

**MITIGASI RISIKO CEDERA PADA SAAT KEBUGARAN
JASMANI PERSONEL PKP-PK DI BANDARA SULTAN
MAHMUD BADARUDDIN II PALEMBANG**

PROYEK AKHIR



Oleh:

RAYYAN SAKA SAJIDAN

NIT. 55232310019

**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA PENYELAMATAN DAN
PEMADAM KEBAKARAN PENERBANGAN POLITEKNIK
PENERBANGAN PALEMBANG
TAHUN 2026**

**MITIGASI RISIKO CEDERA PADA SAAT KEBUGARAN
JASMANI PERSONEL PKP-PK DI BANDARA SULTAN
MAHMUD BADARUDDIN II PALEMBANG**

PROYEK AKHIR

Karya tulis sebagai salah satu syarat lulus pendidikan
Program Studi Diploma Tiga Penyelamatan dan
Pemadam Kebakaran Penerbangan

Oleh :

RAYYAN SAKA SAJIDAN
NIT. 5523231019



**PROGRAM STUDI DIPLOMA TIGA PENYELAMATAN DAN
PEMADAM KEBAKARAN PENERBANGAN POLITEKNIK
PENERBANGAN PALEMBANG
TAHUN 2026**

ABSTRAK

MITIGASI RISIKO CEDERA PADA SAAT KEBUGARAN JASMANI PERSONEL PKP-PK DI BANDARA SULTAN MAHMUD BADARUDDIN II PALEMBANG

Oleh:

RAYYAN SAKA SAJIDAN
NIT: 55232310019

PROGRAM STUDI PENYELAMATAN DAN PEMADAM KEBAKARAN PENERBANGAN PROGRAM DIPLOMA TIGA

Kebugaran jasmani merupakan kegiatan penting bagi personel PKP-PK karena berperan dalam menjaga kesiapan fisik untuk melaksanakan tugas penyelamatan dan pemadaman kebakaran penerbangan. Namun, pelaksanaan kegiatan tersebut memiliki potensi bahaya yang dapat menyebabkan cedera dan mengganggu kesiapsiagaan operasional personel. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi potensi bahaya yang dapat menimbulkan risiko cedera pada saat pelaksanaan kebugaran jasmani personel PKP-PK serta menganalisis penerapan Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) dalam mitigasi risiko melalui metode *Hazard Identification, Risk Assessment and Risk Control* (HIRARC). Penelitian menggunakan metode deskriptif kualitatif dengan teknik pengumpulan data berupa observasi, wawancara, dokumentasi, dan studi literatur. Informan penelitian terdiri atas personel PKP-PK Bandar Udara Sultan Mahmud Badaruddin II Palembang yang dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa proses *Hazard Identification* berhasil mengidentifikasi 13 potensi bahaya yang berpotensi menyebabkan cedera, meliputi pemanasan yang tidak optimal, kondisi lapangan yang licin, riwayat cedera sebelumnya, penggunaan alat olahraga yang rusak, minimnya pengawasan instruktur, kelelahan akibat beban kerja, kurangnya kesadaran K3, posisi tubuh yang tidak ergonomis, perubahan gerakan mendadak, dan tidak dilaksanakannya pendinginan. Hasil *Risk Assessment* menunjukkan terdapat 3 *hazard* berkategori *high risk*, 9 *hazard* berkategori *moderate risk*, dan 1 *hazard* berkategori *low risk*. Mitigasi risiko direkomendasikan melalui penerapan HIRARC secara sistematis, penyusunan SOP keselamatan latihan, pemeriksaan kesehatan dan fasilitas olahraga secara berkala, peningkatan pengawasan instruktur, serta sosialisasi K3 berkelanjutan. Disarankan agar unit PKP-PK meningkatkan implementasi HIRARC secara formal untuk menekan risiko cedera dan meningkatkan keselamatan personel.

Kata kunci: Cedera, Jasmani, Kebugaran, Mitigasi, Risiko.

ABSTRACT

MITIGASI RISIKO CEDERA PADA SAAT KEBUGARAN JASMANI PERSONEL PKP-PK DI BANDARA SULTAN MAHMUD BADARUDDIN II PALEMBANG

By:

**RAYYAN SAKA SAJIDAN
NIT 55232310019**

AIRCRAFT RESCUE AND FIRE FIGHTING STUDY PROGRAM DIPLOMA THREE PROGRAM

Physical fitness is an essential activity for Aircraft Rescue and Fire Fighting (ARFF) personnel as it supports physical readiness in carrying out aviation rescue and firefighting duties. However, the implementation of physical fitness activities may expose personnel to various hazards that can lead to injuries and potentially affect operational preparedness. This study aims to identify potential hazards that may cause injuries during physical fitness activities among ARFF personnel and to analyze the implementation of Occupational Safety and Health (OSH) measures in mitigating these risks through the Hazard Identification, Risk Assessment, and Risk Control (HIRARC) method. This research employed a descriptive qualitative approach. Data were collected through observation, interviews, documentation, and literature review. The research participants consisted of ARFF personnel at Sultan Mahmud Badaruddin II Airport selected using a purposive sampling technique. The findings revealed that the Hazard Identification process successfully identified 13 potential hazards that could result in injuries, including inadequate warm-up, slippery field conditions, previous injury history, damaged sports equipment, insufficient instructor supervision, work-related fatigue, lack of OSH awareness, non-ergonomic body posture, sudden movements, and failure to perform cooling-down exercises. The Risk Assessment results indicated that 3 hazards were classified as high risk, 9 hazards as moderate risk, and 1 hazard as low risk. Risk mitigation measures recommended include the systematic implementation of HIRARC, the development of exercise safety Standard Operating Procedures (SOPs), periodic health and sports facility inspections, enhanced instructor supervision, and continuous OSH awareness programs. It is recommended that the ARFF unit formally implement HIRARC to reduce injury risks and improve personnel safety during physical fitness activities.

Keywords: *Fitness, Injury, Mitigation, Physical, Risk.*

LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING

Tugas Akhir : "MITIGASI RISIKO CEDERA PADA SAAT KEBUGARAN JASMANI PERSONEL PKP-PK SULTAN MAHMUD BADARUDDIN II PALEMBANG" telah diperiksa dan disetujui untuk diuji sebagai salah satu syarat lulus pendidikan Program Studi Penyelamatan dan Pemadam Kebakaran Penerbangan Angkatan ke-4, Politeknik Penerbangan Palembang - Palembang



Nama : Rayyan Saka Sajidan

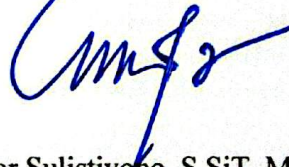
NIT : 55232310019

PEMBIMBING 1



Sutiyo, S.Sos.,M.Si
Pembina (VI/a)
NIP.196810111991121001

PEMBIMBING 2



Ir. Noor Sulistiyono, S.SiT.,M.M.,Mar E
Pembina (VI/a)
NIP. 197304302006041001

Kepala Program Studi



Wildan Nugraha, SE.,MS.ASM
Penata Tk.1 (III/d)
NIP. 198901212009121002

PENGESAHAN PENGUJI

Proyek Akhir “MITIGASI RISIKO CEDERA PADA SAAT KEBUGARAN JASMANI PERSONEL PKP-PK DI BANDARA SULTAN MAHMUD BADARUDDIN II PALEMBANG” telah dipertahankan di hadapan penguji Proyek Akhir Program Studi Penyelamatan dan Pemadaman Kebakaran Penerbangan Program Diploma Tiga Angkatan 4, Politeknik Penerbangan Palembang – Palembang. Proyek Akhir ini telah dinyatakan lulus Program Diploma Tiga pada tanggal 30 Juni 2026.

KETUA



Dr. Sunardi, S.T., M.Pd., M.T.
Pembina (VI/a)
NIP.19720217 199501 1 001

SEKRETARIS



Sutiyo, S.Sos., M.Si
Pembina (VI/a)
NIP.19681011 199112 1 001

ANGGOTA



Dr. Yeti Komalasari, S.Si.T., M.Adm.SDA.
Pembina (IV/a)
NIP.19870525 200912 2 005

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rayyan Saka Sajidan

NIT : 55232310019

Program Studi : DIII Penyelamatan dan Pemadam Kebakaran Penerbangan

Menyatakan bahwa Proyek Akhir berjudul “MITIGASI RISIKO CEDERA PADA SAAT KEBUGARAN JASMANI PERSONEL PKP-PK DI BANDARA SULTAN MAHMUD BADARUDDIN II PALEMBANG” merupakan hasil karya saya bukan merupakan hasil plagiarisme. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya, dan apabila kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi berupa pencabutan gelar akademik dari Politeknik Penerbangan Palembang. Demikian pernyataan ini saya buat dalam keadaan sadar tanpa paksaan dari pihak manapun.

Palembang, 30 Juni 2026
Yang Membuat Pernyataan



RAYYAN SAKA SAJIDAN
NIT. 55232310019

PEDOMAN PENGGUNAAN PROYEK AKHIR

Proyek Akhir DIII yang tidak dipublikasikan terdaftar dan tersedia di perpustakaan Politeknik Penerbangan Palembang, dan terbuka untuk umum dengan ketentuan bahwa hak cipta pada pengarang dengan mengikuti aturan HaKI yang berlaku di Politeknik Penerbangan Palembang Referensi kepustakaan diperkenankan di catat, tetapi pengutipan atau peringkasan habya dapat dilakukan seizin pengarang dan harus disertai dengan kaidah ilmiah untuk menyebutkan sumbernya.

Sitasi hasil penelitian Proyek Akhir ini dapat ditulis dalam bahasa Indonesia sebagai berikut :

Sajidan, R. S. (2026) : MITIGASI RISIKO CEDERA PADA SAAT KEBUGARAN JASMANI PERSONEL PKP-PK SULTAN MAHMUD BADARUDDIN II PALEMBANG, Proyek Akhir Program Diploma Tiga, Politeknik Penerbangan Palembang.

Memperbanyak atau menerbitkan sebagian atau seluruh Proyek Akhir haruslah seizin Ketua Program Studi Penyelataman dan Pemadam Kebakaran Penerbangan, Politeknik Penerbangan Palembang.

Dipersembahkan kepada
Ibunda Anjarwati dan Almarhum Ayahanda Catur Susanto SE

KATA PENGANTAR

Dengan segala kerendahan hati dan penuh puji syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa Allah SWT, yang tiada henti melimpahkan Rahmat-Nya dan Karunia-Nya. Berkat petunjuk dan kekuatan-Nya, penulis mampu menyelesaikan laporan ini dengan keberhasilan yang sesuai dengan batas waktu yang telah ditentukan, dan diselesaikan dengan baik.

Laporan Proyek Akhir merupakan dilakukan sebagai salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan Program Studi Diploma III Penyelamatan dan Pemadam Kebakaran Penerbangan di Politeknik Penerbangan Palembang.

Laporan Proyek Akhir ini membahas mengenai **MITIGASI RISIKO CEDERA PADA SAAT PELAKSANAAN KEBUGARAN JASMANI PERSONEL PKP-PK DI BANDARA SULTAN MAHMUD BADARUDDIN II PALEMBANG**. Melalui penelitian ini, penulis berupaya mengidentifikasi kondisi situasi lapangan guna meningkatkan kesadaran personel bahaya terhadap resiko cedera.

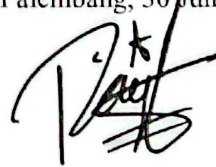
Selama pembuatan laporan ini tentunya tidak selalu berjalan lancar, terdapat banyak halangan selama pembuatannya. Namun dengan adanya bantuan dari berbagai pihak membuat Laporan Proyek Akhir ini dapat diselesaikan, untuk itu saya sebagai penulis mengucapkan terima kasih banyak kepada:

1. Tuhan Yang Maha Esa Allah SWT yang telah memberikan limpahan anugerah dan lindungan pada hamba-Nya.
2. Kedua Orang Tua ayahanda penulis alm. Catur Susanto SE dan ibunda Anjarwati yang telah memberikan bantuan dan dukungan kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan Laporan Proyek Akhir ini.
3. Bapak Dr. Capt. Ahmad Hariri, S.T., S.Si.T., M.Si selaku Direktur Politeknik Penerbangan Palembang.
4. Bapak Wildan Nugraha, S.E., MS.ASM., selaku Ketua Program Studi Penyelamatan dan Pemadam Kebakaran Penerbangan (PPKP)
5. Dosen Pembimbing I selama masa pengerjaan Proyek Akhir, Bapak Sutiyo, S.Sos., M.Si..

6. Dosen Pembimbing II selama masa pengerjaan Proyek Akhir, Bapak Noor Sulistiyono, S.SiT., M.M., M.Mar E.
7. Bapak Reza Andriansyah, R. M. Yusuf, dan Ridho Kurniawan selaku *ARFF Operation Chief* di Bandar Udara Internasional Sultan Mahmud Badaruddin II Palembang.
8. Seluruh rekan-rekan Mahasiswa PPKP 04 Politeknik Penerbangan Palembang dan Personel *ARFF Department* Bandar Udara Internasional Sultan Mahmud Badaruddin II Palembang.
9. Saudara saya Rasyifatus Shadi SE yang selalu memberi dukungan dan semangat kepada saya

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa dalam laporan ini masih jauh dari sempurna. Oleh karena itu, dengan segala kerendahan hati penulis menerima kritik dan saran yang positif sehingga dapat melengkapi dan menyempurnakan laporan ini. Semoga laporan ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan pembaca pada umumnya.

Palembang, 30 Juni 2026



Rayyan Saka Sajidan
NIT.55232310019

DAFTAR ISI

ABSTRAK.....	iii
ABSTRACT	iv
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING	v
PENGESAHAN PENGUJI	vi
PEDOMAN PENGGUNAAN PROYEK AKHIR	viii
KATA PENGANTAR	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Batasan Masalah	4
D. Tujuan Penelitian	4
E. Manfaat Penelitian	5
F. Sistematika Penulisan	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Teori Penunjang	7
1. Bandar Udara	7
2. Personel PKP-PK	8
3. Kebugaran Jasmani	9
4. Cedera Latihan	11
5. <i>Hazard Identification Risk Assessment and Risk Control</i>	14
B. Kajian Penelitian Terdahulu yang Relevan	18
BAB III METODE PENELITIAN	21

A. Desain Penelitian.....	21
B. Subjek dan Objek Penelitian.....	22
1. Subjek Penelitian	22
2. Objek Penelitian.....	23
C. Teknik Pengumpulan Data.....	23
1. Observasi	23
2. Wawancara.....	24
3. Dokumentasi	25
4. Studi Literatur	26
D. Tempat dan Waktu Penelitian	26
1. Tempat Penelitian	26
2. Waktu Penelitian.....	26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	28
A. Hasil	28
1. Hasil Observasi.....	28
2. Hasil wawancara.....	33
3. <i>Hazard Identification Risk Assesment Risk Control</i>	35
B. Pembahasan.....	43
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	46
A. Kesimpulan.....	46
B. Saran	47
DAFTAR PUSTAKA	48
LAMPIRAN	52

DAFTAR TABEL

Table II. 1 Nilai <i>Probability</i>	15
Table II. 2 Tingkat Keparahan Kejadian (<i>Severity</i>)	15
Table II. 3 <i>Risk Matrix</i>	17
Table II. 4 Matriks Toleransi Risiko	17
Table III. 1 Informan Penelitian.....	23
Table III. 2 Observasi Berdasarkan KP 622 Tahun 2015	24
Table III. 3 Pedoman Wawancara.....	25
Table III. 4 Waktu Penelitian.....	27
Tabel VI. 1 Observasi Berdasarkan KP 622 Tahun 2015	31
Tabel VI. 2 Tabel Hasil Wawancara	33
Tabel VI. 3 <i>Hazard Identification</i>	36
Tabel VI. 4 <i>Risk Assessment</i>	37
Tabel VI. 5 <i>Risk Control</i>	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar II. 1 Personel PKP-PK	9
Gambar II. 2 Pelaksanaan Kebugaran Jasmani.....	11
Gambar III. 1 Tahapan Penelitian	21
Gambar III. 2 <i>Fire Station</i> SMB II PLM	26
Gambar VI. 1 Pelaksanaan Kebugaran Jasmani	28

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut Undang-Undang Nomor 1 Tahun 2009 tentang Penerbangan, penerbangan merupakan satu kesatuan sistem yang meliputi pemanfaatan wilayah udara, pesawat udara, bandar udara, angkutan udara, navigasi penerbangan, keselamatan dan keamanan, lingkungan hidup, serta fasilitas penunjang lainnya. Ketentuan tersebut menunjukkan bahwa keselamatan penerbangan merupakan prinsip fundamental yang harus menjadi prioritas dalam setiap penyelenggaraan kegiatan penerbangan. Oleh karena itu, seluruh pemangku kepentingan (*stakeholder*) memiliki tanggung jawab untuk menjamin terselenggaranya operasional penerbangan yang aman, tertib, nyaman, dan efisien sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan yang berlaku (Utara, 2024).

Sebagai bagian dari sistem penerbangan nasional, setiap bandar udara wajib memenuhi standar keselamatan dan keamanan penerbangan melalui penyediaan berbagai fasilitas keselamatan. Salah satu fasilitas yang wajib tersedia adalah layanan Pertolongan Kecelakaan Penerbangan dan Pemadam Kebakaran (PKP-PK). Ketentuan tersebut diatur dalam Peraturan Direktorat Jenderal Perhubungan Udara Nomor PR 30 Tahun 2022 yang menetapkan bahwa penyelenggaraan pelayanan PKP-PK harus disesuaikan dengan kategori masing-masing bandar udara berdasarkan karakteristik operasionalnya. PKP-PK merupakan unit yang bertanggung jawab menyelenggarakan pelayanan penyelamatan dan penanggulangan keadaan darurat akibat kecelakaan pesawat udara maupun kebakaran guna melindungi jiwa manusia, aset, dan kelangsungan operasional bandar udara. Pelayanan tersebut dilaksanakan di kawasan bandar udara beserta area sekitarnya dengan cakupan operasional hingga radius 5 mil (± 8 km) dari titik referensi bandar udara (Putra, 2023).

Besarnya tanggung jawab PKP-PK dalam mendukung keselamatan penerbangan menuntut setiap personelnnya memiliki kesiapsiagaan operasional

yang tinggi. Selain dituntut mampu merespons keadaan darurat secara cepat dan tepat, personel PKP-PK juga wajib menerapkan prinsip keselamatan dan kesehatan kerja (K3) dalam setiap aktivitas yang dilaksanakan (Leony Serbinakrist Br. Sinuraya, 2025). Penerapan K3 menjadi aspek penting karena setiap kegiatan kerja memiliki potensi bahaya yang dapat menyebabkan kecelakaan maupun cedera apabila tidak dikendalikan secara sistematis.

Salah satu upaya untuk mempertahankan kesiapan operasional personel PKP-PK adalah melalui pelaksanaan program kebugaran jasmani secara rutin. Kebugaran jasmani menjadi faktor penting dalam menunjang kemampuan fisik, daya tahan, kekuatan, kecepatan, serta performa kerja personel dalam melaksanakan tugas penyelamatan dan pemadaman kebakaran (Afgani, 2024). Mengingat karakteristik pekerjaan PKP-PK yang menuntut kesiapsiagaan tinggi, program kebugaran jasmani merupakan bagian yang tidak terpisahkan dari pembinaan personel (Illahi et al., 2024). Namun demikian, kegiatan tersebut juga memiliki potensi bahaya yang dapat menimbulkan risiko cedera apabila tidak dilaksanakan sesuai prosedur keselamatan.

Risiko cedera dalam kegiatan kebugaran jasmani dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain pemanasan yang kurang optimal, teknik latihan yang tidak sesuai, kelelahan akibat beban kerja sebelumnya, kondisi lapangan, maupun kurangnya pengawasan selama pelaksanaan latihan (Makassar, 2025). Cedera yang dialami personel tidak hanya berdampak pada kondisi individu, tetapi juga berpotensi menurunkan kesiapan operasional unit PKP-PK dalam memberikan pelayanan penyelamatan dan penanggulangan keadaan darurat yang membutuhkan respons cepat dan efektif.

Berdasarkan hasil observasi yang dilakukan selama pelaksanaan *On the Job Training* pada periode Oktober 2025 hingga Februari 2026 di Unit PKP-PK Bandar Udara Sultan Mahmud Badaruddin II Palembang, ditemukan beberapa kejadian yang menunjukkan adanya potensi bahaya pada pelaksanaan program kebugaran jasmani personel. Selama periode tersebut tercatat tiga kejadian cedera, yaitu dua personel mengalami cedera pergelangan kaki (keseleo) saat

latihan fisik dan satu personel mengalami kelelahan akibat masih terbebani aktivitas kerja sebelumnya. Hasil observasi menunjukkan bahwa potensi bahaya muncul pada tiga tahapan kegiatan, yaitu tahap persiapan, tahap pelaksanaan, dan tahap penyelesaian. Pada tahap persiapan ditemukan potensi bahaya berupa pemanasan yang tidak optimal, kelelahan akibat beban kerja sebelumnya, dan kondisi fisik personel yang belum siap. Pada tahap pelaksanaan, potensi bahaya berasal dari intensitas latihan yang tinggi, teknik gerakan yang kurang tepat, serta kondisi lapangan yang berpotensi menyebabkan cedera otot, cedera sendi, dehidrasi, maupun kelelahan (Souisa et al., 2025). Sementara itu, pada tahap penyelesaian masih ditemukan potensi bahaya berupa penghentian aktivitas secara mendadak atau pendinginan yang tidak optimal sehingga berisiko menimbulkan kram otot maupun pusing.

Temuan tersebut menunjukkan bahwa pelaksanaan program kebugaran jasmani personel PKP-PK masih memiliki potensi risiko cedera yang memerlukan pengendalian secara sistematis. Meskipun berbagai regulasi telah mengatur pentingnya keselamatan kerja di lingkungan bandar udara, penerapan metode Hazard Identification, Risk Assessment, and Risk Control (HIRARC) yang mengacu pada panduan ICAO dalam kegiatan kebugaran jasmani personel PKP-PK belum dilaksanakan secara optimal. Selain itu, penelitian yang mengkaji integrasi metode HIRARC dengan sistem Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) pada kegiatan kebugaran jasmani personel PKP-PK masih relatif terbatas, sehingga diperlukan penelitian lebih lanjut untuk mengisi kesenjangan tersebut.

Berdasarkan uraian tersebut, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan metode Hazard Identification, Risk Assessment, and Risk Control (HIRARC) yang mengacu pada panduan ICAO serta prinsip Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) dalam mengidentifikasi bahaya, menilai tingkat risiko, dan merumuskan strategi pengendalian risiko cedera pada kegiatan kebugaran jasmani personel PKP-PK. Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan rekomendasi yang mendukung peningkatan keselamatan pelaksanaan program

kebugaran jasmani sekaligus menjaga kesiapan operasional personel PKP-PK di lingkungan bandar udara.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, terdapat potensi bahaya yang akan menyebabkan kecelakaan kerja pada personel PKP-PK maka dirumuskan masalah penelitian ini yaitu :

1. Bagaimana proses identifikasi bahaya dengan metode HIRARC pada saat pelaksanaan keugaran jasmani personel PKP-PK?
2. Bagaimana penerapan K3 dalam memberikan mitigasi risiko pada pelaksanaan kebugaran jasmani personel PKP-PK dengan metode HIRARC?

C. Batasan Masalah

Agar pembahasan lebih terarah, penelitian ini hanya mengkaji aspek identifikasi bahaya, penentuan tingkat risiko, dan penerapan strategi mitigasi risiko cedera yang berkaitan dengan aktivitas kebugaran jasmani personel PKP-PK di Bandar Udara Sultan Mahmud Badaruddin II Palembang.

D. Tujuan Penelitian

1. mengindetifikasi potensi bahaya (*hazard*) yang dapat menyebabkan risiko cedera pada saat pelaksanaan kebugaran jasmani personel PKP-PK melalui penerapan metode *Hazard Identification, Risk Assesment, and Risk Control* (HIRARC), serta
2. Penelitian ini juga mengkaji penerapan K3 dalam mengurangi risiko cedera melalui identifikasi dan pengendalian risiko yang sesuai dengan potensi bahaya yang ditemukan. Dengan adanya penelitian ini, diharapkan dapat diperoleh informasi yang komprehensif mengenai risiko dalam kegiatan kebugaran jasmani serta rekomendasi mitigasi yang dapat mendukung peningkatan keselamatan, kesehatan kerja, dan kesiapan operasional personel PKP-PK secara berkelanjutan.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya pada bidang keselamatan dan kesehatan kerja (K3) serta manajemen keselamatan penerbangan, terutama yang berkaitan dengan analisis risiko cedera pada kegiatan kebugaran jasmani personel PKP-PK. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya yang mengkaji penerapan metode identifikasi bahaya dan penilaian risiko dalam lingkungan kerja operasional.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan rekomendasi bagi pengelola bandar udara, khususnya unit PKP-PK, dalam meningkatkan pengelolaan risiko cedera pada pelaksanaan program kebugaran jasmani personel. Hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar untuk menyempurnakan prosedur kerja, mengembangkan program latihan fisik yang lebih aman, serta meningkatkan penerapan sistem keselamatan dan kesehatan kerja (K3). Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran keselamatan (*safety awareness*) personel sehingga mampu meminimalkan risiko kecelakaan kerja serta mendukung peningkatan kinerja dan kesiapsiagaan operasional personel PKP-PK.

F. Sistematika Penulisan

Penyusunan sistematika penulisan penelitian ini dilakukan secara berurutan dan terorganisasi guna memberikan kemudahan dalam memahami pokok permasalahan serta pembahasan yang disajikan. Adapun rincian sistematika penulisan penelitian ini adalah sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN

Bab ini berisi uraian mengenai latar belakang penelitian, rumusan masalah, batasan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, serta sistematika

penulisan yang digunakan dalam penyusunan proyek akhir.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Bab ini memuat landasan teori yang digunakan sebagai dasar dalam penelitian serta kajian terhadap penelitian terdahulu yang memiliki keterkaitan dengan topik penelitian.

BAB III METODE PENELITIAN

Pada bab metode penelitian, penulis menguraikan pendekatan penelitian yang diterapkan dalam penyusunan Proyek Akhir. Uraian tersebut mencakup subjek dan objek penelitian, teknik pengumpulan data, lokasi dan waktu penelitian, instrumen penelitian, serta metode yang digunakan dalam menganalisis data penelitian.

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

Bab ini berisi penyajian hasil penelitian dan pembahasannya yang disusun berdasarkan temuan di lapangan serta dianalisis sesuai dengan tujuan dan rumusan masalah yang telah ditetapkan dalam penelitian.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

Bab ini berisi kesimpulan yang merupakan jawaban atas rumusan masalah penelitian serta saran yang disusun berdasarkan hasil analisis dan temuan penelitian sebagai bahan pertimbangan bagi pihak terkait.