



# *E-Book*

# **PEKERJA MIGRAN INDONESIA**

## **Aman, Legal, dan Bermartabat**



**DINAS KETENAGAKERJAAN DAN ENERGI  
SUMBER DAYA MINERAL PROVINSI BALI**

# **Salam Hangat dari Kepala Dinas Ketenagakerjaan dan Energi Sumber Daya Mineral Provinsi Bali**

E-book ini hadir sebagai panduan praktis bagi Calon Pekerja Migran Indonesia agar memiliki pengetahuan yang memadai sebelum bekerja di luar negeri. Melalui informasi yang ringkas dan jelas, CPMI/PMI diharapkan memahami prosedur penempatan yang benar, hak dan kewajiban sebagai pekerja, serta pentingnya perlindungan hukum, keselamatan dan kesehatan kerja (K3), serta jaminan sosial.

Kami berharap E-book ini dapat menjadi bekal berharga bagi siapa saja yang akan bekerja di luar negeri, sehingga dapat bekerja dengan aman, melalui jalur yang legal, dan senantiasa menjaga martabat sebagai duta bangsa.

Akhir kata, kami mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah mendukung penyusunan E-book ini. Semoga bermanfaat dan membawa kebaikan bagi seluruh Calon Pekerja Migran Indonesia/Pekerja Migran Indonesia.

**Kepala Dinas Ketenagakerjaan dan  
ESDM Provinsi Bali  
Ir. Ida Bagus Setiawan, S.T., M.SI**

 [disnakeresdm@baliprov.go.id](mailto:disnakeresdm@baliprov.go.id)

 [disnakeresdm](https://www.instagram.com/disnakeresdm)



# Daftar Isi

|   |    |
|---|----|
| Dasar Hukum Penempatan PMI  | 1  |
| Siapa Pekerja Migran Indonesia  | 2  |
| Syarat dan Dokumen yang Wajib Dimiliki untuk Bekerja ke Luar Negeri       | 3  |
| Memiliki Akun Siap Kerja  | 5  |
| Tips Aman Bekerja Keluar Negeri   | 7  |
| Daftar Nama Perusahaan P3MI   | 8  |
| Hak dan Kewajiban Pekerja Migran Indonesia                                | 9  |
| Perlindungan Pekerja Migran Indonesia Sebelum, Selama dan Sesudah Bekerja | 11 |
| Jaminan Sosial Pekerja Migran Indonesia                                   | 14 |
| Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3) Pekerja Migran Indonesia             | 30 |
| Kontak Penting untuk Pekerja Migran Indonesia                             |    |



# DASAR HUKUM PENEMPATAN PMI

- 1 Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 18 Tahun 2017 Tentang Pelindungan Pekerja Migran Indonesia
- 2 UU Nomor 6 Tahun 2023 Tentang Penetapan Peraturan Pemerintah Pengganti Undang-Undang Nomor 2 Tahun 2022 Tentang Cipta Kerja Menjadi Undang-Undang
- 3 PP Nomor 59 Tahun 2021 Tentang Pelaksanaan Perlindungan Pekerja Migran Indonesia
- 4 Permenaker Nomor 9 Tahun 2019 Tentang Tata Cara Penempatan Pekerja Migran Indonesia
- 5 Peraturan Menteri Ketenagakerjaan Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2023 Tentang Jaminan Sosial Pekerja Migran Indonesia
- 6 Peraturan Menteri Perlindungan Pekerja Migran Indonesia/Badan Perlindungan Pekerja Migran Indoensia Nomor 1 Tahun 2025, Tentang tata Cara Pemberian Izin Perusahaan Penempatan Pekerja Migran Indonesia
- 7 Peraturan Daerah Provinsi Bali Nomor 10 Tahun 2019 Tentang Penyelenggaraan Ketenagakerjaan
- 8 Peraturan Gubenur Bali Nomor 12 Tahun 2021 Tentang Sistem Perlindungan Pekerja Migran Indonesia Krama Bali

# A. SIAPA PEKERJA MIGRAN INDONESIA ?



## Pekerja Migran Indonesia meliputi :



Pekerja Migran Indonesia yang bekerja pada Pemberi Kerja berbadan hukum.



Pekerja Migran Indonesia yang bekerja pada Pemberi Kerja perseorangan atau rumah tangga.



Pelaut awak kapal dan pelaut perikanan.

## Tidak termasuk sebagai Pekerja Migran Indonesia yaitu :

- 1 Warga negara Indonesia yang dikirim atau dipekerjakan oleh badan internasional atau oleh negara di luar wilayahnya untuk menjalankan tugas resmi.
- 2 Pelajar dan peserta pelatihan di luar negeri
- 3 Warga negara Indonesia pengungsi atau pencari suaka
- 4 Penanam Modal
- 5 Aparatur sipil negara atau pegawai setempat yang bekerja di Perwakilan Republik Indonesia.
- 6 Warga negara Indonesia yang bekerja pada institusi yang dibiayai oleh anggaran pendapatan dan belanja negara
- 7 Warga negara Indonesia yang mempunyai usaha mandiri di luar negeri.

## B. SYARAT DAN DOKUMEN YANG WAJIB DIMILIKI BEKERJA KELUAR NEGERI

### Persyaratan pekerja migran indonesia



## Dokumen yang disiapkan Calon Pekerja Migran Indonesia :



1

Surat keterangan status perkawinan, bagi yang telah menikah melampirkan fotokopi buku nikah.



2

Surat keterangan izin suami atau istri, izin orang tua, atau izin wali yang diketahui oleh kepala desa atau lurah



3

Sertifikat kompetensi kerja



4

Surat keterangan sehat berdasarkan hasil pemeriksaan kesehatan dan psikologi



5

Paspor yang diterbitkan oleh kantor imigrasi setempat



6

Visa Kerja



7

Surat Perjanjian Kerja



8

Perjanjian Penempatan Pekerja Migran Indonesia

# SEBELUM BEKERJA KE LUAR NEGRI

## PASTIKAN KAMU MEMILIKI AKUN



&



### Cara Daftar Akun SIAPkerja

1. Akses [www.kemnaker.go.id](http://www.kemnaker.go.id)
2. Klik menu "Daftar" pada bagian kanan atas halaman
3. Jika belum memiliki akun, klik "Daftar Sekarang"
4. Masukkan data Nomor Induk Kependudukan (No. KTP), nama lengkap, dan nama ibu kandung
5. Klik "Berikutnya"
6. Isi data e-mail, nomor handphone, dan password sesuai ketentuan
7. Klik "Daftar Sekarang"
  - Masukan kode aktivasi yang dikirimkan ke e-mail
8. atau nomor handphone untuk mengaktifasi
9. Akun SIAPkerja sudah aktif, berikutnya lengkapi profil yang diminta untuk bisa mengakses berbagai layanan SIAPkerja





JENDELA  
Pekerja Migran Indonesia

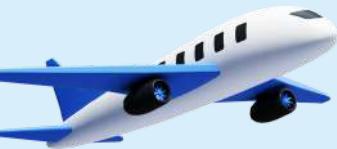
Dapatkan informasi bekerja ke luar negeri dan yang terkait dengan Pekerja Migran Indonesia melalui websait  
**[“http://siskop2mi.bp2mi.go.id”](http://siskop2mi.bp2mi.go.id)**



**SAFE TRAVEL** dibuat dan dikembangkan oleh Kementerian Luar Negeri RI sebagai sumber informasi bagi anda yang berpergian ke luar negeri

**Dapat di unduh di :**





# TIPS AMAN BEKERJA KE LUAR NEGERI

- 1 Waspadai/hindari calo/sponsor yang menawarkan cara yang tidak sesuai dengan prosedur resmi
- 2 Jangan sekali-kali memalsukan dokumen
- 3 Fotokopi semua dokumen dan simpan satu berkas untuk diri sendiri dan satu berkas untuk keluarga yang ditinggalkan
- 4 Catat dan selalu bawa alamat dan nomor telepon perwakilan Republik Indonesia
- 5 Jangan melakukan tindakan melanggar hukum, berlakulah sesuai aturan hukum dan budaya negara setempat
- 6 Jangan berbuat nekat dan di luar kontrol apalagi kabur dari tempat kerja
- 7 Jika terjadi sesuatu yang tidak sesuai dengan yang seharusnya, laporlah ke agen atau perwakilan RI
- 8 Saat pulang bawalah barang yang tidak dilarang dan jangan terima titipan/paket dalam bentuk apapun/dari siapapun jika tidak mengetahui isinya

# DAFTAR PERUSAHAAN PENEMPATAN PEKERJA MIGRAN INDONESIA (P3MI) PUSAT/CABANG DI PROVINSI BALI.

Klik Link dibawah ini



<https://balikom.info/P3MIProvinsiBali>

# **HAK HAK**

## **KEWAJIBAN PEKERJA MIGRAN INDONESIA**

**Setiap Calon Pekerja Migran Indonesia atau Pekerja Migran Indonesia memiliki hak :**

- 1** Mendapatkan pekerjaan di luar negeri dan memilih pekerjaan sesuai dengan kompetensinya
- 2** Memperoleh akses peningkatan kapasitas diri melalui pendidikan dan pelatihan kerja
- 3** Memperoleh informasi yang benar mengenai pasar kerja, tata cara penempatan, dan kondisi kerja di luar negeri
- 4** Memperoleh pelayanan yang profesional dan manusiawi serta perlakuan tanpa diskriminasi pada saat sebelum bekerja, selama bekerja, dan setelah bekerja
- 5** Menjalankan ibadah sesuai dengan agama dan keyakinan yang dianut
- 6** Memperoleh upah sesuai dengan standar upah yang berlaku di negara tujuan penempatan dan/atau kesepakatan kedua negara dan/atau Perjanjian Kerja
- 7** Memperoleh pelindungan dan bantuan hukum atas tindakan yang dapat merendahkan harkat dan martabat sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan di Indonesia dan di negara tujuan penempatan



- 8 Memperoleh penjelasan mengenai hak dan kewajiban sebagaimana tertuang dalam Perjanjian Kerja**
- 9 Memperoleh akses berkomunikasi**
- 10 Menguasai dokumen perjalanan selama bekerja**
- 11 Berserikat dan berkumpul di negara tujuan penempatan sesuai dengan ketentuan peraturan perundang-undangan yang berlaku di negara tujuan penempatan**
- 12 Memperoleh jaminan pelindungan keselamatan dan keamanan kepulangan Pekerja Migran Indonesia ke daerah asal**
- 13 Memperoleh dokumen dan Perjanjian Kerja Calon Pekerja Migran Indonesia dan/atau Pekerja Migran Indonesia**

# KEWAJIBAN PEKERJA MIGRAN INDONESIA

Setiap Pekerja Migran Indonesia memiliki kewajiban :



Menaati peraturan perundang-undangan, baik di dalam negeri maupun di negara tujuan penempatan



Menghormati adat-istiadat atau kebiasaan yang berlaku di negara tujuan penempatan



Menaati dan melaksanakan pekerjaannya sesuai dengan Perjanjian Kerja



Melaporkan kedatangan, keberadaan, dan kepulangan Pekerja Migran Indonesia kepada Perwakilan Republik Indonesia di negara tujuan penempatan



# PERLINDUNGAN PEKERJA MIGRAN INDONESIA SEBELUM BERANGKAT

## 1. perlindungan Administratif :

a. Meliputi kelengkapan dan keabsahan dokumen penempatan.

b. Penetapan kondisi dan syarat kerja.

## 2. Perlindungan teknis :

a. Pemberian sosialisasi dan desiminasi informasi.

b. Peningkatan kualitas CPMI melalui pendidikan dan pelatihan kerja.

c. Jaminan sosial.

d. Fasilitas pemenuhan hak CPMI.

e. Penguatan peran pegawai fungsional pengantar kerja

f. Pelayanan penempatan di LTSA.





## PERLINDUNGAN PEKERJA MIGRAN INDONESIA SELAMA BEKERJA

- a. Pendaftaran di Dinas Ketenagakerjaan
- b. Monitoring dan evaluasi terhadap pemberi kerja, pekerjaan, dan kondisi kerja
- c. Fasilitasi pemenuhan hak Pekerja Migran Indonesia
- d. Fasilitasi penyelesaian kasus ketenagakerjaan
- e. Pemberian layanan jasa kekonsuleran
- f. Pendampingan, mediasi, advokasi, dan pemberian bantuan hukum
- g. Pembinaan Pekerja Migran Indonesia
- h. Fasilitasi repatriasi atau bantuan pemulangan yang terjadi peperangan, bencana alam, wabah penyakit, deportasi, dan PMI yang mengalami masalah



## PERLINDUNGAN PEKERJA MIGRAN INDONESIA SETELAH BEKERJA

- 1 Fasilitasi kepulangan sampai daerah asal
- 2 Penyelesaian hak PMI yang belum terpenuhi
- 3 Fasilitasi pengurusan PMI yang sakit dan meninggal dunia
- 4 Rehabilitasi dan reintegrasi sosial
- 5 Pemberdayaan Pekerja Migran Indonesia dan keluarganya

# PERLINDUNGAN PEKERJA MIGRAN INDONESIA SEMAKIN DITINGKATKAN

## 3 PROGRAM PELINDUNGAN PEKERJA MIGRAN INDONESIA

**JKK**

Jaminan  
Kecelakaan  
Kerja

**JKM**

Jaminan  
Kematian

**JHT**

Jaminan Hari  
Tua

Pelajari lebih lengkap  
Manfaat Jamsos PMI



<https://qr.me-qr.com/I2XK1ivD>



# MANFAAT SEBELUM KEBERANGKATAN

## Manfaat yang diberikan akibat resiko kecelakaan kerja



Pelayanan Kesehatan sesuai kebutuhan medis karena kecelakaan kerja



Home Care Paling Lama **1 Tahun**  
Maks. **Rp 20 juta**



Pendampingan dan Pelatihan Vokasional bagi CPMI/PMI yang mengalami Cacat Sebagian Anatomis dan/atau Cacat Sebagian Fungsi akibat kecelakaan kerja



Transportasi darat, sungai, danau maks **Rp. 5 Juta**



Transportasi Laut maks **Rp. 2 Juta**



Transportasi Udara Maks **Rp. 10 Juta**



# MANFAAT SEBELUM KEBERANGKATAN

## Manfaat yang diberikan akibat resiko kecelakaan kerja



Gigi Tiruan  
Maks **Rp. 5 juta**



Santunan Cacat  
Maks **Rp 100 juta**



Penggantian  
Kacamata  
Maks **Rp. 1 juta**



Santunan Berkala  
Cacat Total Tetap  
Maks **Rp 12 juta**



Penggantian Alat  
Bantu Dengar Maks  
**Rp. 2,5 juta**



Orthose / Prothese  
14% dari tarif pusat  
rehabilitasi RS pemerintah



Santunan Kematian  
Akibat Kecelakaan Kerja  
**Rp 85 juta**



## MANFAAT SEBELUM KEBERANGKATAN

### Jaminan Kecelakaan Kerja (JKK) Beasiswa Anak

TK/Sederajat

**Rp 1,5 juta  
maks 2 tahun**

SD / Sederajat

**Rp 1,5 juta  
maks 6 tahun**

SMP / sederajat

**Rp 2 juta  
maks 3 tahun**

SMA / sederajat

**Rp 3 juta  
maks 3 tahun**

Perguruan Tinggi / Pelatihan

**Rp. 12 juta  
maks 4 tahun**

 Nominal tersebut berlaku untuk tiap anak/tahun,  
maksimal 2 orang anak.

PMI meninggal dunia dan cacat total tetap karena  
kecelakaan kerja

## MANFAAT SEBELUM KEBERANGKATAN

### Jaminan Kematian (JKM)

Santunan Kematian sebelum keberangkatan

**Rp 42 Juta**

Resiko Gagal Berangkat

**Rp 10 Juta**

Bantuan Bagi PMI yang Mengalami Pemerkosaan

**Rp 50 Juta**



# MANFAAT SELAMA DI NEGARA PENEMPATAN

## Manfaat yang diberikan akibat resiko kecelakaan kerja



Pelayanan Kesehatan sesuai kebutuhan medis karena kecelakaan kerja



Home Care Paling Lama **1 Tahun**  
Maks. **Rp 20 juta**



Pendampingan dan Pelatihan Vokasional bagi CPMI/PMI yang mengalami Cacat Sebagian Anatomis dan/atau Cacat Sebagian Fungsi akibat kecelakaan kerja



Transportasi darat, sungai, danau maks **Rp. 5 Juta**



Transportasi Laut maks **Rp. 2 Juta**



Transportasi Udara Maks **Rp. 10 Juta**



# MANFAAT SELAMA DI NEGARA PENEMPATAN

## Manfaat yang diberikan akibat resiko kecelakaan kerja



Gigi Tiruan  
Maks **Rp. 5 juta**



Santunan Cacat  
Maks **Rp 100 juta**



Penggantian  
Kacamata  
Maks **Rp. 1 juta**



Santunan Berkala  
Cacat Total Tetap  
Maks **Rp 12 juta**



Penggantian Alat  
Bantu Dengar Maks  
**Rp. 2,5 juta**



Orthose / Prothese  
14% dari tarif pusat  
rehabilitasi RS pemerintah



Santunan Kematian  
Akibat Kecelakaan Kerja  
**Rp 85 juta**



## MANFAAT SELAMA DI NEGARA PENEMPATAN

### Jaminan Kematian (JKM)

Santunan Kematian sebelum  
keberangkatan

**Rp 42 Juta**

Resiko Gagal Berangkat

**Rp 10 Juta**

Bantuan Bagi PMI yang Mengalami  
Pemerkosaan

**Rp 50 Juta**



# MANFAAT SELAMA DI NEGARA PENEMPATAN

Manfaat yang diberikan akibat resiko kecelakaan kerja

- Pemulangan akibat kecelakaan kerja penggantian tiket pesawat maks Rp 15 juta
- Bantuan PHK akibat kecelakaan kerja
  - Masa kerja sd 6 bulan = Rp 2 juta
  - Masa kerja sd 6 bulan sd 12 bulan = Rp 3 juta
  - Masa kerja sd 12 bulan sd 1 bulan sebelum perjanjian kerja berakhir = Rp 5 juta
- Pendampingan dan pelatihan Vokasional
  - Bagi CPMI /PMI yang mengalami cacat sebagaimana Anatomis dan/atau cacat sebagian fungsi akibat kecelakaan kerja.
- Santunan Kematian akibat Kecelakaan Kerja Rp 85 juta



# MANFAAT SELAMA DI NEGARA PENEMPATAN

## Jaminan Kecelakaan Kerja (JKK) Beasiswa Anak

TK/Sederajat

**Rp 1,5 juta  
maks 2 tahun**

SD / Sederajat

**Rp 1,5 juta  
maks 6 tahun**

SMP / sederajat

**Rp 2 juta  
maks 3 tahun**

SMA / sederajat

**Rp 3 juta  
maks 3 tahun**

Perguruan Tinggi / Pelatihan

**Rp. 12 juta  
maks 4 tahun**

 Nominal tersebut berlaku untuk tiap anak/tahun,  
maksimal 2 orang anak.

PMI meninggal dunia dan cacat total tetap karena  
kecelakaan kerja

# MANFAAT SELAMA DI NEGARA PENEMPATAN

## Jaminan Kematian (JKM)

Santunan kematian, santunan berkala, dan biaya pemakaman **Rp 85 juta**

Beasiswa anak TK sd Perguruan Tinggi

Risiko gagal ditempatkan **Rp 25 juta**  
Penggantian Biaya Transportasi Maks. **Rp 15 juta**

Bantuan Bagi PMI yang Ditempatkan Tidak Sesuai  
Perjanjian Kerja **Rp 25 juta**  
Penggantian Biaya Transportasi Maks. **Rp 15 juta**

Bantuan PHK Sepihak **Rp 1,5 juta**

Pemulangan PMI Bermasalah penggantian tiket pesawat maks. **Rp 15 juta**

Bantuan Bagi PMI yang Mengalami Pemerkosaan  
**Rp 50 juta**



# MANFAAT SETELAH KEPULANGAN

## Manfaat yang diberikan akibat resiko kecelakaan kerja



Pelayanan Kesehatan sesuai kebutuhan medis karena kecelakaan kerja



Home Care Paling Lama **1 Tahun**  
Maks. **Rp 20 juta**



Pendampingan dan Pelatihan Vokasional bagi CPMI/PMI yang mengalami Cacat Sebagian Anatomis dan/atau Cacat Sebagian Fungsi akibat kecelakaan kerja



Transportasi darat, sungai, danau maks **Rp. 5 Juta**



Transportasi Laut maks **Rp. 2 Juta**



Transportasi Udara Maks **Rp. 10 Juta**



## MANFAAT SETELAH KEPULANGAN

### Manfaat yang diberikan akibat resiko kecelakaan kerja



Gigi Tiruan  
Maks **Rp. 5 juta**



Santunan Cacat  
Maks **Rp 100 juta**



Penggantian  
Kacamata  
Maks **Rp. 1 juta**



Santunan Berkala  
Cacat Total Tetap  
Maks **Rp 12 juta**



Penggantian Alat  
Bantu Dengar Maks  
**Rp. 2,5 juta**



Orthose / Prothese  
14% dari tarif pusat  
rehabilitasi RS pemerintah



Santunan Kematian  
Akibat Kecelakaan Kerja  
**Rp 85 juta**



# MANFAAT SETELAH KEPULANGAN

## Jaminan Kecelakaan Kerja (JKK)

### Beasiswa Anak

TK/Sederajat

**Rp 1,5 juta**  
maks 2 tahun

SD / Sederajat

**Rp 1,5 juta**  
maks 6 tahun

SMP / sederajat

**Rp 2 juta**  
maks 3 tahun

SMA / sederajat

**Rp 3 juta**  
maks 3 tahun

Perguruan Tinggi / Pelatihan

**Rp. 12 juta**  
maks 4 tahun

Nominal tersebut berlaku untuk tiap anak/tahun,  
maksimal 2 orang anak.

PMI meninggal dunia dan cacat total tetap karena  
kecelakaan kerja



# MANFAAT SETELAH KEPULANGAN

## Jaminan Kematian (JKM)

**Santunan Kematian Setelah Kepulangan Rp 42 juta**

**Kerugian Atas Tindakan pihak lain selama perjalanan pulang maks. Rp 10 juta**

**Bantuan Bagi PMI yang Mengalami Pemeriksaan Rp 50 juta**

**Manfaat Selama Penempatan dan Setelah Kepulangan Jaminan Hari Tua (JHT) Akumulasi seluruh iuran + hasil pengembangan**  
**Eligibilitas manfaat JHT :**

- Memasuki usia pensiun
- Meninggal dunia
- Mengalami cacat total teta

**IURAN SESUAI MASA PERJANJIAN KERJA**

| Iuran     | Masa Perjanjian Kerja            | Eligibilitas          | Iuran   |
|-----------|----------------------------------|-----------------------|---|
| JKK + JKM | Sebelum Bekerja Ke Negara Tujuan |                       | Rp37.500,-  |
| JKK + JKM | Selama & Setelah Bekerja*        |                       | Rp332.500,-/24 bulan<br>Rp189.000,-/12 bulan<br>Rp108.000,-/6 bulan   |
| JKH       |                                  | Jamuan Hari Tua (JHT) | Rp 50.000,-<br>Rp 100.000,-<br>Rp 200.000,-<br>Rp 300.000,-<br>Rp 400.000,-<br>Rp 500.000,-<br>Rp 600.000,- |

\* PMI perseorangan hanya membayar iuran selama dan setelah bekerja.  
\*\* Iuran untuk PMI yang memiliki perjanjian kerja awal melebihi 24, 12 dan 6 bulan.

**BPJS Ketenagakerjaan**

**Iuran Perpanjangan Rp13.500/bulan\*\*\***

\*\*\* PMI perseorangan hanya membayar iuran selama dan setelah bekerja.  
\*\* Iuran untuk PMI yang memiliki perjanjian kerja awal melebihi 24, 12 dan 6 bulan.

## TATA CARA DAFTAR & BAYAR DI DALAM NEGERI



Pendaftaran oleh P3MI\*



Pendaftaran oleh PMI Perseorangan\*\*\*



KANAI PEMBAYARAN



\*Pendaftaran ulang masa pelindungan sebelum bekerja, bagi CPMI yang sudah melebihi 5 bulan

\*\* Pendaftaran dilakukan 1 bulan sebelum keberangkatan

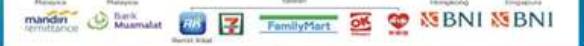
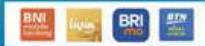
24

## TATA CARA DAFTAR & BAYAR DI LUAR NEGERI



## KANAL PEMBAYARAN

Kanal Elektronik



# TERLINDUNGI DI SETIAP LANGKAH DENGAN K3



**Keselamatan dan Kesehatan Kerja (K3)** adalah segala kegiatan untuk menjamin dan melindungi keselamatan dan kesehatan tenaga kerja melalui upaya pencegahan kecelakaan kerja dan penyakit akibat kerja.

## PENTINGNYA K3

1. Mencegah kecelakaan dalam bekerja
2. Mencegah penyakit yang timbul setelah melakukan pekerjaan.
3. Memberikan kenyamanan dalam bekerja.
4. Melindungi Pekerja Migran Indonesia dari kejadian yang tidak diinginkan dalam pekerjaan.
5. Memahami cara bekerja secara aman.



# JENIS BAHAYA DOMESTIK YANG DAPAT DIHADAPI PMI

## BAHAYA FISIKA

Bekerja pada suhu tinggi atau rendah, pada suara yang bising, getaran, pencahayaan tidak baik, dan sebagainya

## BAHAYA PSIKOSOSIAL

Hubungan dengan majikan yang kurang harmonis, kurang istirahat, pelecehan seksual, perbedaan bahasa dan budaya, dan sebagainya

## BAHAYA ERGONOMIK

Posisi bekerja yang tidak nyaman, terlalu lama berdiri/duduk, mengangkat beban terlalu berat, pekerjaan yang monoton, dan sebagainya

## BAHAYA BIOLOGIS

Penyakit yang disebabkan oleh virus, misalnya HIV/AIDS, influenza, COVID-19. Penyakit yang disebabkan oleh bakteri, misalnya TBC. Penyakit yang disebabkan oleh gigitan binatang dan sebagainya

## BAHAYA KIMIA

Penggunaan bahan-bahan kimia seperti pembersih lantai, pemutih pakalan, sabun, pestisida, dan sebagainya

# **CARA CEGAH KECELAKAAN KERJA & PENYAKIT AKIBAT KERJA**

**Mengenali bahaya-bahaya dari peralatan mesin dan bahan yang digunakan**

**Menerapkan cara bekerja yang aman dan nyaman**

**Menggunakan peralatan dan bahan yang layak/aman**

**Menggunakan alat pelindung diri yang diperlukan sesuai dengan kondisi dan kebutuhan, misalnya menggunakan masker, menggunakan celemek, sarung tangan, alas kaki, dan sebagainya**

**Menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat dengan makan makanan bergizi dan 5 seimbang, aktivitas fisik, istirahat cukup mengendalikan stres, mengonsumsi vitamin bila diperlukan, dan sebagainya**

# RUMAH SAKIT PEMERIKSA CPMI



RS Umum Surya Husadha Nusa Dua



0361-775827



RS Umum Murni Teguh Tuban Bali



0361 2090700



RS Umum Daerah Sanjiwani Gianyar



0361-943049



RS Umum Kertha Usadha



0362-26277



# TERIMA KASIH

**E-MAIL**  pelindunganwni@kemlu.go.id

## MEDIA SOSIAL

 @peduliWNI

 safetravel.kemlu

## HOTLINE

 0812 9007 0027

 Direktorat Pelindungan WNI

kemenp2mii @ditjenpelindungankp2mi\_

 08118080141



**Disnaker Provinsi Bali**  
**Admin : Alit Ningsana**  
**Phone : 081238506254**

