAKUKAN

a. Pertolongan pertama (P3K) oleh:

1. Tindakan medis lanjutan: ☐ Ya ☐ Tidak

Jika ya, sebutkan tempat / fasilitas kesehatan:

2. Apakah mahasiswa dirujuk? ☐ Ya ☐ Tidak

3. Nomor laporan / referensi medis:

4. EVALUASI DAN REKOMENDASI

1. Penyebab utama insiden:

2. Upaya pencegahan agar kejadian tidak terulang:

.....
.....
.....

3. Rekomendasi dari Tim K3 / Dosen Pembimbing:

.....
.....
.....
.....

5. TANDA TANGAN DAN PENGESAHAN

Mahasiswa Pelapor	Dosen Pembimbing / CI
 (.....)	 (.....)
Tanggal:	Tanggal:

Catatan:

Formulir ini wajib diisi segera setelah terjadi insiden keselamatan kerja oleh mahasiswa, kemudian diserahkan kepada Tim K3 STIKES Serulingmas Cilacap untuk ditindaklanjuti.

Lampiran 3

CHECKLIST ALAT PELINDUNG DIRI (APD)

1. IDENTITAS PRAKTIK / KEGIATAN

Nama Kegiatan / Praktikum	
Program Studi	
Tempat / Lokasi	
Tanggal Pelaksanaan	
Nama Dosen / Pembimbing	

2. CHECKLIST ALAT PELINDUNG DIRI (APD)

No	Jenis Alat Pelindung Diri (APD)	Kondisi	Keterangan
1	Jas laboratorium	☐ Baik ☐ Rusak ☐ Tidak Ada	
2	Masker medis / respirator	☐ Baik ☐ Rusak ☐ Tidak Ada	
3	Sarung tangan (latex/nitril)	☐ Baik ☐ Rusak ☐ Tidak Ada	
4	Face shield / kacamata pelindung	☐ Baik ☐ Rusak ☐ Tidak Ada	
5	Sepatu tertutup / sepatu safety	☐ Baik ☐ Rusak ☐ Tidak Ada	
6	Penutup kepala	☐ Baik ☐ Rusak ☐ Tidak Ada	
7	Apron / pelindung tubuh tambahan	☐ Baik ☐ Rusak ☐ Tidak Ada	
8	Hand sanitizer / desinfektan pribadi	☐ Baik ☐ Rusak ☐ Tidak Ada	
9	Perlengkapan P3K pribadi	☐ Baik ☐ Rusak ☐ Tidak Ada	
10	Identitas mahasiswa (ID Card)	☐ Baik ☐ Rusak ☐ Tidak Ada	

3. CATATAN PEMERIKSAAN

.....

.....

.....

.....

4. TANDA TANGAN PEMERIKSA DAN MAHASISWA

Pemeriksa / Dosen Pembimbing	Mahasiswa / Ketua Kelompok
 (.....)	 (.....)

Catatan:

Checklist ini digunakan sebelum kegiatan praktik atau laboratorium dimulai untuk memastikan seluruh mahasiswa telah menggunakan dan menyiapkan alat pelindung diri (APD) secara lengkap dan dalam kondisi baik.

Lampiran 4

DAFTAR KONTAK DARURAT KAMPUS STIKES SERULINGMAS CILACAP

Daftar kontak darurat ini disusun untuk mempermudah seluruh mahasiswa STIKES Serulingmas Cilacap dalam memperoleh bantuan cepat apabila terjadi keadaan darurat, baik di lingkungan kampus, laboratorium, maupun lahan praktik. Informasi berikut harus selalu diperbarui dan ditempel di setiap area penting kampus.

No	Nama Unit / Layanan	Nomor Telepon / Kontak	Keterangan
1	SATGAS PPKS	0813-2834-4074	Layanan keamanan dan kedisiplinan kampus, laporan pelecehan seksual, perundungan, dan intoleransi
2	Unit Kesehatan Mahasiswa (UKM) dan Laboratorium Keperawatan	0882-2548-0606	Pertolongan pertama dan pemeriksaan kesehatan seluruh mahasiswa dan Laporan insiden praktik laboratorium Keperawatan
3	Tim K3 STIKES Serulingmas	0857-2639-7381	Koordinasi keselamatan dan kesehatan kerja mahasiswa
4	Wakil Ketua III Bidang Kemahasiswaan	0896-6800-5268	Pelaporan kedisiplinan dan insiden mahasiswa, rokok, dan Narkotika
6	Laboratorium Kebidanan	0858-0348-4644	Laporan insiden praktik laboratorium kebidanan
7	Laboratorium Farmasi		Laporan insiden praktik laboratorium Farmasi
8	Pemadam Kebakaran Cilacap	113 / (0282 – 532450)	Layanan kebakaran dan evakuasi
9	Polsek Maos	110 / (0282 – 533210)	Keamanan dan ketertiban umum
10	RSUD Cilacap	(0282) 533010	Rujukan medis utama mahasiswa
11	Puskesmas Maos	0815-7543-6913	Pelayanan kesehatan primer terdekat

Catatan:

1. Setiap unit diwajibkan memperbarui nomor kontak secara berkala minimal satu kali dalam setahun.
2. Daftar kontak darurat ini harus tersedia di ruang dosen, laboratorium, pos keamanan, dan papan pengumuman kampus.
3. Dalam keadaan darurat, mahasiswa diminta untuk tetap tenang dan segera menghubungi layanan yang sesuai