

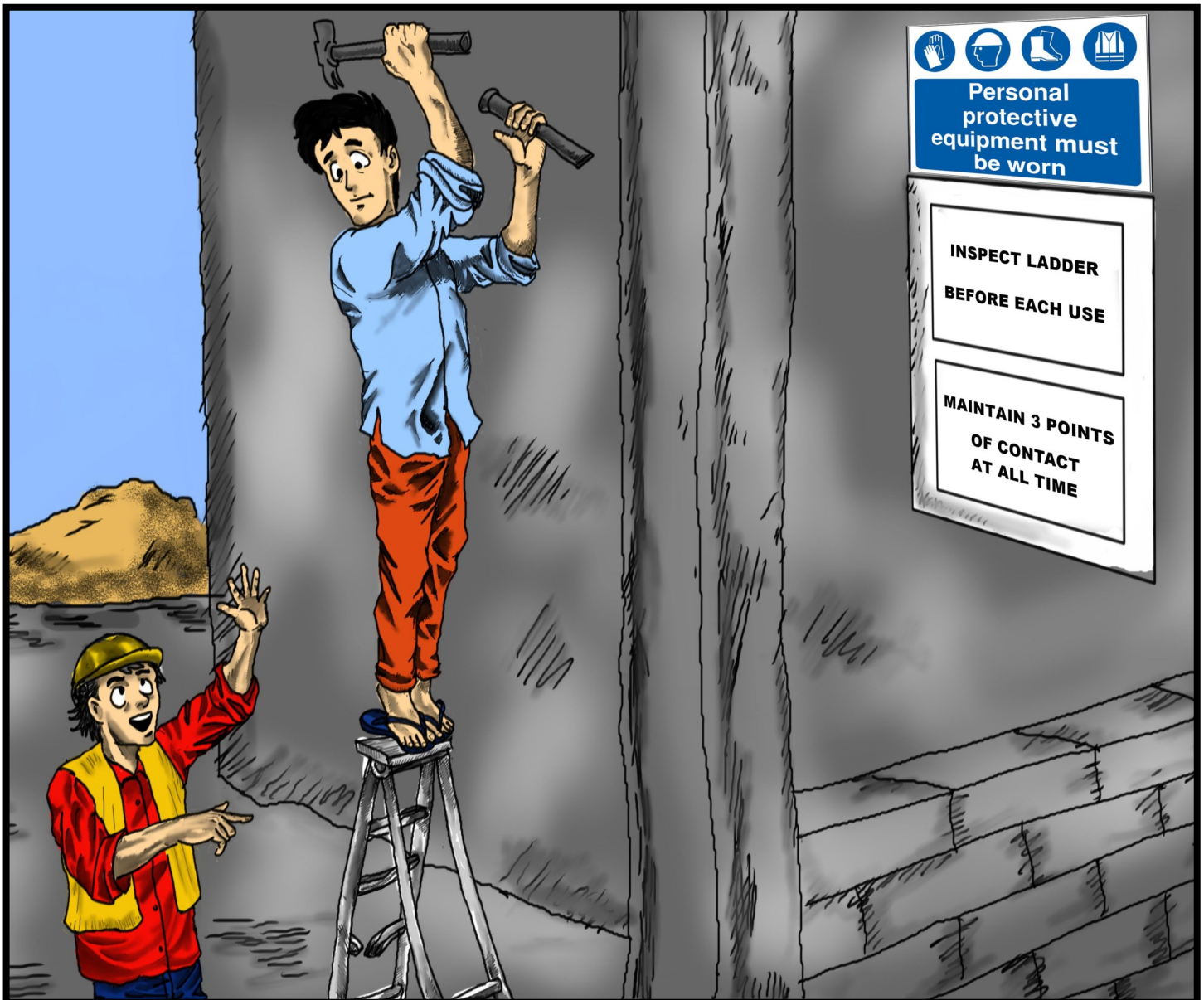


Universiti  
Malaysia  
**PAHANG**  
Engineering • Technology • Creativity



## **BUKU PANDUAN KESELAMATAN & KESIHATAN PEKERJAAN**

# MOH Patuh, Prihatin & Tegur



**UNIT PENGURUSAN KESELAMATAN & KESIHATAN PEKERJAAN**



## **POLISI KESELAMATAN DAN KESIHATAN PEKERJAAN**

Universiti Malaysia Pahang (UMP) komited dalam menyediakan persekitaran kerja mampan yang selamat dan sihat bagi staf, pelajar dan pihak berkepentingan.

Selaras dengan usaha untuk mencapai piawaian tertinggi Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan (KKP), UMP akan:

- Mencegah kecederaan dan kemudaratan kesihatan yang berkaitan dengan pekerjaan secara proaktif dengan menghapuskan bahaya dan mengurangkan risiko KKP.
- Mematuhi semua keperluan undang-undang berkaitan dan keperluan lain.
- Menyampaikan maklumat KKP kepada staf, pelajar dan pihak berkepentingan apabila diperlukan.
- Berunding dan menggalakkan penyertaan daripada staf, pelajar dan pihak berkepentingan dalam sebarang perkara berkaitan KKP.
- Menyemai budaya keselamatan proaktif dalam kalangan staf, pelajar dan pihak berkepentingan.
- Menambah baik pelaksanaan Sistem Pengurusan Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan secara berterusan.

**KERJA SELAMAT, SENTIASA SELAMAT, KEKAL SELAMAT**



# **POLISI INTERVENSI KKP**

Universiti Malaysia Pahang (UMP) yakin bahawa tiada operasinya yang perlu dilaksanakan dengan mendesak tanpa mengutamakan Keselamatan dan Kesihatan Pekerjaan (KKP) dan masih mencapai keputusan yang diperlukan. UMP mengiktiraf INTERVENSI KKP sebagai kunci ke arah budaya proaktif KKP untuk mengekalkan persekitaran kerja yang selamat dan sihat serta mencegah sebarang risiko atau pendedahan kepada kecederaan, kemudaratan kesihatan, kerosakan harta benda, atau kesan buruk terhadap alam sekitar. INTERVENSI KKP dirujuk sebagai tindakan dengan niat untuk terlibat dalam sebarang situasi tindakan tidak selamat atau keadaan tidak selamat bagi memperbaiki atau mencegahnya daripada menjadi lebih buruk.

UMP komited untuk memperkasakan semua staf, pelajar, dan orang awam dengan memberi tanggungjawab dan kuasa, tanpa mengira jawatan, umur, atau pusat tanggungjawab untuk melaksanakan INTERVENSI KKP walaupun ia akan melibatkan terhentinya tugas dalam mana-mana situasi dalam keadaan orang itu, pada pendapat atau pertimbangannya menyifatkan aktiviti sedemikian sebagai tindakan tidak selamat atau keadaan tidak selamat atau kedua-duanya. Tugas yang telah dihentikan melalui INTERVENSI KKP hanya boleh diteruskan setelah tindakan pembetulan diambil.

INTERVENSI KKP perlu dilaksanakan secara suci hati, berhemah, dan dengan rasa hormat. Sekiranya tiada tindak balas positif selepas intervensi dilaksanakan, personel hendaklah dengan segera memaklumkan kepada pihak atasannya atau Jawatankuasa KKP di pusat tanggungjawabnya atau OSHMO untuk tindakan selanjutnya.

INTERVENSI KKP perlu dilaksanakan dengan segera sekiranya perlu. Ia boleh menyelamatkan nyawa.

Tiada pihak boleh disalahkan dalam melaksanakan INTERVENSI KKP walaupun selepas penyiasatan, intervensi itu dianggap tidak perlu.

Polisi ini terpakai kepada semua staf, pelajar, dan orang awam yang berada di kampus ini.

**HIDUP AMAT BERHARGA, BERANI UNTUK INTERVENSI  
LAKSANAKAN DENGAN RASA HORMAT, TERIMA DENGAN HATI TERBUKA**



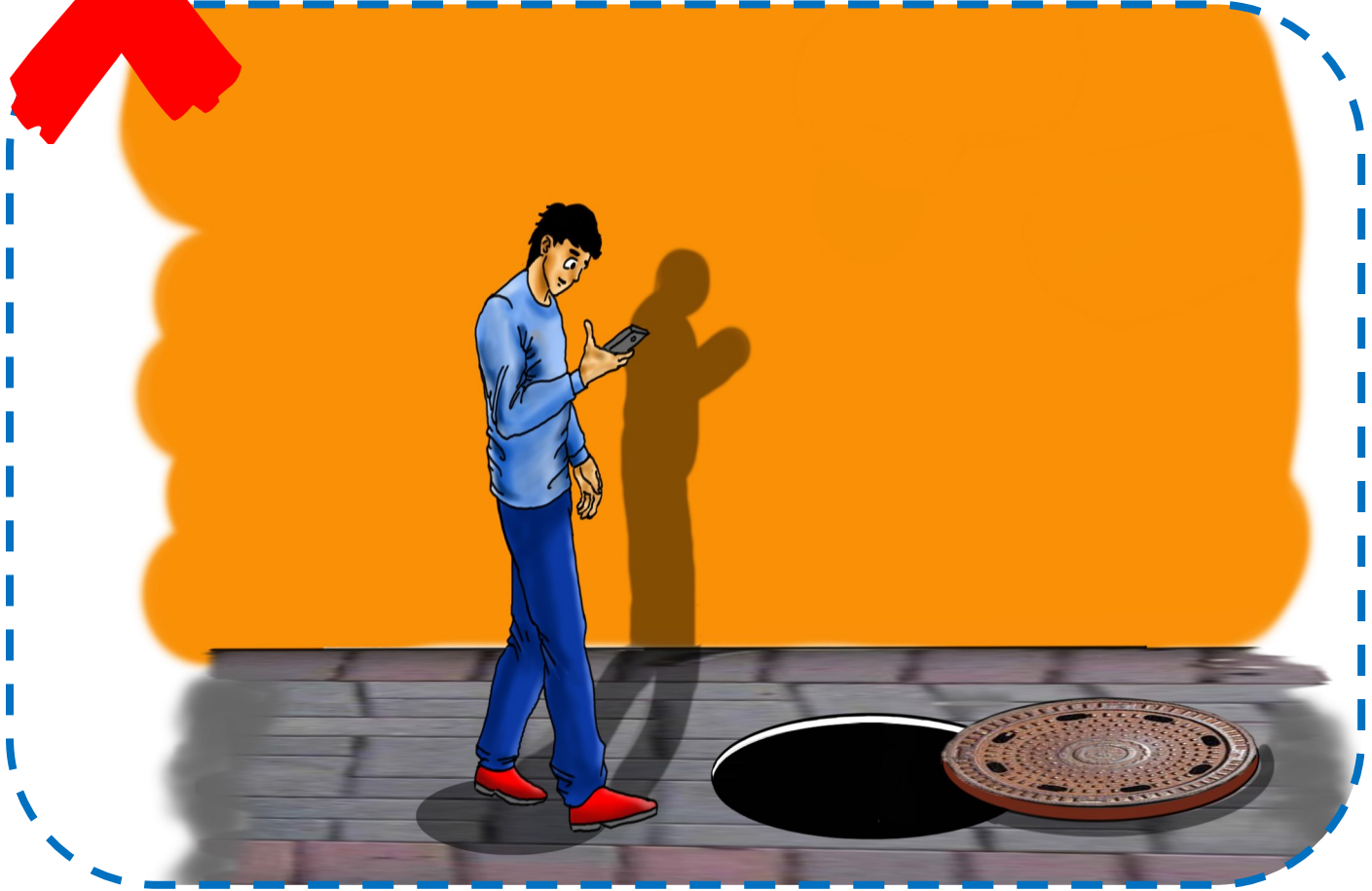




# TAKE TIME TO TAKE CARE

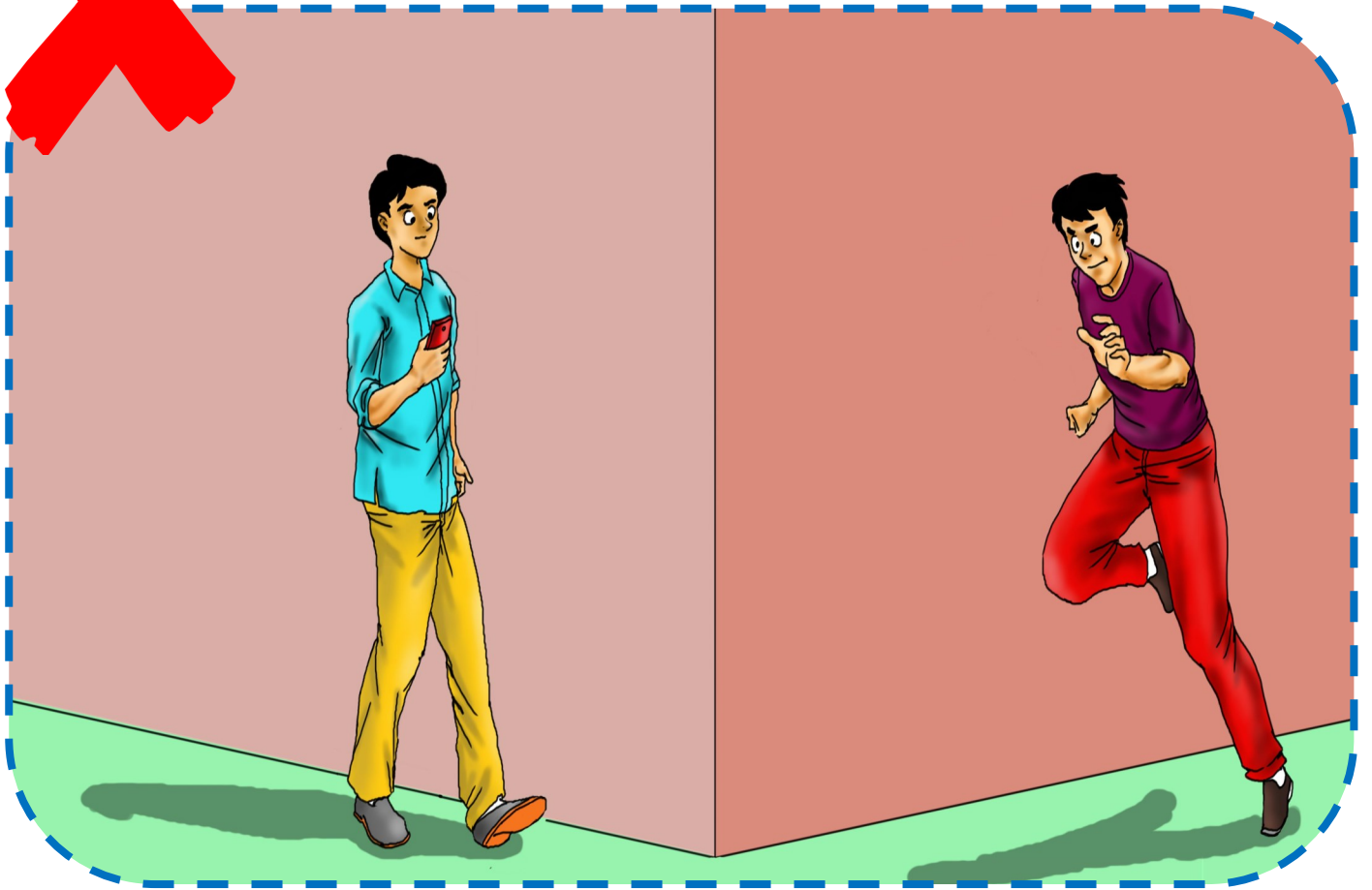
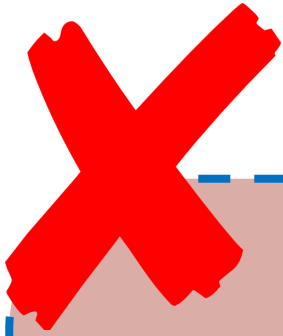
of your SAFETY and HEALTH





**JANGAN GUNA TELEFON  
BIMBIT SEWAKTU BERJALAN**

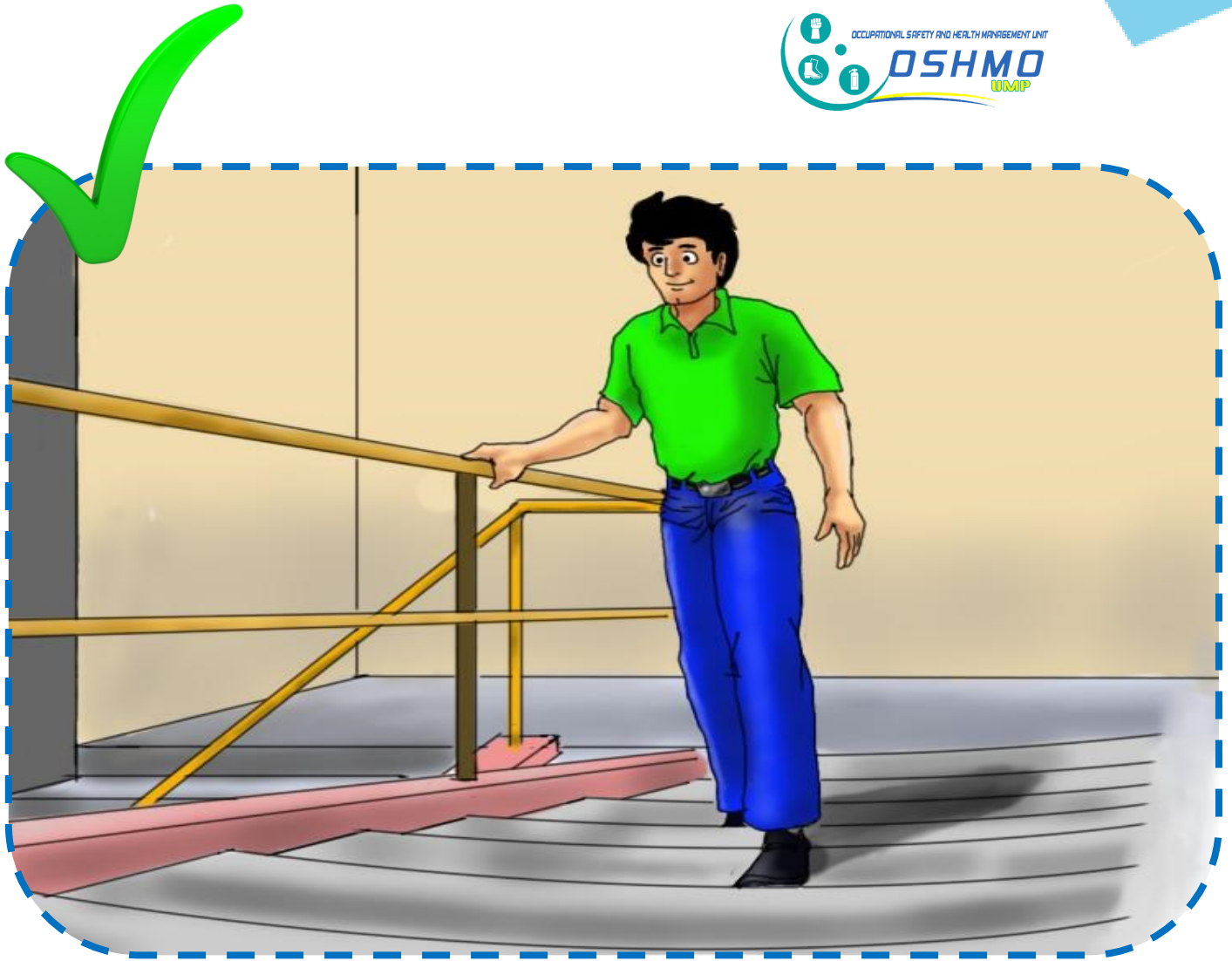
Do not use mobile phone while walking



BERJALAN DI PENJURU BANGUNAN  
DENGAN BERHATI-HATI

Walk around corners carefully



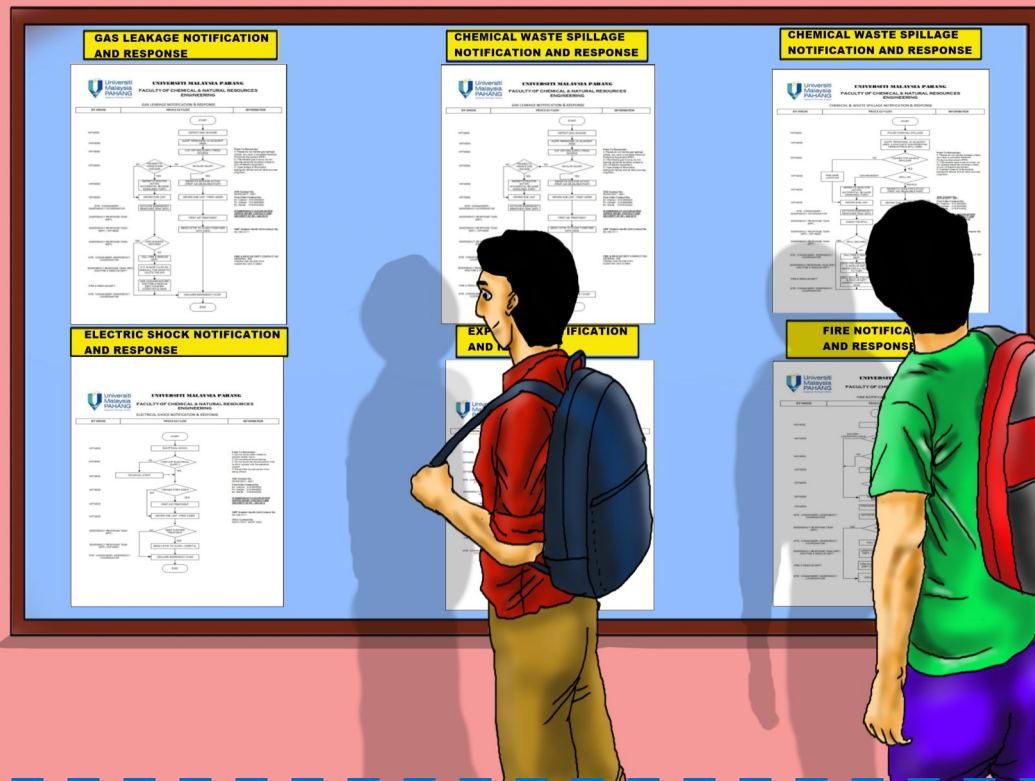


**GUNAKAN PEMEGANG  
TANGAN SEMASA NAIK ATAU  
TURUN TANGGA**

Use handrail while ascending or  
descending stairs



## EMERGENCY RESPONSE PLAN CORNER

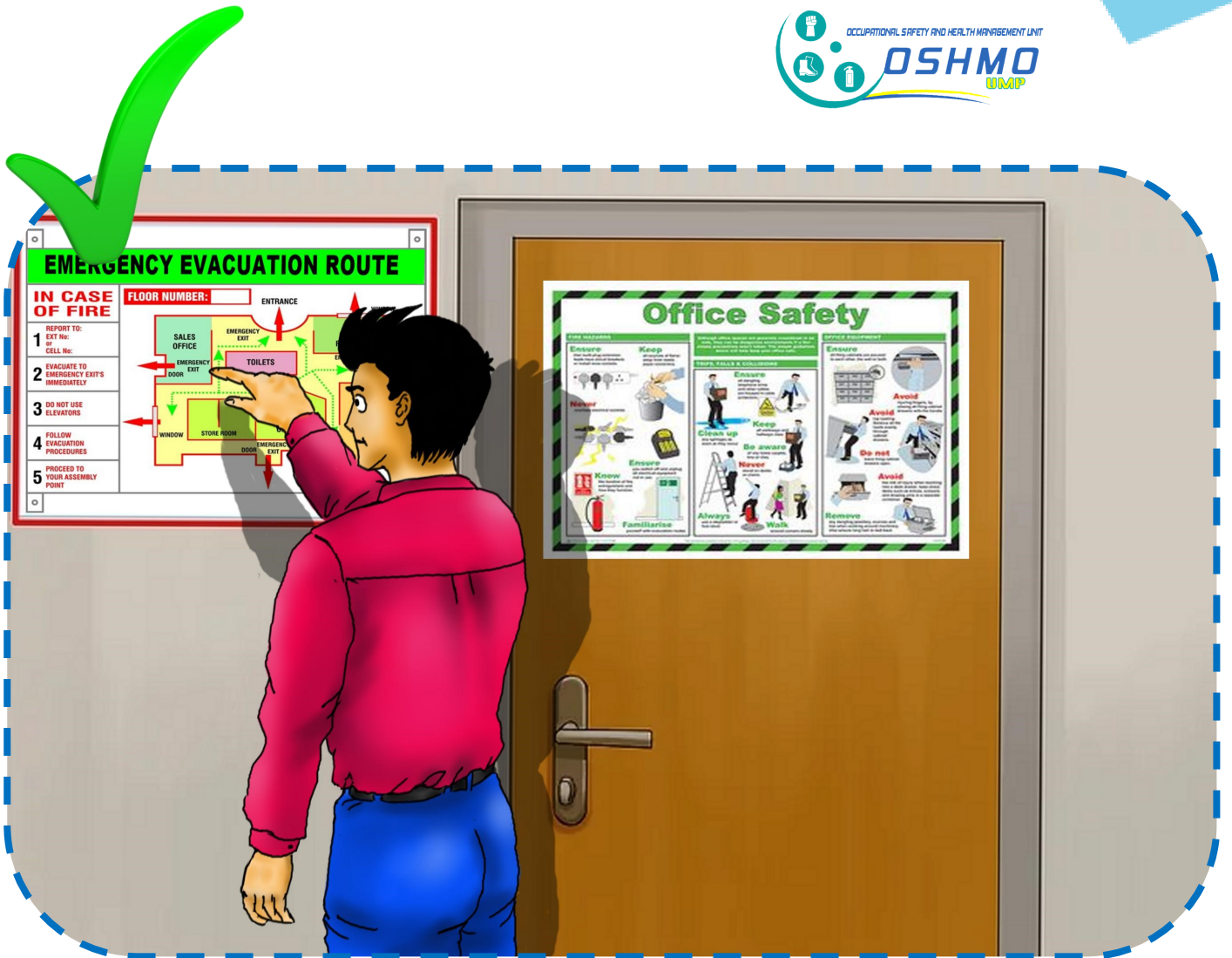


AMBIL TAHU PELAN TINDAKAN  
KECEMASAN BANGUNAN DI MANA  
ANDA BERADA

Get to know the Emergency Response  
Plan of the building you are in

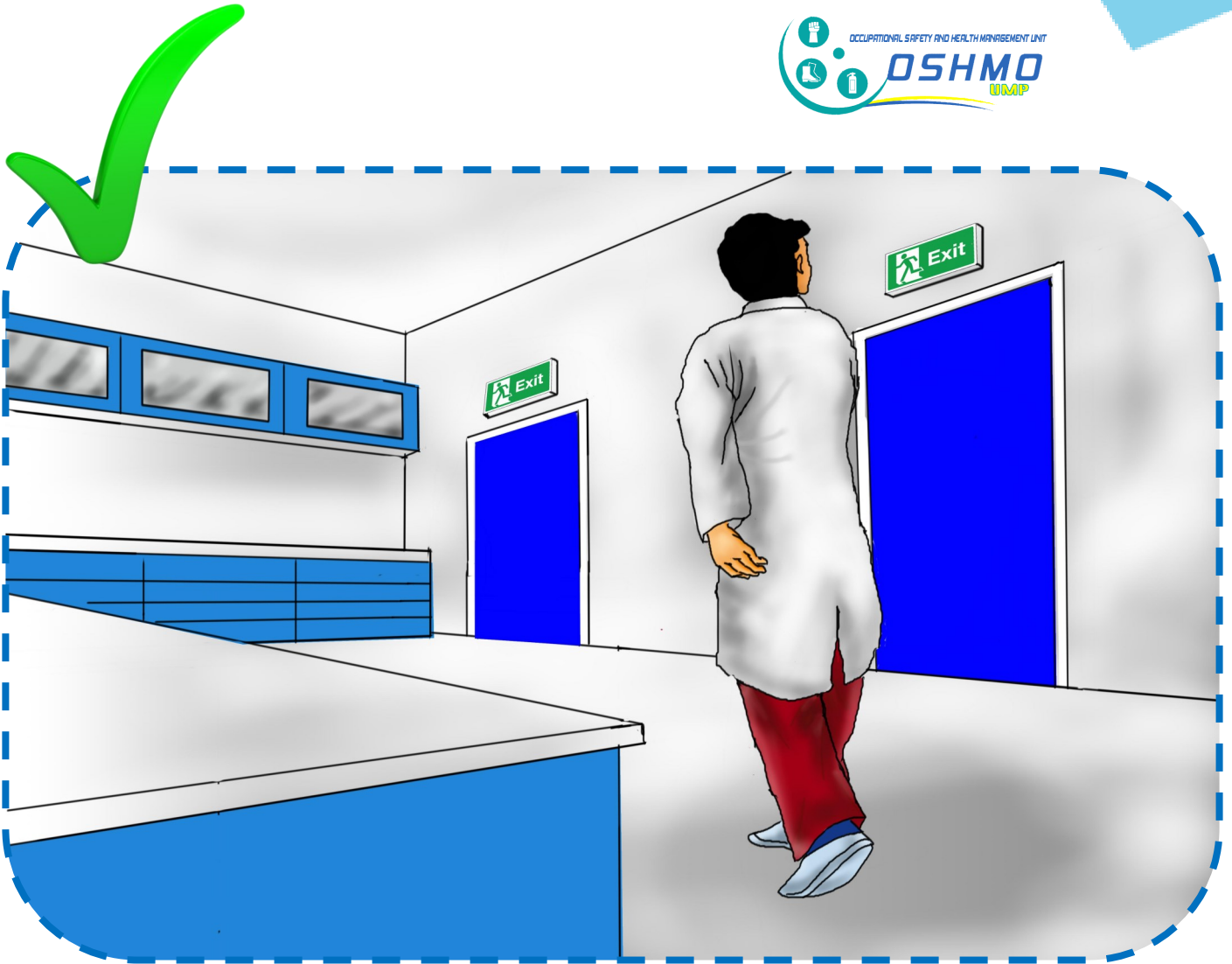






AMBIL TAHU PELAN  
PENGUNGSIAN BANGUNAN  
DI MANA ANDA BERADA

Be aware of evacuation plan of the  
building you are in



**KENAL PASTI SEMUA PINTU  
KECEMASAN BAGI SETIAP  
BILIK/BANGUNAN DI MANA ANDA  
BERADA**

Get to know all emergency exits of any  
room/building you are in



KOSONGKAN BANGUNAN  
DENGAN TENANG DAN CEPAT  
APABILA PENGGERA BERBUNYI

Evacuate calmly and quickly whenever the  
alarm sounds

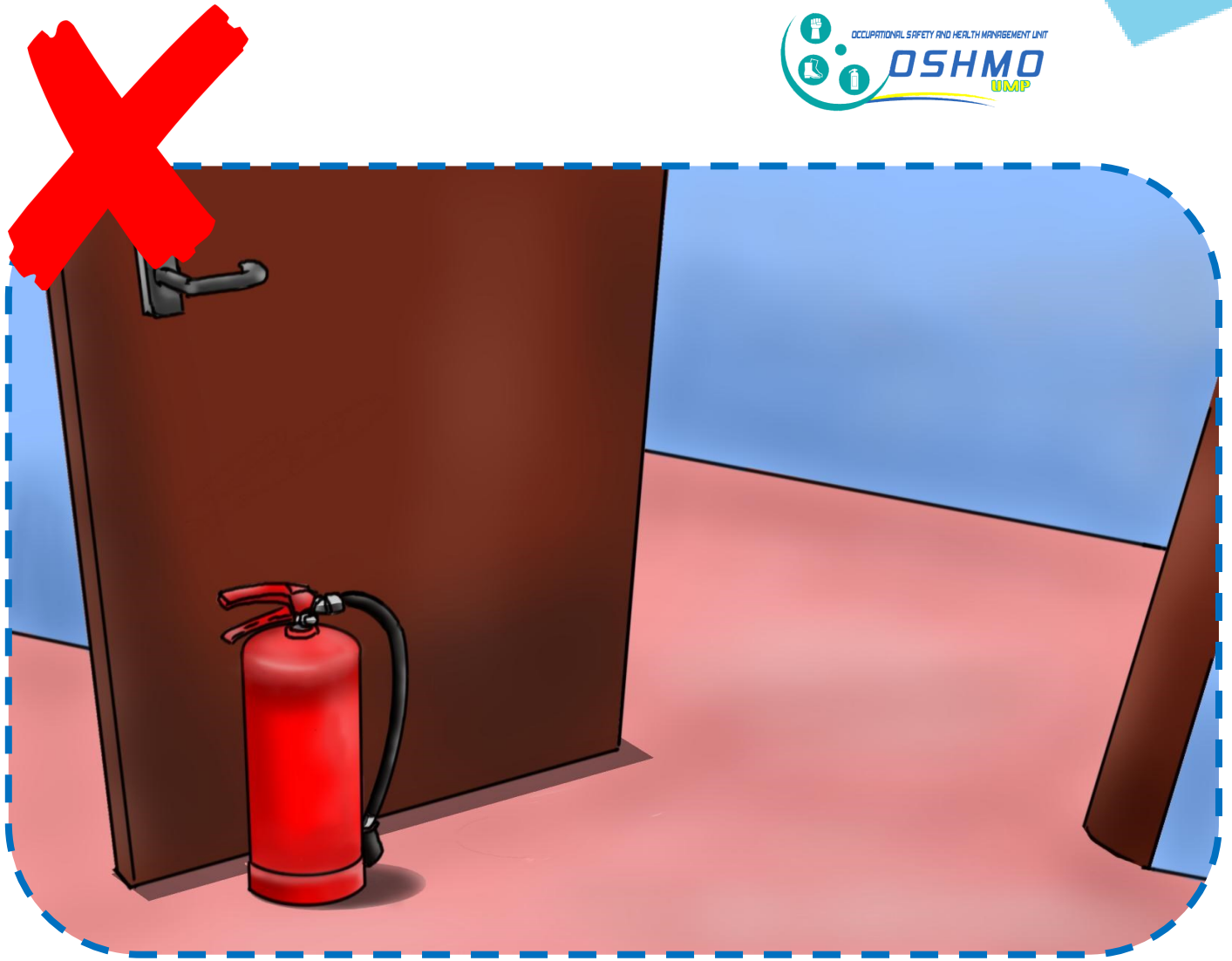




**KENAL PASTI LOKASI  
 PERALATAN KECEMASAN DAN  
 PELAJARI CARA  
 MENGGUNAKANNYA**

Identify the locations of emergency equipment and learn how to use it

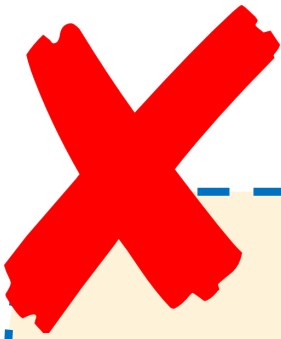




JANGAN  
MENYALAHGUNAKAN  
PERALATAN KECEMASAN

Do not misuse emergency equipment

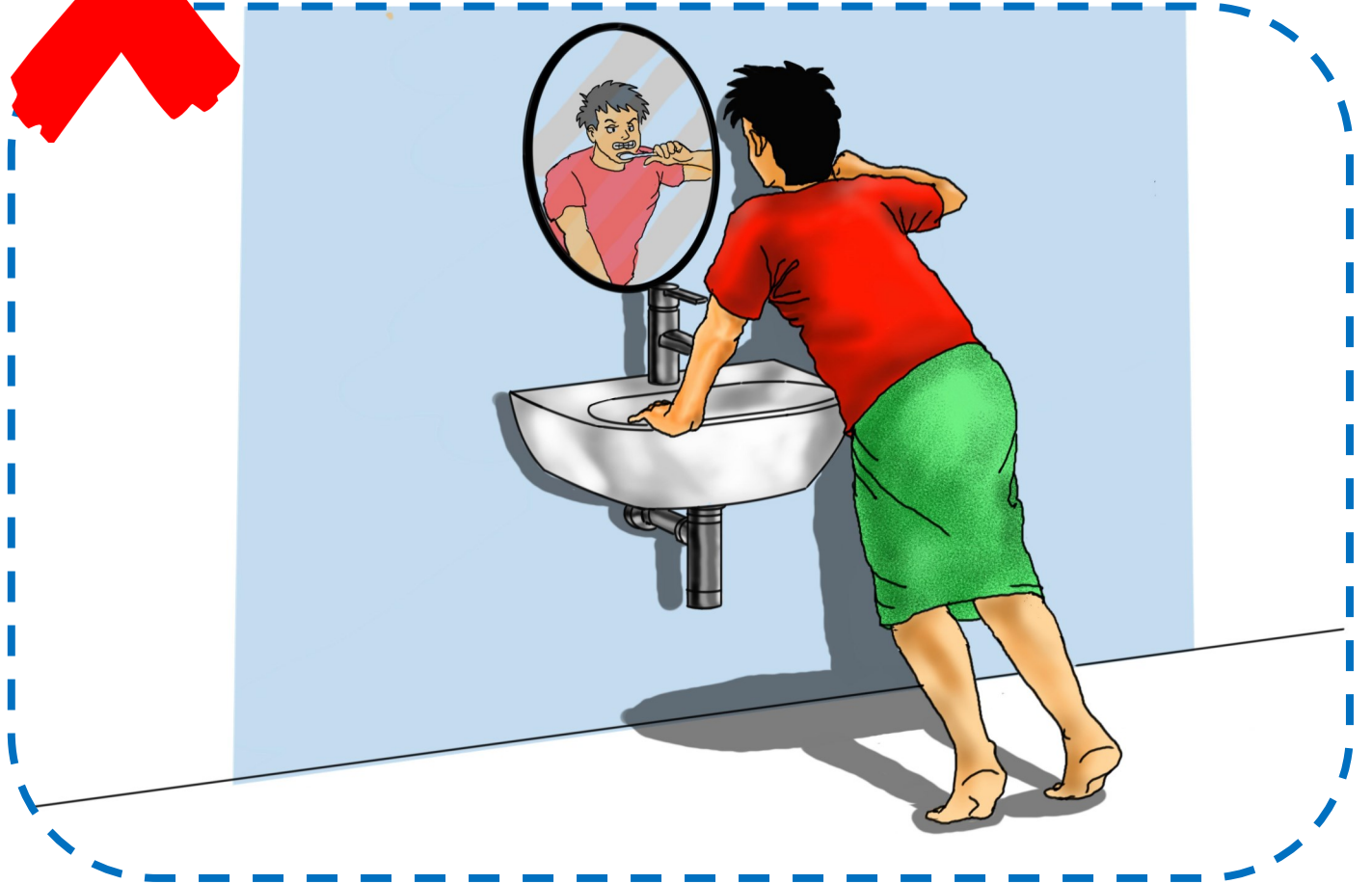




JANGAN MENGHALANG  
PERALATAN KECEMASAN ATAU  
LALUAN KECEMASAN

Do not block emergency equipment or  
emergency exit





JANGAN LETAKKAN TEKANAN  
YANG TIDAK PERLU ATAU  
BERLEBIHAN KEPADA SINKI

Do not put unnecessary or excessive  
pressure on wash basin





BERSIHKAN APA-APA  
TUMPAHAN SEBAIK SAHAJA IA  
BERLAKU

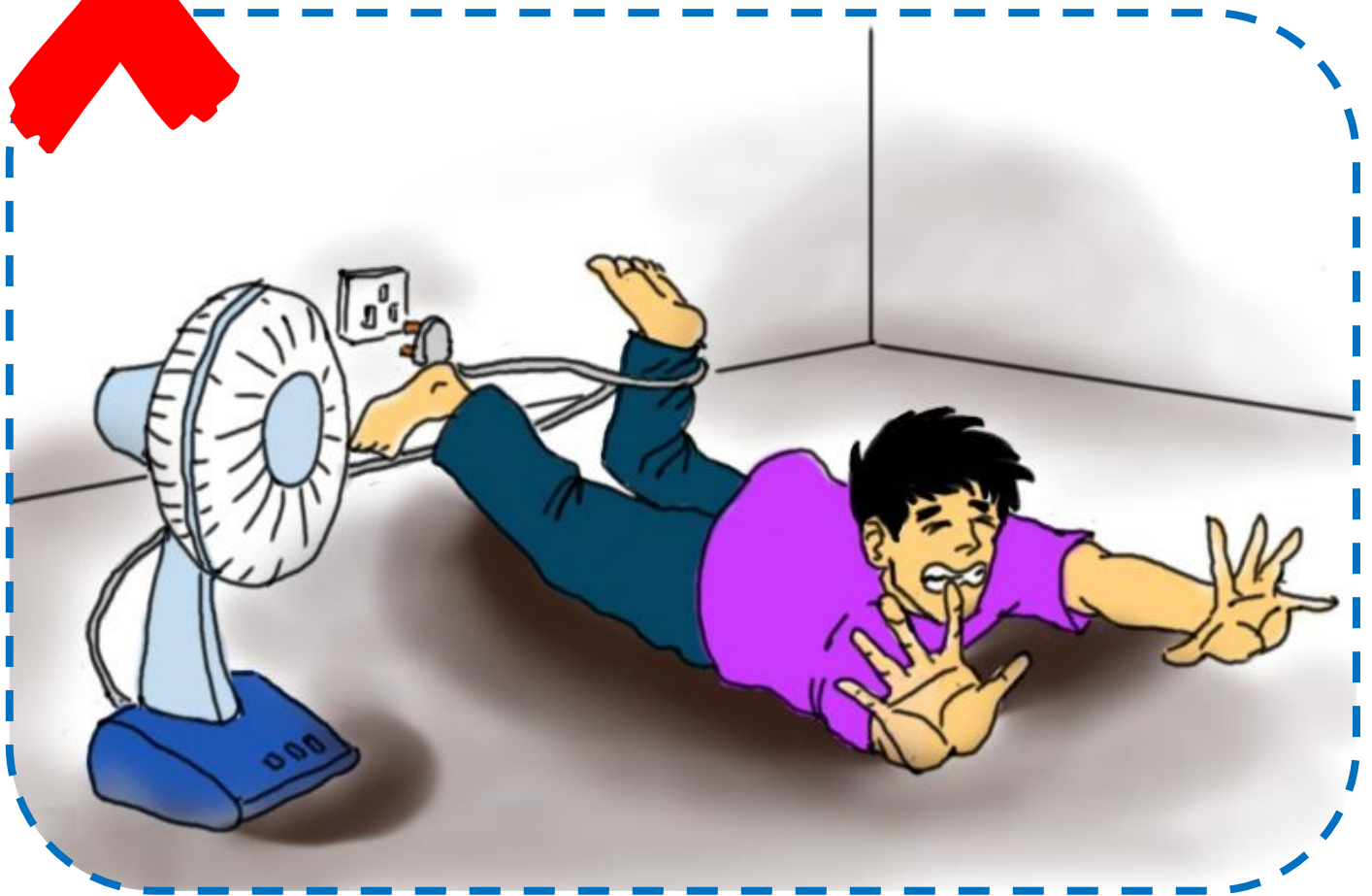
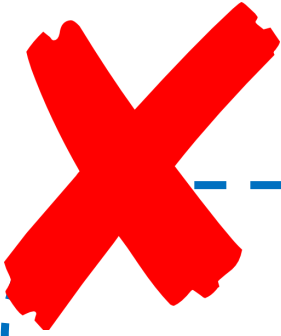
Clean up any spillage as soon as it occurs





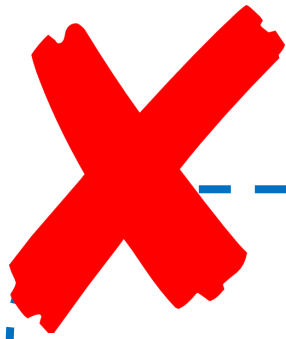
JANGAN BERJALAN DI ATAS  
LANTAI YANG BASAH & LICIN &  
MENGHALANG ORANG LAIN  
DARIPADA BERBUAT DEMIKIAN

Do not walk on wet & slippery floor &  
prevent others from doing so



PASTIKAN LANTAI BEBAS DARIPADA  
BAHAN ATAU CECAIR YANG  
MUNGKIN MENJADI HAZAD  
TERSADUNG ATAU TERGELINCIR  
Floors must be kept free of material or  
substance that might constitute tripping  
or slipping hazard





BERI PERHATIAN PENUH  
KETIKA MEMANDU

Pay full attention when driving



GUNAKAN LALUAN PEJALAN  
KAKI. SEKIRANYA TIADA,  
BERJALAN MELAWAN ARAH  
LALU LINTAS

Use sidewalk. If it is not available, walk  
against the oncoming traffic





GUNAKAN LAMPU SIGNAL SEBELUM  
MENUKAR ARAH

Use turn signals before changing  
direction

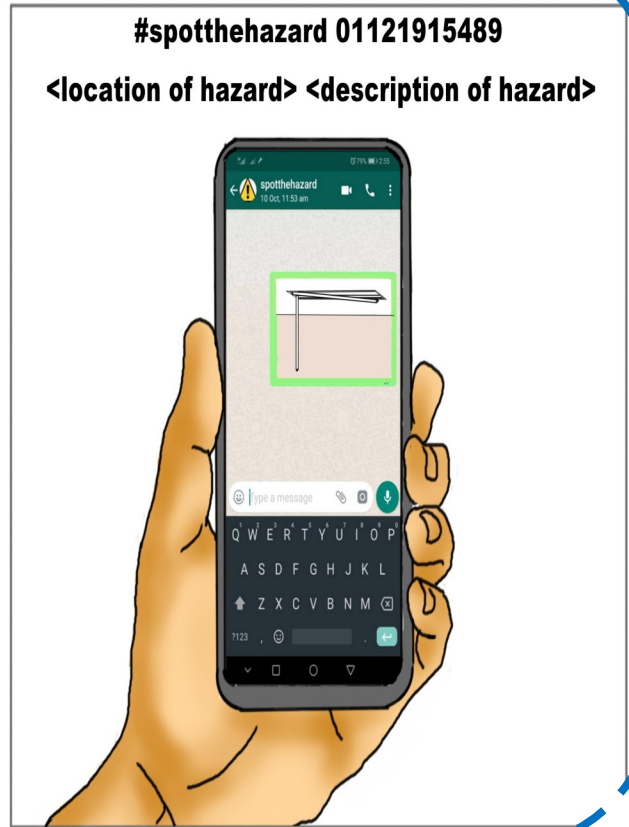
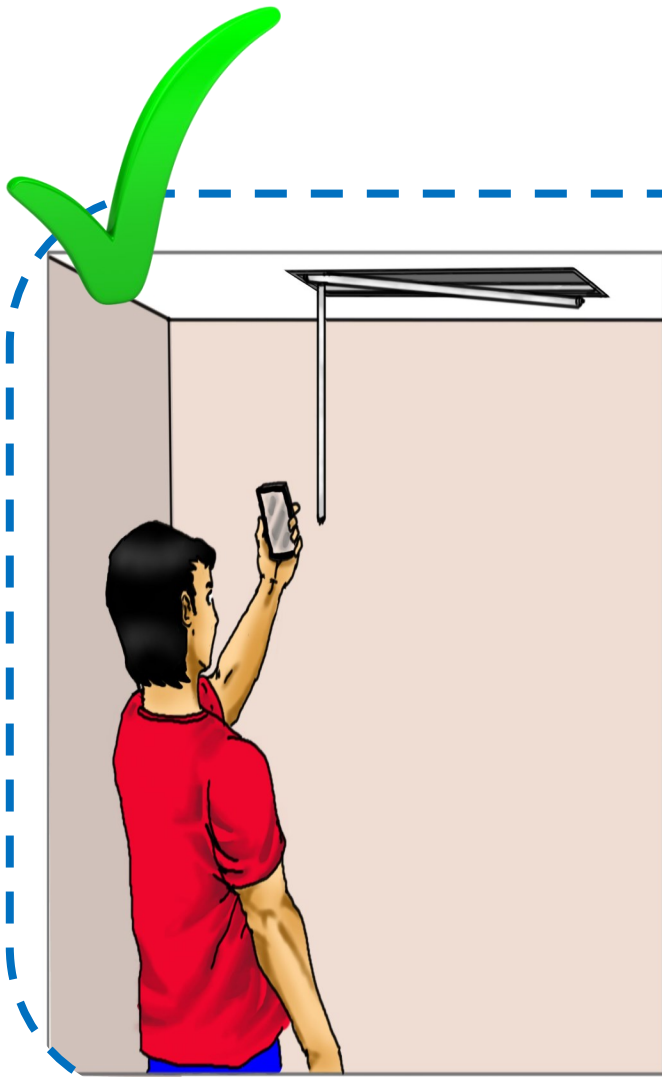




GUNAKAN TALI PINGGANG KELEDAR

Use seatbelt

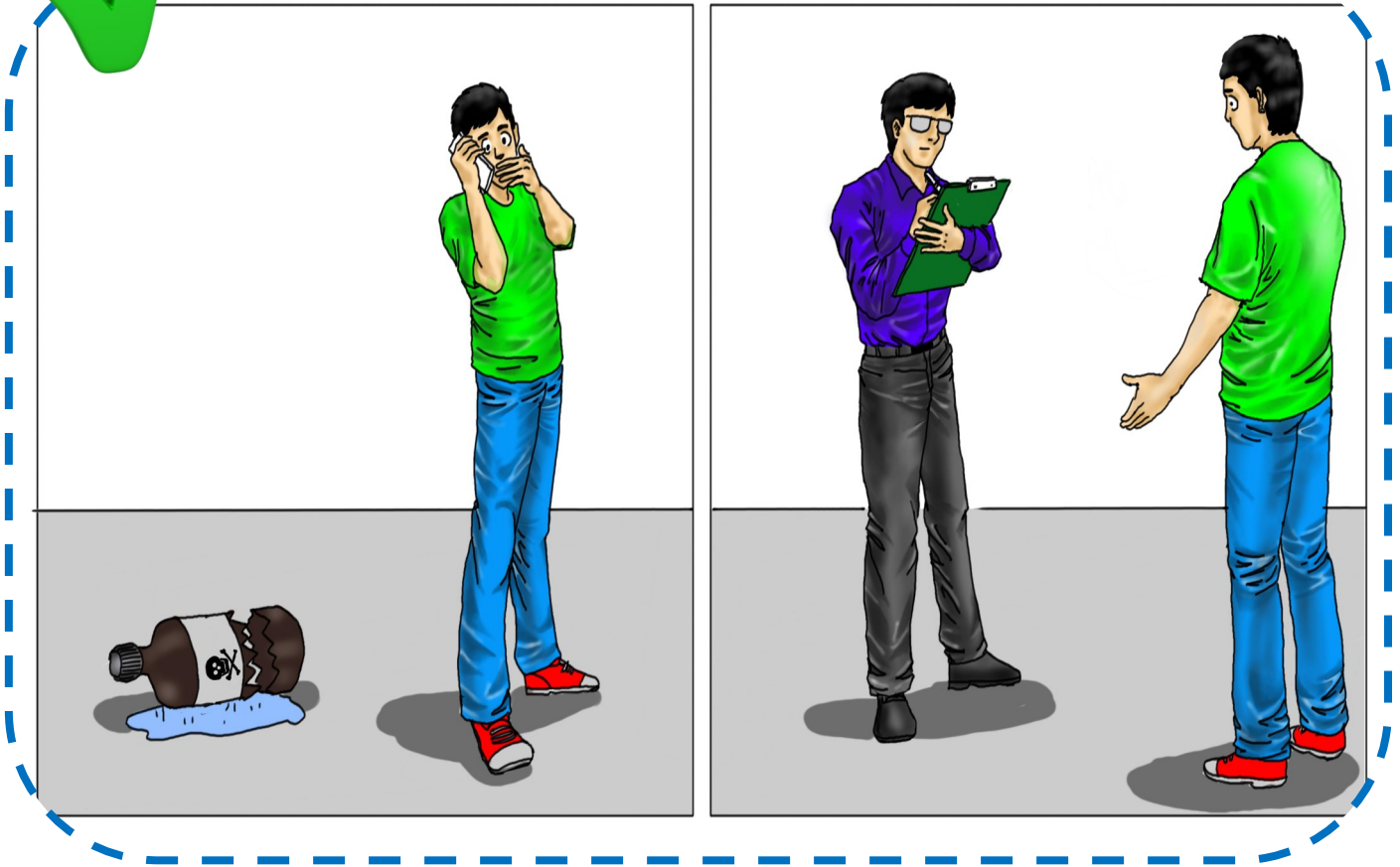
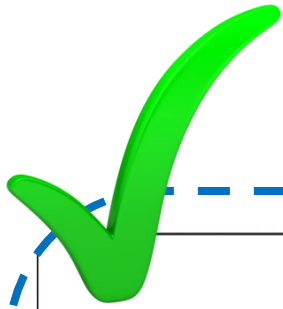




LAPORKAN SEBARANG  
HAZAD KEPADA PIHAK YANG  
BERTANGGUNGJAWAB

If you spot any hazard, report it to  
responsible parties





LAPORKAN DAN SIASAT SETIAP  
INSIDEN UNTUK MEMBANTU  
MENCEGAHNYA DARI BERLAKU LAGI

Report and investigate every incident to  
help prevent future incident



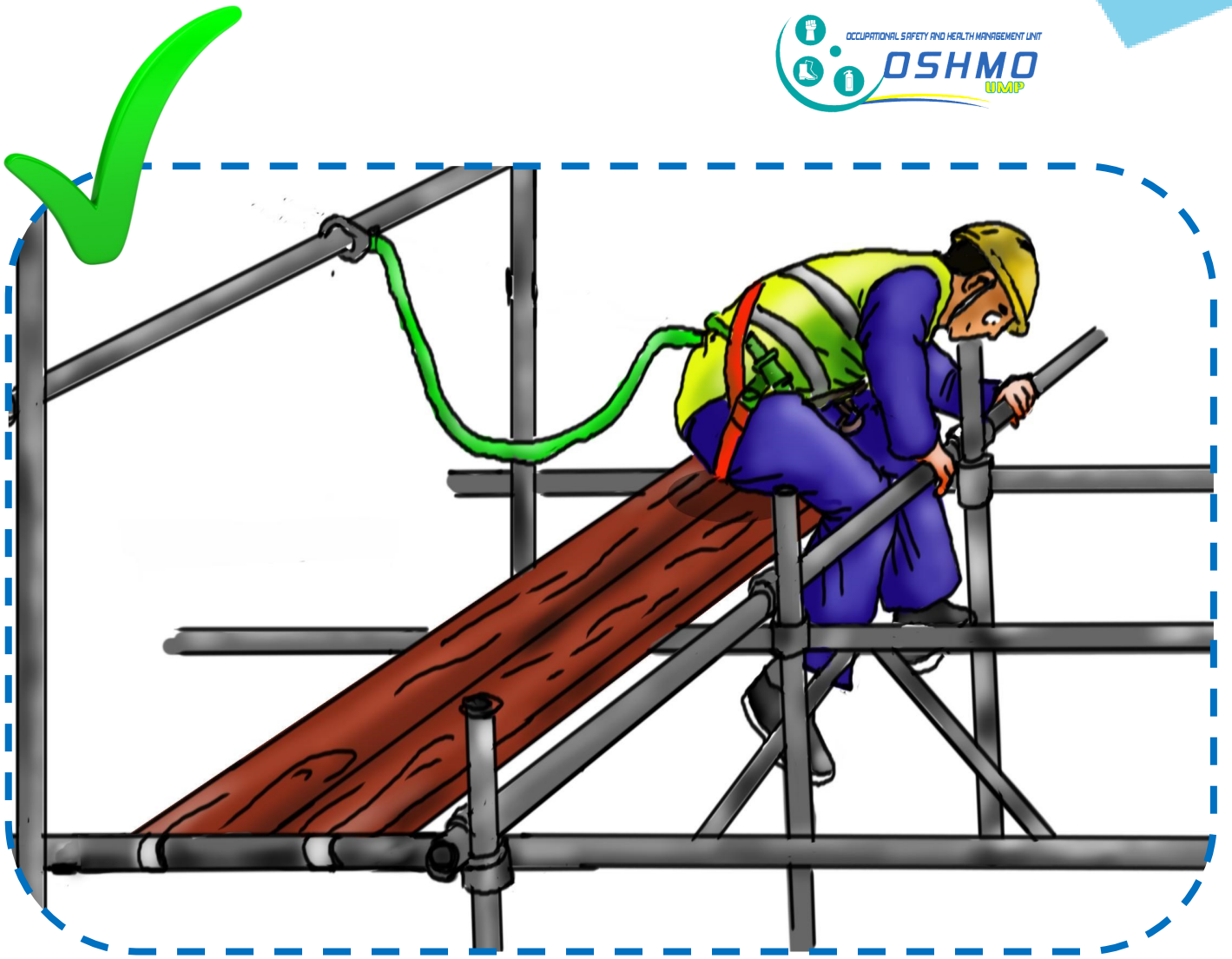
JANGAN BERGURAU KASAR

Avoid horseplay



**PATUHI SEMUA PAPAN TANDA  
KESELAMATAN**

Obey all safety signages

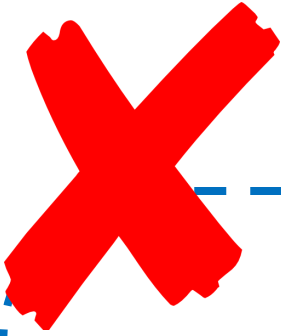


GUNAKAN KELENGKAPAN YANG  
BETUL APABILA BEKERJA PADA  
KETINGGIAN MELEBIHI 3 METER

Use proper equipment when working  
higher than 3 meters







JANGAN BERDIRI DI ATAS KERUSI  
ATAU MENGGUNAKANNYA UNTUK  
MENCAPAI BARANG DARI TEMPAT  
YANG LEBIH TINGGI

Do not stand on a chair or use it to pick  
items at higher level





GUNAKAN TANGGA DENGAN BETUL.  
PASTIKAN TANGGA TIDAK KEMEK & TIADA  
ANAK TANGGA YANG HILANG

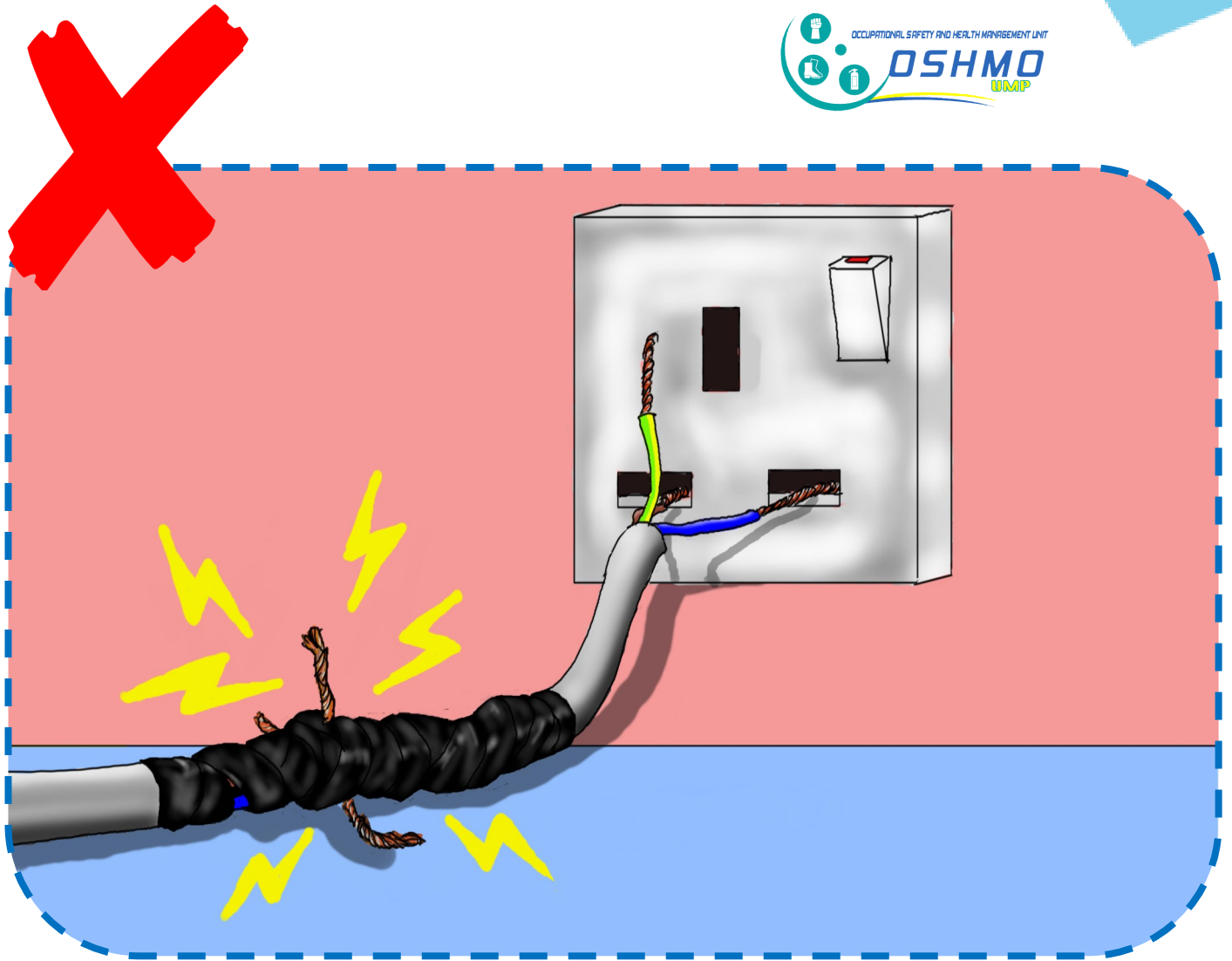
Use ladder properly. Make sure there is  
no dent and missing rung





GUNAKAN TEKNIK ATAU PERALATAN  
YANG BETUL APABILA MENGANGKAT  
OBJEK YANG BERAT

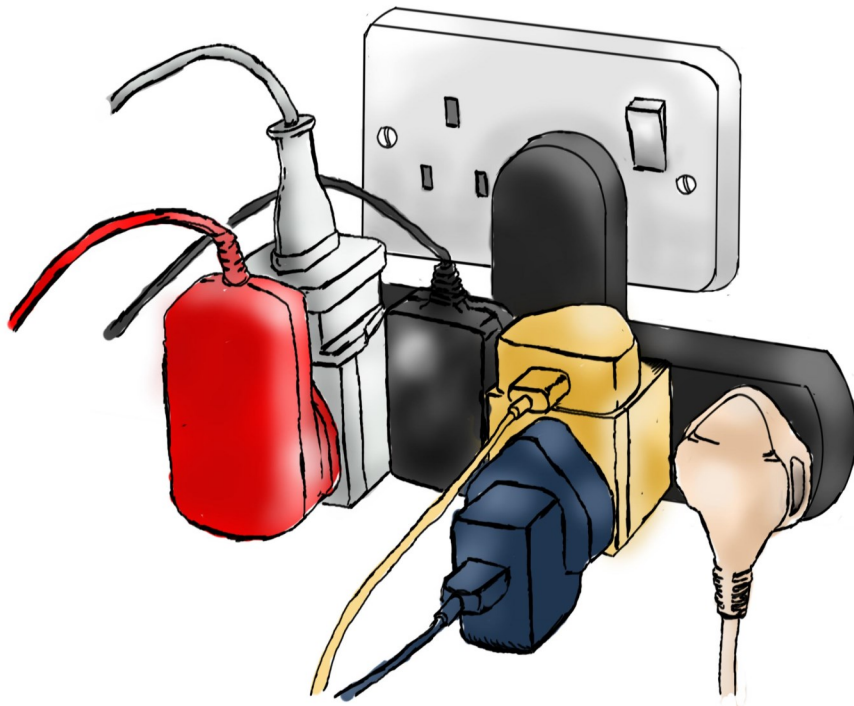
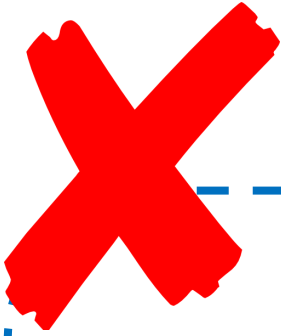
Use proper technique or equipment when  
lifting heavy objects



GUNAKAN PERALATAN  
ELETRIK SECARA SELAMAT

Use electrical equipment safely

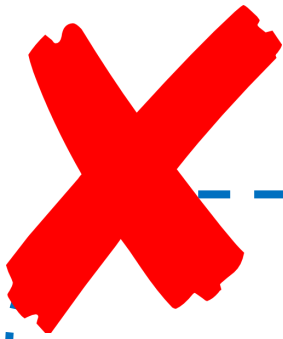




JANGAN SEKALI-KALI MELEBIHKAN  
BEBAN SAMBUNGAN ELEKTRIK

Never overload your electrical extension





JANGAN CABUT PLAG DARI SOKET  
DENGAN MENARIK KABELNYA

Do not pull a plug from an outlet by its  
cord



JANGAN KENDALIKAN PERALATAN  
ELETRIK DENGAN BADAN YANG  
BASA

Never handle electrical equipment with  
wet body



GUNAKAN PERALATAN  
PERLINDUNGAN DIRI YANG SESUAI  
UNTUK KAWASAN ATAU KERJA  
TERTENTU

Use appropriate Personal Protective  
Equipment for specific area or work





JANGAN KENDALIKAN ATAU BAIKI  
SEBARANG PERALATAN BERBAHAYA TANPA  
KEBENARAN & PENYELIAAN YANG  
SEPATUTNYA

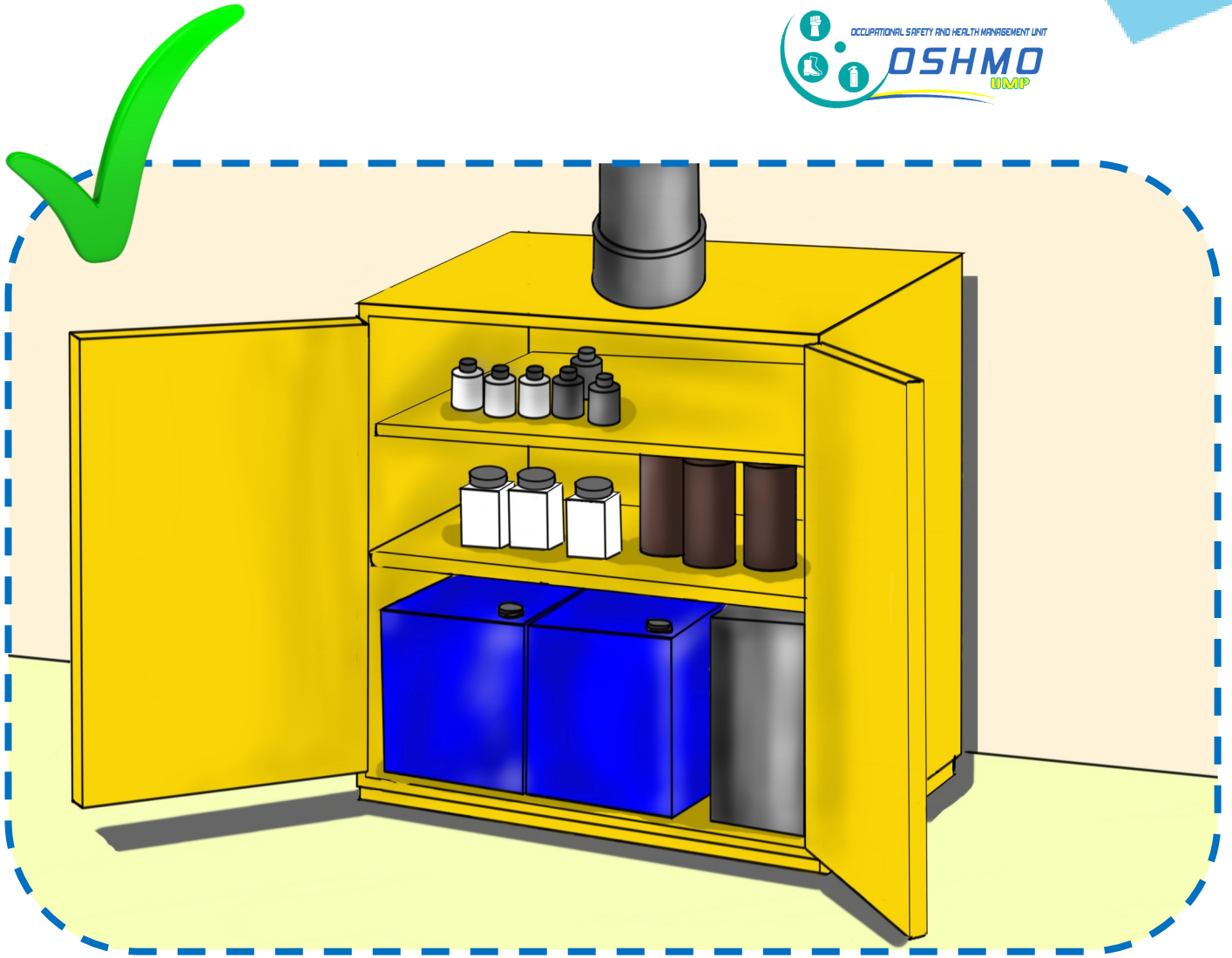
Do not operate or repair any  
hazardous equipment without proper  
authorisation & supervision





PASTIKAN KAWASAN SENTIASA  
KEMAS

Practice good housekeeping



LETAK OBJEK YANG BERAT  
BERHAMPIRAN DENGAN LANTAI

Store heavy objects close to the floor



JANGAN GUNAKAN PERABOT /  
ALAT / PERALATAN YANG ROSAK

Do not use defective  
furniture/tools/equipment





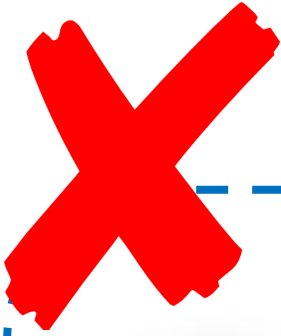
AMALKAN POSTUR DUDUK YANG  
BETUL

Practice good sitting posture



JANGAN DUDUK DALAM TEMPOH  
YANG PANJANG

Do not sit for extended periods



TUTUP LACI APABILA TIDAK  
DIGUNAKAN

Close your drawers when not in use





LENGKAPI DIRI DENGAN  
KEMAHIRAN ASAS PERTOLONGAN  
CEMAS & PEMADAMAN KEBAKARAN

Equip yourself with basic first aid &  
firefighting skills





**BERHENTI**

**Ambil masa untuk menilai keadaan semasa**



**BERFIKIR**

**Fikir kesan tindakan anda**



**LAKUKAN**

**Lakukan jika selamat**



ADAKAH SELAMAT UNTUK BERBUAT  
DEMIKIAN? BERFIKIR SEBELUM  
BERTINDAK

Is it safe to do so? Think before you do



# KOD WARNA PAPAN TANDA KESELAMATAN

## safety signage's color codes

### MERAH

#### LARANGAN/PERALATAN KECEMASAN

- Larangan: Dilarang merokok
- Peralatan kecemasan:  
Pili bomba



### RED

#### PROHIBITION/ EMERGENCY EQUIPMENT

- Prohibition: No smoking
- Emergency equipment:  
Fire hydrant

### KUNING

#### AMARAN

- Hazad: Bahan mudah  
terbakar



### YELLOW

#### WARNING

- Hazard: Flammable  
material

### BIRU

#### MANDATORI

- Arahan yang perlu dipatuhi:  
Gunakan PPE



### BLUE

#### MANDATORY

- Instruction that must be  
obeyed: Wear PPE

### HIJAU

#### KEADAAN SELAMAT

- Peralatan kecemasan:  
Pancuran kecemasan



### GREEN

#### SAFE CONDITION

- Safety feature: Emergency  
shower





Universiti  
Malaysia  
**PAHANG**  
Engineering • Technology • Creativity



# TALIAN KECEMASAN

SILA HUBUNGI

**09-431 5005**

(BAHAGIAN KESELAMATAN UMP)

**UNTUK BANTUAN**



**MyMoheS**

EXCELLENT  
Ministry of Higher Education  
Star Rating (MAMoheS) 2017



**MyRA**

EXCELLENT  
Malaysia Research Assessment  
(MyRA) 2016



EXCELLENT  
Indeks Akademiik Prestasi dan Inovasi  
Jabatan AcaDi Negara 2016