

Tips Menghindari Cedera Pada Jari Tangan Anda

Cedera pada jari tangan merupakan salah satu jenis kecelakaan yang paling sering terjadi, dampak yang ditimbulkan juga sangat beragam seperti luka lebam, tergores, retak tulang, atau bahkan sampai amputasi. Banyak yang menganggap cedera pada jari tangan bukanlah masalah yang serius, sehingga banyak yang mengabaikan. Namun pernahkah kita sadari begitu pentingnya peran jari-jari tangan kita.

Begitu pentingnya peran tangan dan jari jari kita untuk melaksanakan pekerjaan, oleh karena itu jangan pernah menganggap remeh cedera pada jari tangan Anda. Cedera pada tangan atau jari tangan dapat terjadi pada semua pekerja, namun yang paling sering menaglami adalah mekanik, operator atau driver. Beberapa penyebab yang sering mengakibatkan cedera pada jari tangan adalah sebagai berikut.:

1. **Tergores atau Tertusuk Benda Tajam**
2. **Terjepit atau Masuk Dalam Bagian Mesin yang Berputar**
3. **Tertimpa Material atau Terpukul Peralatan**
4. **Terkena Bahan Kimia atau Tersembur Cairan Panas**



Tips Mencegah Cedera Jari Tangan

1. Lakukan identifikasi secara cermat terhadap potensi bahaya pada pekerjaan yang akan dilakukan.
2. Jangan pernah melakukan jalan pintas (short cut) pada setiap pekerjaan yang sedang dilakukan.
3. Matikan mesin atau gunakan alat bantu ketika melakukan pengecekan pada bagian mesin yang berputar.
4. Gunakan perkakas tangan yang sesuai (manual atau listrik) dengan pekerjaan, dan periksa kondisi perkakas untuk memastikan layak pakai sebelum digunakan.
5. Perhatikan posisi tangan atau jari tangan Anda, lihat bagian yang dapat mengakibatkan tangan atau jari tangan terjepit (nip point).
6. Ketika menggunakan bahan kimia, baca terlebih dahulu MSDS (*material safety data sheet*) agar Anda mengetahui potensi bahaya dan cara pengendaliannya. Gunakan APD yang dianjurkan dalam MSDS.
7. Ketika Anda bekerja di dekat bagian mesin yang panas atau menangani cairan yang bersuhu tinggi, gunakanlah alat pelindung panas atau APD yang sesuai.
8. Jangan pernah membuka radiator pada saat kondisi masih panas dan hindari bagian mesin kendaraan atau unit produksi yang panas seperti mufler, radiator, pipa uap panas, dan plat besi yang sedang dilakukan pengelasan.
9. Lakukan pengangkatan manual secara benar, dan letakkan barang yang Anda angkat secara perlahan. Jangan pernah memaksakan mengangkat barang yang terlalu berat atau sulit diangkat, mintalah bantuan teman atau menggunakan alat bantu.