



**DRIVER &
SAFETY
DRIVING**

HUMAN CAPITAL SOLUTION BUSINESS

TUJUAN PELATIHAN

Peserta dapat menjadi Driver professional

Peserta mengetahui Teknik Safety Driving

Peserta memahami 5 Keys Smith System

Peserta dapat berkendara dengan aman





**MENJADI DRIVER
PROFESSIONAL**

Pengertian Driver

A person who drives a motorized vehicle

(Wiktionary - Wiki-based open content dictionary)

Seseorang yang mengendarai kendaraan bermotor

Tujuan Berkendara :

Memungkinkan bagi pengemudi dan penumpang/barang beserta kendaraannya untuk dapat bergerak dari satu tempat ke tempat yang lain dengan Aman, Benar, Efisien serta Bertanggung Jawab



Driver Profesional

Driver dibagi menjadi 2 Jenis :

1. Driver Amatir

2. Driver Professional

- Professional adalah Seseorang yang keahliannya dibeli oleh orang lain
- Contoh jenis Driver Profesional adalah sbb:
 - Pembalap
 - Driver Logistik
 - Driver Penumpang
- Semua Driver Professional peduli dan bertanggung jawab akan keselamatan



Kriteria Driver Profesional

➤ Kriteria Driver profesional adalah harus memiliki :

1. Tanggung Jawab dan Sikap mental yang baik
2. Pengetahuan atas bahaya dan resiko berkendara
3. Kondisi fisik yang prima
4. Kemampuan mengemudi yang terampil
5. Pengetahuan atas peraturan dan keselamatan

Bagi Driver penumpang, maka ditambah dengan:

6. Penampilan yang baik
7. Etika dan Pelayanan yang prima





1. Tanggung Jawab dan Sikap Mental yang baik

Driver Professional bertanggung jawab atas keselamatan kendaraan dan penumpangnya

Mengapa driver ?

Menurut hasil survey, penyebab kecelakaan lalu lintas adalah :

88% faktor Driver

10% faktor kendaraan

2% faktor yang tidak dapat dikendalikan

Fakta di atas menyatakan bahwa penyebab utama kecelakaan adalah faktor manusianya

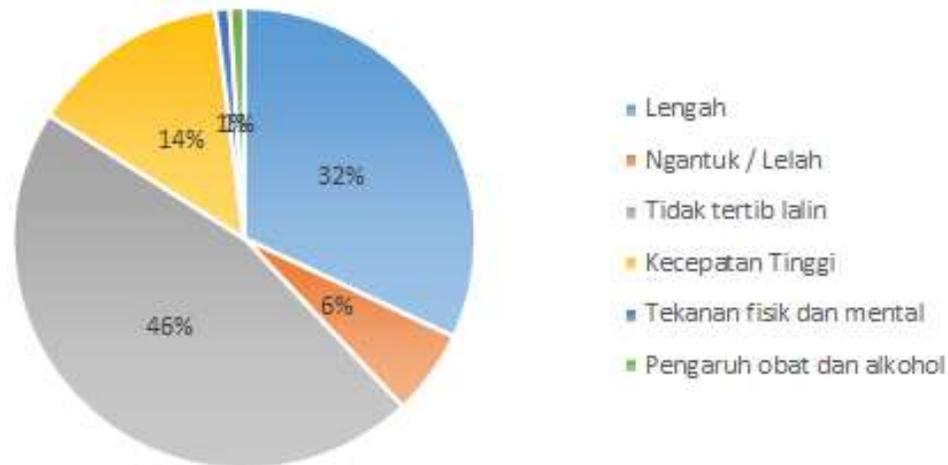
Dari faktor manusia ini dibagi menjadi dua penyebab, yaitu kesehatan fisik yang tidak sempurna (25%) dan terutama **sikap mental** yang tidak baik (75%) dari Driver





Tanggung Jawab dan Sikap Mental yang baik (lanjutan...)

Penyebab Kecelakaan Akibat Faktor Manusia
(Data Korlantas Mabes Polri 2010-2013)



- Driver professional harus memiliki **sikap mental yang baik**
- **Sikap mental** tersebut adalah :
 1. Mengembangkan keterampilan dan pengetahuan untuk keselamatan
 2. Memelihara dan merawat kendaraan
 3. Mematuhi peraturan lalu lintas dan etika mengemudi
 4. Menyadari bahwa mengemudi adalah disiplin dan keperdulian
 5. Awas terhadap situasi dan aksi dari pengemudi lain





2. Pengetahuan atas dan Bahaya dan Resiko berkendara



BAHAYA

&

RESIKO



2.1. Bahaya

Sesuatu yang berpotensi menyebabkan resiko.

Yaitu : Benda, Kondisi lingkungan dan Fisik kita
(sakit, lapar, kenyang, marah, sedih, capek)

2.2. Resiko

Konsekuensi / akibat dari bahaya.

Yaitu : Kerugian, kehilangan, kerusakan,
bahkan KEMATIAN



Pengetahuan atas dan Bahaya dan Resiko berkendara (lanjutan..)



Bahaya vs Resiko





Pengetahuan atas dan Bahaya dan Resiko berkendara (lanjutan..)

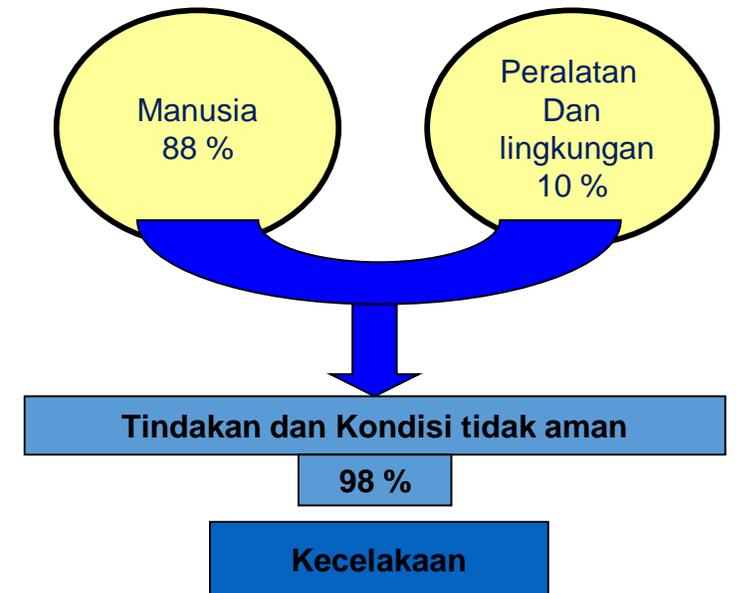
2.3. Kecelakaan

2.3.1. Pengertian Kecelakaan

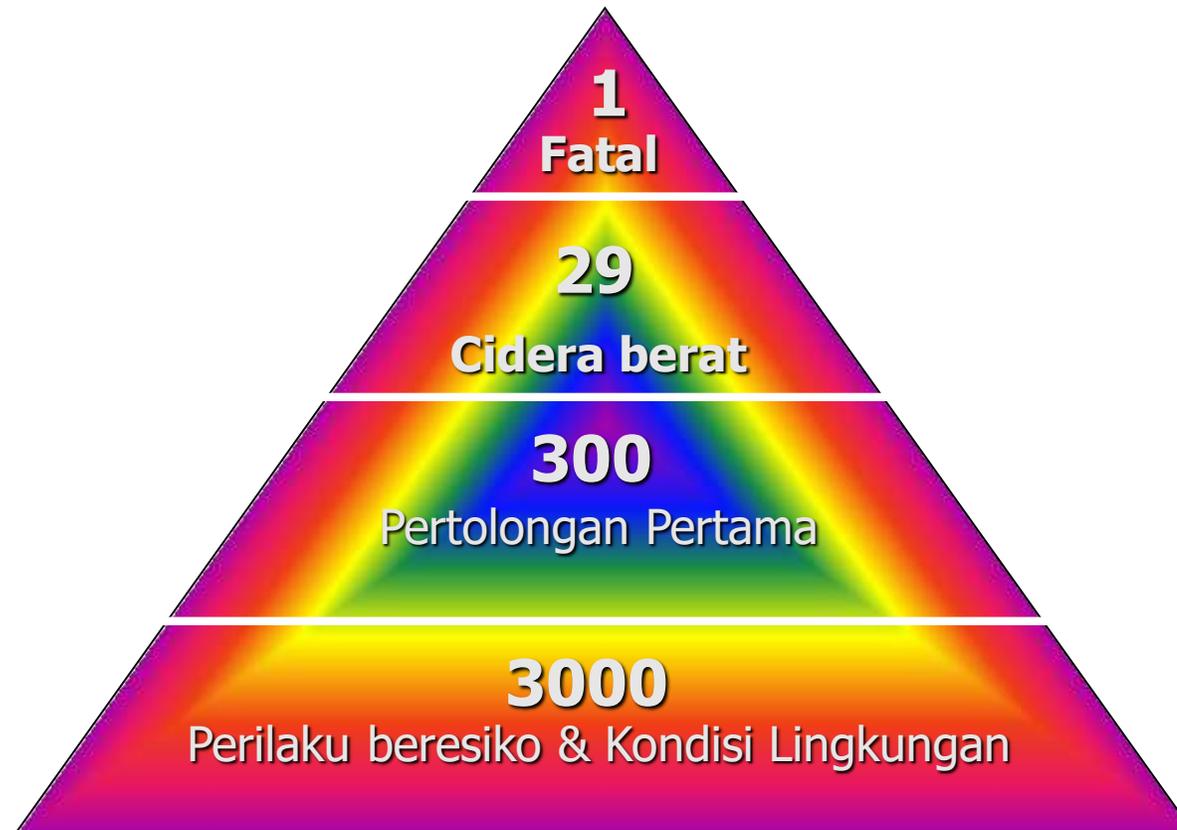
Sesuatu yang tidak di kehendaki dan datang tiba – tiba, di mana bisa menimbulkan korban manusia dan atau harta benda.

2.3.2. Penyebab Kecelakaan

Perpaduan tindakan manusia dan sekitarnya (Tindakan tidak aman dan kondisi tidak aman.)



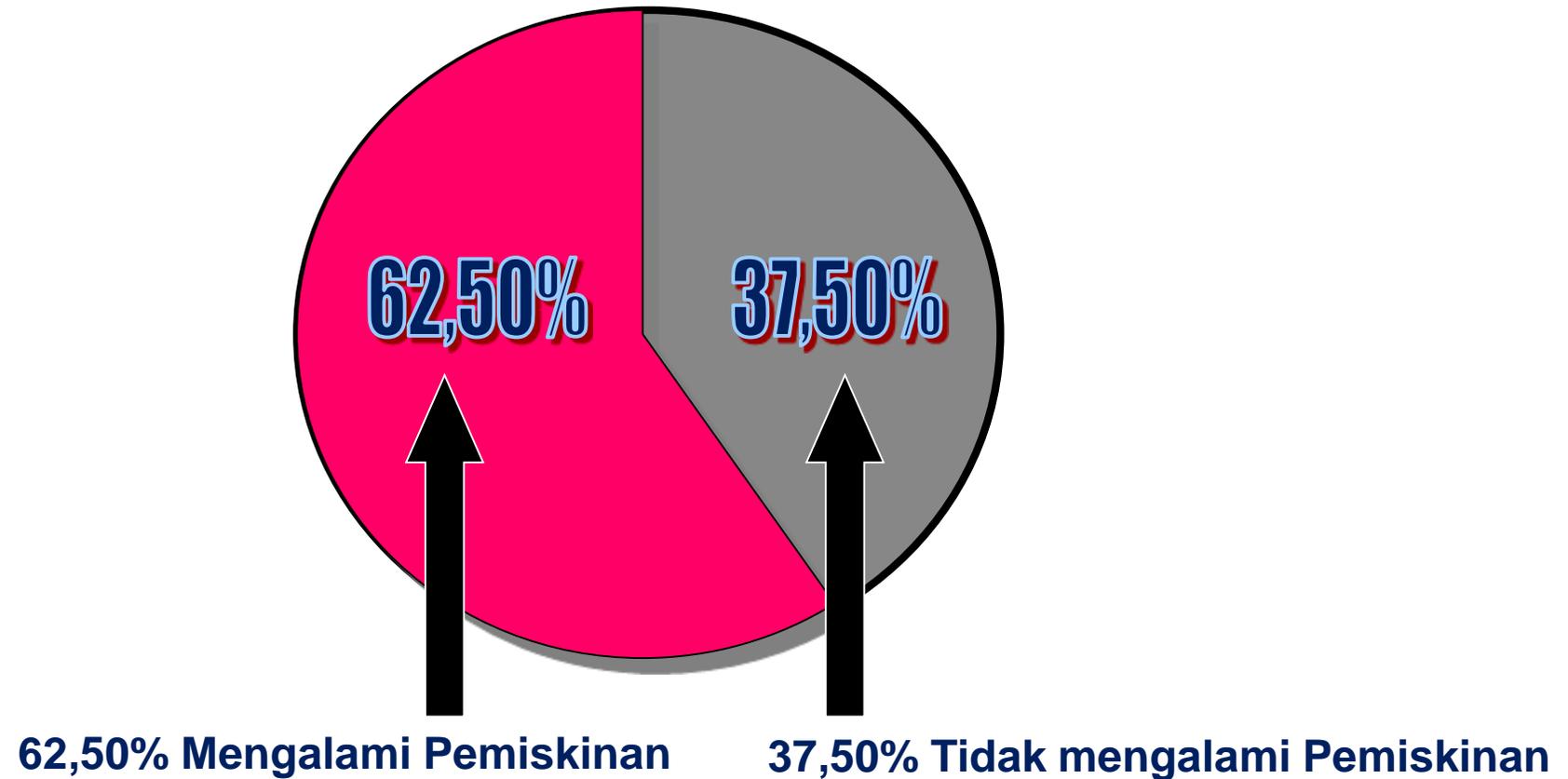
2.3.3. Paradigma Kecelakaan





Pengetahuan atas Bahaya dan Resiko berkendara (lanjutan..)

2.3.4. Akibat Kecelakaan



Sumber: PUSTRAL UGM





3. Kondisi fisik yang prima

Kondisi fisik pengendara mempengaruhi :

- Kewaspadaan akan bahaya
- Refleks dan waktu reaksi
- Kontrol / pengendalian
- Emosi



Faktor – Faktor yang mempengaruhi kesiapan fisik:

- Gangguan fisik permanen
Cth: Cacat fisik, usia lanjut, sakit kronis (cth : epilepsi, parkinson)
- Gangguan fisik sementara
Cth: Fatigue / Kelelahan, Mengantuk, Sakit tidak permanen (cth : sakit kepala, vertigo, flu)





Kondisi fisik yang prima (*lanjutan..*)

Tindakan pencegahan :

- **Tidak mengemudi** jika memiliki Gangguan fisik permanen
- Menyadari pentingnya persiapan fisik seperti
 - a. Cukup istirahat sebelum bekerja (-/+ 6 – 8 jam)
 - b. Stretching dan peregangan
 - c. Tidak minum obat dan alkohol sebelum mengemudi (*selalu konsultasikan ke dokter jika anda diberi resep, sampaikan bahwa anda adalah seorang Driver. Hindari minum obat tanpa resep dokter*)
 - d. Mengurangi makanan tinggi gula dan karbohidrat penyebab kantuk
 - e. Tidak mengandalkan stimulant (kopi, kaffein) karena mempengaruhi persepsi terhadap kebugaran tubuh kita
- Melakukan pemeriksaan rutin kesehatan (medical check up)





Kondisi fisik yang prima (*lanjutan..*)

Fatigue adalah kondisi kelelahan yang berlebihan

Cara pencegahannya :

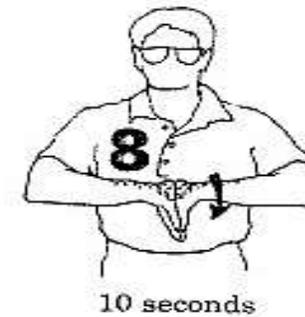
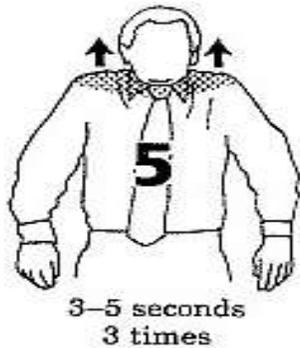
- Lakukan persiapan fisik seperti yang sudah disebutkan diatas
- Beristirahat 20-30 menit setiap 4 jam berkendara dan tidak lebih dari 12 jam berkendara dalam sehari
- Buka sedikit kaca atau ventilasi agar mendapatkan oksigen
- Jangan mengandalkan kafein atau stimulan
- Hanya mengkonsumsi makanan dan minuman ringan seperti: biskuit, crackers, buah, coklat dan air mineral

Ciri-ciri Fatigue:

- Sering menguap
- Mata terasa panas, kering, Lelah
- Kedipan mata lambat
- Persepsi jarak & kecepatan berkurang
- Konsentrasi & refleks berkurang
- Peripheral vision menyempit



Beberapa bentuk peregangan sebelum mengemudi



Beberapa bentuk peregangangan



9



10



11





4. Kemampuan Mengemudi Yang Terampil

Yang dimaksud terampil adalah *cakap dalam menyelesaikan tugas.*

Hal – hal yang mempengaruhi keterampilan :

- Latihan
- Pengalaman
- Umpan Balik (masukan untuk perbaikan)

Keterampilan yang harus dimiliki seorang driver tidak hanya sebatas mampu menggerakkan kendaraan, namun juga harus mampu mengendalikan situasi agar tercipta **RUANG KESELAMATAN MENGEMUDI**





5. Pengetahuan atas Peraturan dan Keselamatan

Saat berkendara, seorang pengemudi professional harus mengetahui :

1. Hukum Lalu Lintas

- Undang – undang Lalu lintas
- Rambu, marka jalan, sinyal

2. Pengetahuan atas keselamatan berkendara

- Cara berkendara aman
- Perangkat keselamatan
- Penanganan kondisi darurat



Sebutkan 4 Jenis Rambu Lalu Lintas, Contoh, dan Warnanya !?

PERINGATAN



lampu lalu lintas



Lontaran kerikil



Perimpangan 4(empat) arah



persimpangan tiga berganda



bagian tepi rawan runtuh

LARANGAN



Dilarang berhenti



Dilarang Parkir



Batas Kecepatan



Dilarang Mendahului



Batas Tonase Sumbu Muatan

PERINTAH



Wajib Arah yang ditunjuk



Wajib mengikuti arah pada bundaran



Wajib kanan



Wajib Arah yang ditunjuk



Wajib untuk pejalan Kaki

PETUNJUK



Petunjuk jurusan



Telepon umum



Bandar udara



Penyeberangan pejalan khaki



Zona Parkir



Halte Bus



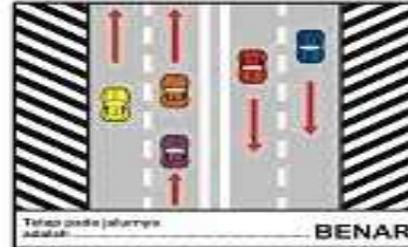
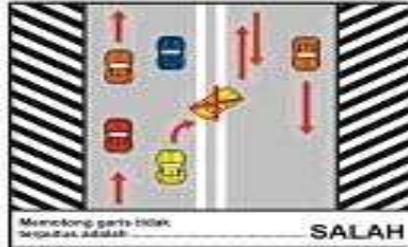
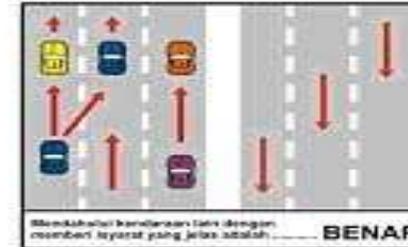
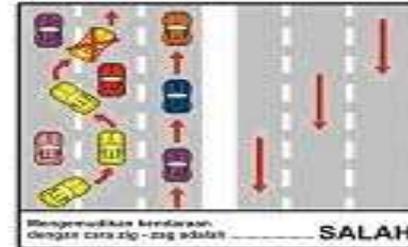
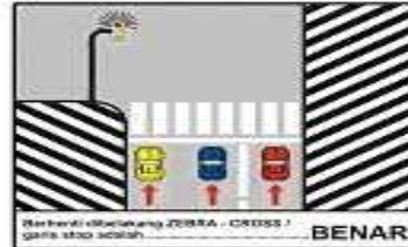
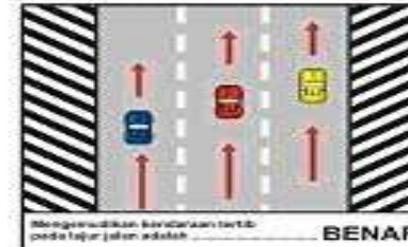
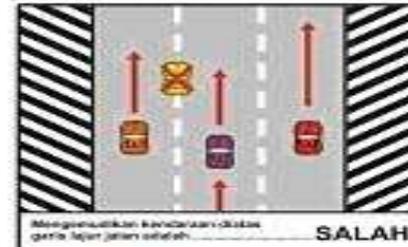
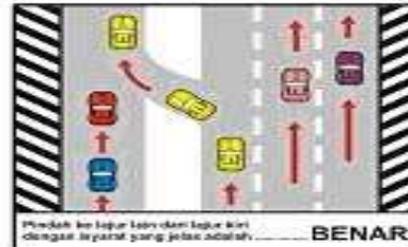
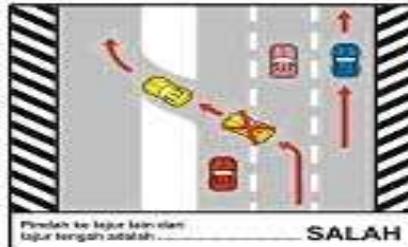
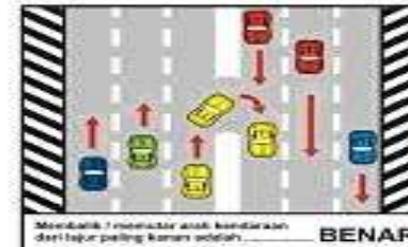
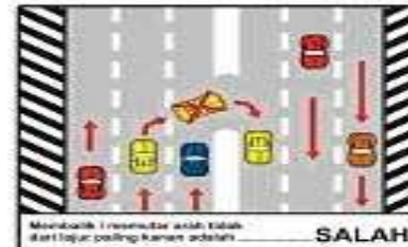
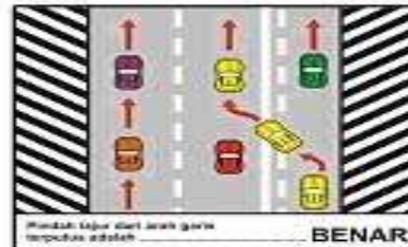
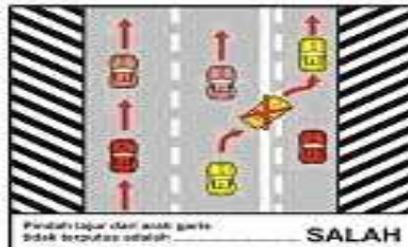
Zona Parkir penyandang caci





MARKA JALAN

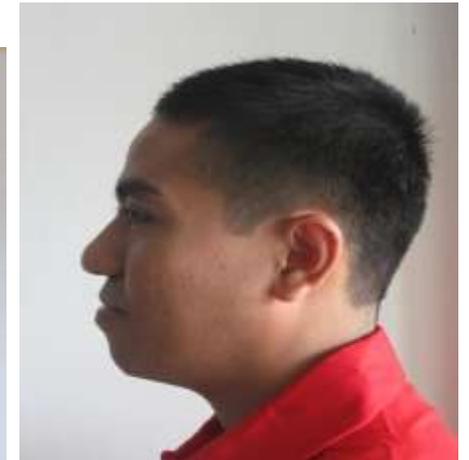
UNTUK MENGARAHKAN ARUS LALU LINTAS DAN MEMBATASI DAERAH KEPENTINGAN LALU LINTAS





6. Penampilan

- Rambut pendek dan rapi
- Cambang tidak melebihi lubang telinga
- Kumis dan jenggot selalu dicukur sebelum bekerja
- Kuku pendek dan bersih
- Hanya boleh memakai aksesoris jam tangan dan cincin kawin
- Baju seragam bersih dan tersetrika rapi
- Memakai kaos dalam yang tak tampak
- Memakai ikat pinggang hitam polos
- Sepatu hitam tersemir dan kaus kaki berwarna gelap
- Tidak bau badan





7. Etika dan Pelayanan Prima

- Driver selalu dihadapkan pada kondisi yang memungkinkan terjadinya interaksi dengan klien.
- Dibawah ini adalah Etika berinteraksi seorang professional terhadap kliennya:

Saat Bertemu Klien

- Berpakaian rapi dan sopan sesuai aturan
- Melakukan 5 S (Senyum, Salam, Sapa, Sopan, Santun).
- Berhati-hatilah dengan waktu & tempat saat berinteraksi
- Jaga Pandangan dan Kontak mata

Saat Bercakap-cakap

- Ciptakan pola pikir dan kata-kata yang positif
- Tidak membicarakan hal - hal negatif orang lain
- Hindari pembicaraan bersifat pribadi
- Jaga Pandangan dan Kontak mata

Saat Bekerja

- Patuhi SOP dan peraturan.
- Bertanggung jawab dengan tugas.
- Tidak bergossip
- Tidak membuat interupsi selama percakapan
- Lepaskan ponsel atau headset Anda





8. Kode Etik Driver APS

Maka kode etik yang wajib dilakukan driver APS adalah sbb :

- Selalu memelihara kebersihan kendaraan baik eksterior maupun interior, dan kebersihan diri.
- Selalu mengikuti SOP dan peraturan.
- Tidak mencampurkan antara hubungan personal dan professional saat bekerja
- Tidak menyimpan barang pribadi di dalam kendaraan
- Tidak menguping, menginterupsi, atau mengikuti pembicaraan penumpang tanpa diminta
- Menghindari perdebatan dan argumentasi dengan klien
- Tidak meminta makanan/minuman kepada klien
- Menjaga barang pribadi dan uang klien dan mengembalikan barang-barang klien yang tertinggal di mobil
- Tidak meminjam uang kepada klien baik untuk keperluan pribadi maupun operasional, persiapkan uang tol dan parkir sebelum berangkat





**SAFETY
DRIVING**



8. Pengertian Safety Driving

Pengertian Safety Driving

“Cara dan perilaku mengemudi yang bisa membuat kita terhindar dari masalah, menjadi pengemudi yang waspada, mawas diri dan berpengetahuan cukup, serta memungkinkan kita bisa mengatasi situasi berkendara yang dinamis dan berubah – ubah sehingga kita menjadi pengemudi yang Defensive (tidak agresif)”

Cara pengemudi yang Defensive

- a) Selalu berfikir kedepan (membayangkan)
- b) Mengetahui keterbatasan : anda dan kendaraan anda
- c) Sediakan ruang untuk menghindar dan pastikan pengguna jalan melihat anda
- d) Inspeksi kendaraan serta memahami buku petunjuk kendaraan.





9. Teknik mengemudi yang aman

Pengertiannya :

Pengenalan dan penguasaan kendaraan mulai dari sistem kontrol, fisik kendaraan, karakter kendaraan, dan reaksi saat di jalan.

I. Sistem Kontrol

Yang termasuk sistem kontrol, yaitu :

- Ruang kemudi : Pelajari dan pahami alat kontrol mulai dari : roda kemudi, rem, hand rem dll.
- Posisi Duduk Posisi duduk yang benar selain memberikan kenyamanan, bisa menjaga kendaraan tetap terkontrol dengan baik. dengan cara :

Menjulurkan tangan ke titik terjauh dari roda kemudi dan turunkan di 9 – 3.

- Posisi “ hand over hand “ pada titik 12 – 6.
- Yang perlu diingat “ Ibu jari jangan masuk di dalam roda kemudi “

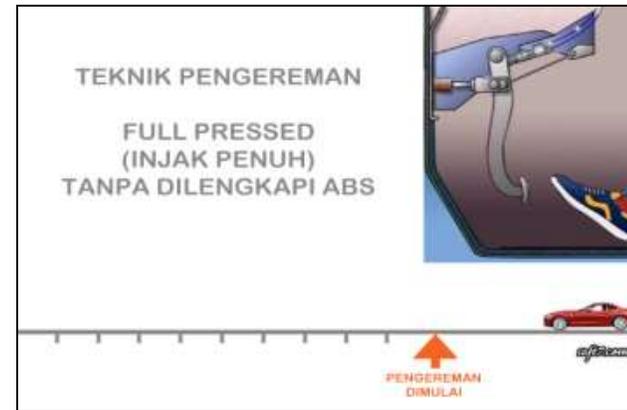




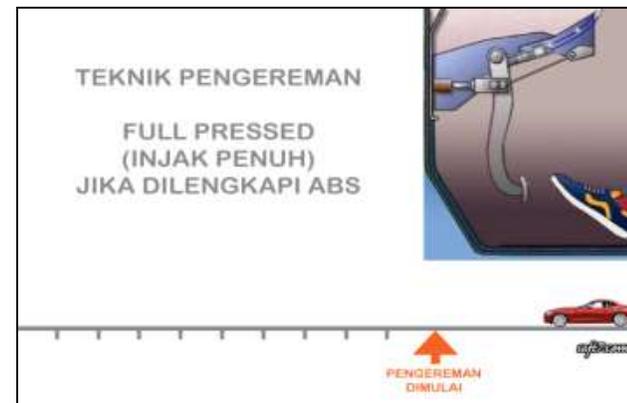
Teknik mengemudi yang aman (lanjutan)

Tehnik pengereman dengan *ABS* (*Antilock Braking System*) dan Non *ABS* :

- Non *ABS*



- Dengan *ABS*





Teknik mengemudi yang aman (lanjutan)

IV. Reaksi saat di jalan.

Tindakan antisipasi kita saat di jalan.

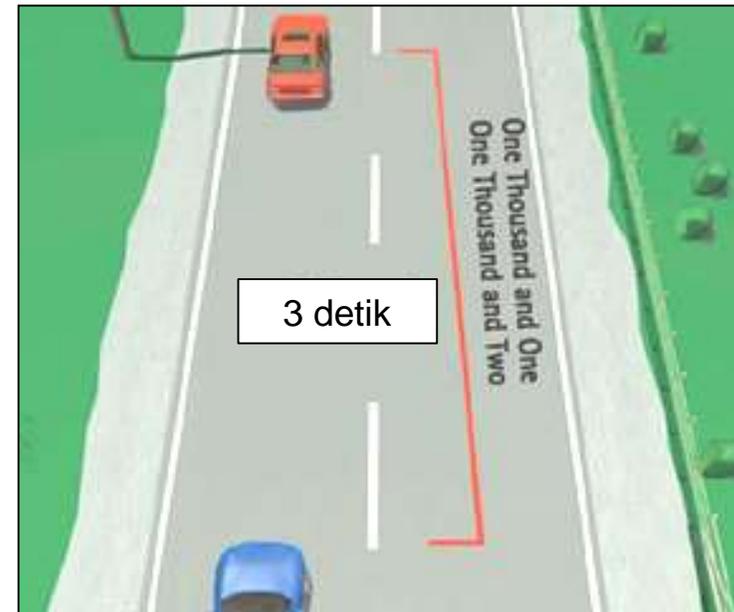
a. Jarak ruang (jarak iring)

Menjaga jarak aman ketika berkendara, dengan cara :

- Jaga kecepatan dengan kendaraan di depan
- Aplikasikan dengan sistem 3 detik

b. Jarak henti di pengaruhi oleh :

- Waktu persepsi manusia
- Waktu reaksi manusia
- Waktu reaksi kendaraan
- Kemampuan sistem rem
- Keadaan jalan



b. Jarak berhenti

Menjaga jarak berhenti dengan kendaraan di depannya, caranya: dapat melihat roda belakang kendaraan di depannya.

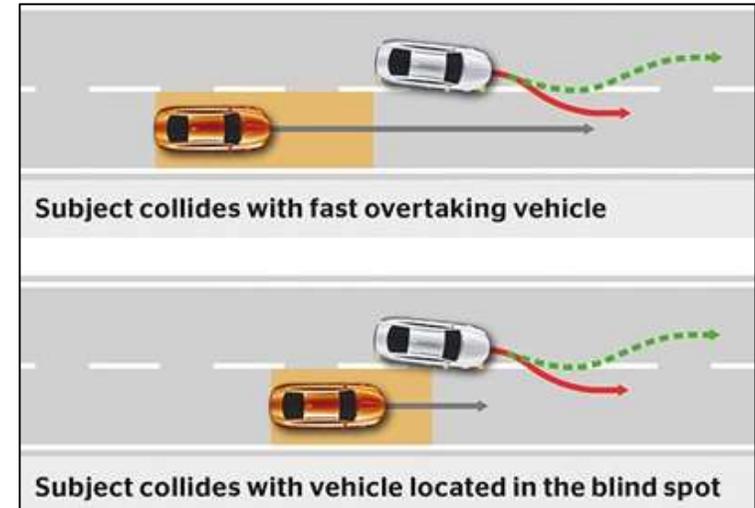




Teknik mengemudi yang aman (lanjutan)

c. Pindah lajur

Melakukan perubahan arah, caranya : perhatikan rambu lalu lintas dan ketahuilah posisi anda dengan kendaraan lain.(cek spion, sein, cek spion, menoleh, komunikasi dengan klakson, lakukan)



d. Posisi parkir

Menjaga ruang berhenti total dengan kendaraan lainnya, Caranya : sesering mungkin melihat spion, jangan memarkir kendaraan di depan *Hydrant (Pemadam Api)*.





Teknik mengemudi yang aman (lanjutan)

V. Kejadian Ketika Mengemudi

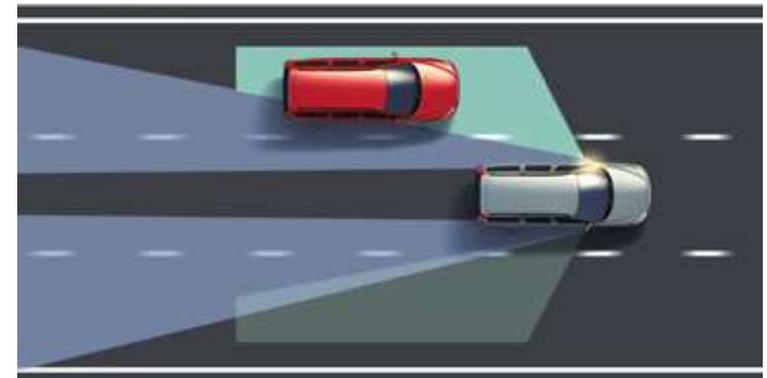
Kejadian / keadaan yang umum yang terjadi di jalan, antara lain :

a. Blind Spot (Pandangan terhalang)

Pandangan yang terhalang ketika di jalan yang disebabkan oleh lingkungan, lalu lintas dan bentuk kendaraan

Penyebab : Ukuran Spion, bentuk mobil dan lingkungan

Tips aman : Sering melakukan kontak dengan spion





Teknik mengemudi yang aman (lanjutan)

b. Di dahului tiba – tiba (shocking)

Penyebab : Di dahului mobil / kendaraan lain secara tiba – tiba

Tips aman:

- i. Jangan panik (maksimalkan tenang)
- ii. Perhatikan area sekitar
- iii. Jangan membanting roda kemudi secara tiba – tiba
- iv. Lakukan pengereman secara halus
- v. Kendalikan emosi





Teknik mengemudi yang aman (lanjutan)

c. Pecah ban

Penyebab : Tekanan angin (+ -)

Tips aman : Jangan panik,

- b. Jangan rem seketika,
- c. Perlambat secara bertahap,
- d. Berikan Sign kemudian
- e. Kontrol roda kemudi ke tempat aman,

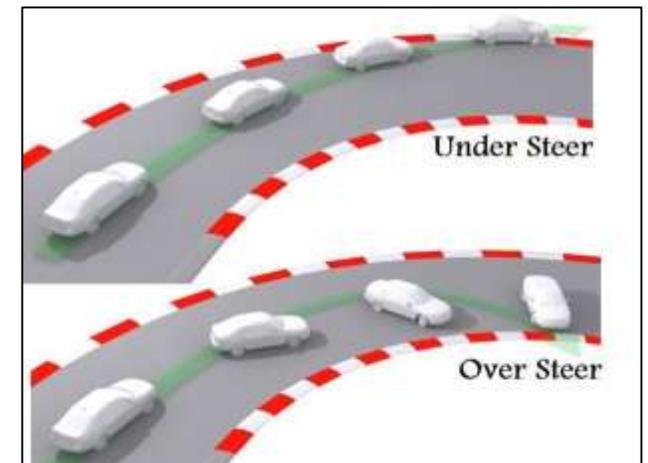


d. Tergelincir (Selip)

Penyebab : Kecepatan di tikungan dan gaya berat

Tips aman : a. Jangan panik,

- b. Lakukan pengereman secara halus & perlambat gear
- c. Maksimalkan untuk kendalikan roda kemudi





Teknik mengemudi yang aman (lanjutan)

e. Berkurangnya daya pengereman (Rem blong)

Penyebab : Selang minyak rem bocor dan minyak rem lemah

Tips aman : a. Jangan panik, dan tetap awasi kendaraan & kondisi sekitar

b. Cek sekali lagi (injak rem – kocok)

c. Lakukan perlambatan dengan pindah gear

d. Gunakan parking brake (tarik lepas)

e. Sandarkan roda / badan kendaraan ke benda lain





Teknik mengemudi yang aman (lanjutan)

f. Hydropanning / Aquapanning

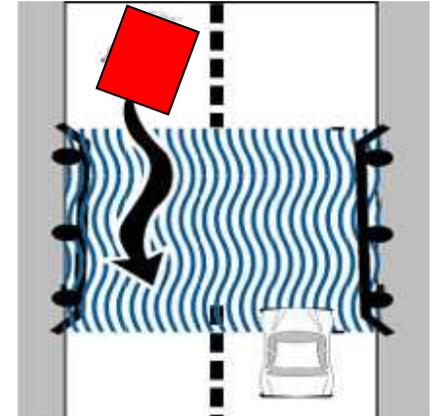
Penyebab : Kondisi jalan tergenang saat kondisi hujan / berair

Tips aman : a. Jangan panik,

b. Jangan merubah arah,

c. Perlambat secara bertahap jangan mengerem,

d. Kontrol roda kemudi ke tempat aman,



g. Tabrakan frontal

Penyebab : Salah komunikasi dan pandangan terhalang

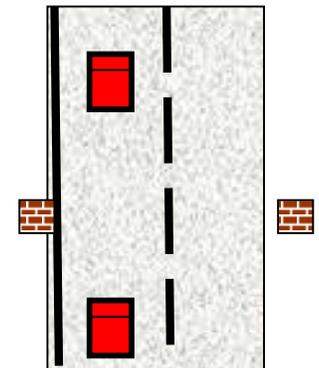
Tips aman : a. Jangan panik,

b. Komunikasi

c. Pengereman dengan pump

d. Arahkan ke luar arah

e. Tabrakan ke obyek yang statis.





Teknik mengemudi yang aman (lanjutan)

h. Keluar jalur (drop wheel)

Penyebab : Tidak fokus dan menghindari suatu obyek

- Tips aman :
- a. Jangan panik dan jangan pengereman mendadak
 - b. Jangan merubah arah dan perlambat secara halus
 - c. Kembali ke jalan setelah situasi terkendali





5 KUNCI KESELAMATAN BERKENDARA

5 Kunci Keselamatan Berkendara

**UNTUK MENDAPATKAN RUANG KESELAMATAN
MENGEMUDI**

1. ARAHKAN PANDANGAN JAUH KE DEPAN

2. DAPATKAN PANDANGAN LUAS

3. ARAH PENGLIHATAN SELALU BERPINDAH

4. PASTIKAN SELALU JALAN KELUAR

5. PASTIKAN ORANG LAIN MELIHAT ANDA



5 Kunci Keselamatan Berkendara

1. Selalu Pandang Jauh ke Depan

Zona perencanaan (30 - 120 detik)

Zona melihat (12 - 15 detik)

Zona bertindak (4 - 6 detik)

- Pandangan tertuju ke arah jalan yang akan dilalui
- Pandangan selalu berubah setiap saat



2. Selalu Gerakkan Mata Anda

- Pindahkan pandangan setiap 2 detik
 - Perhatikan spion setiap 5 - 8 detik
 - Lihat kanan-kiri-kanan pada setiap persimpangan
- Kurangi kecepatan bila pandangan terhalang dan bila perlu hentikan kendaraan.



3. Dapatkan Gambaran Secara Menyeluruh

- Perhatikan setiap sesuatu yang dapat membahayakan
- Pelajari apa yang di lihat
- Atur jarak aman

Diperlukan waktu **2 detik** untuk bereaksi terhadap sesuatu



5 Kunci Keselamatan Berkendara

4. Sediakan Ruang Untuk Menghindar

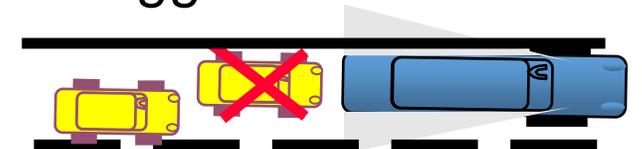
- Antisipasi segala sesuatu yang mungkin terjadi
- Sediakan rongga yang aman untuk mobil anda (parkir, mundur, macet)
- Selalu memikirkan seandainya terjadi sesuatu di depan kita, bagaimana cara mengatasinya
- Atur kecepatan sesuai dengan kondisi anda, kendaraan, jalan dll



5 Kunci Keselamatan Berkendara

5. Pastikan Mereka Melihat Anda

- Adakan komunikasi yang bersahabat dengan pemakai jalan lain.
- Dapatkan kontak mata atau reaksi dari orang lain mengenai keberadaan anda.
- Tempatkan atau posisikan kendaraan anda agar dapat terlihat dengan mudah dan jelas oleh orang lain.
- Tunjukkan gerakan/tujuan anda yang jelas dengan menggunakan alat komunikasi yang terpasang pada kendaraan.



5 Kunci Keselamatan Berkendara

Contoh Kasus



**APA YANG
AKAN
TERJADI??**





***STANDARD
OPERATING
PROCEDURE
(SOP)
DRIVER***

Standard Operating Procedure

Persiapan Berkendara

- [Mempersiapkan kondisi fisik](#)
- Memastikan rencana tugas dan tujuan hari ini
- Melakukan rencana perjalanan (rute, cuaca, kondisi jalan, perkiraan waktu, kepadatan lalu lintas, jeda)
- Memastikan kelengkapan surat-surat
- Melengkapi administrasi serah-terima kendaraan
- Mencatat posisi odometer



Standard Operating Procedure

Persiapan Berkendara (lanjutan...)

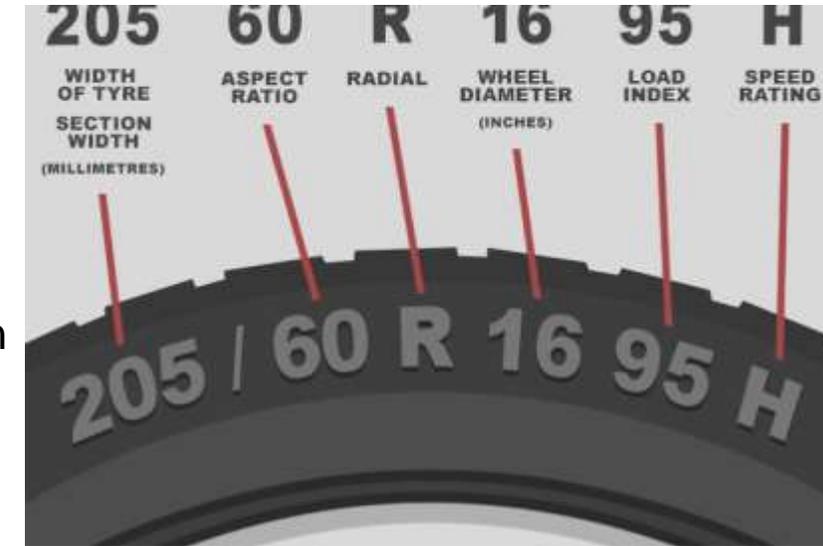
- Memeriksa kondisi fisik & teknis (**check list**) kendaraan
- Memastikan kendaraan bersih luar-dalam
- Memeriksa perlengkapan penunjang (check list)
- Check warning lights pada Dashboard
- Membantu mengambil barang sesuai DO



Standard Operating Procedure

Memulai Berkendara

- Berkendara setelah istirahat cukup
- Tidak di bawah pengaruh alkohol dan narkoba
- Memastikan muatan tidak melebihi kapasitas kendaraan (kemampuan menahan beban maksimum tercantum pada ban)
- Periksa ulang ceklist dan DO
- Mengatur posisi duduk yang aman dan nyaman
- Dapat memantau dan menjangkau semua peralatan komunikasi dan navigasi
- Mengatur semua spion di posisi yang maksimal
- Memakai sabuk pengaman dan mengatur posisi penyangga kepala dengan benar



The speed index		The load index (excerpt)					
Index	Speed	LI	kg	LI	kg	LI	kg
Q	up to 160 km/h	85	290	77	412	9	580
R	up to 170 km/h	86	300	78	425	99	600
S	up to 180 km/h	87	307	79	437	91	615
T	up to 190 km/h	88	315	80	450	92	630
H	up to 210 km/h	89	325	81	462	93	650
V	up to 240 km/h	70	335	82	475	94	670
W	up to 270 km/h	71	345	83	487	95	690
Y	up to 300 km/h	72	355	84	500	96	710
ZR	generally over 240 km/h	73	365	85	515	97	730
		74	375	86	530	98	750
		75	387	87	545	99	775
		78	400	88	560	100	800



Standard Operating Procedure

Saat Berkendara

- Tidak menggunakan telepon seluler dan alat elektronik lainnya
- Selalu Berkonsentrasi dalam berkendara, minimalisir gangguan yang tidak perlu seperti : mencari channel radio, memilih lagu, mengganti CD player, dll
- [Ingat 5 Kunci Keselamatan Berkendara](#)



Standard Operating Procedure

Mengakhiri Berkendara

- Parkir kendaraan di tempat yang tepat dan aman
- Periksa bagian dalam mobil, dan bersihkan
- Periksa kelengkapan perlengkapan penunjang
- Bila waktu sesuai, cuci kendaraan
- Mengembalikan kunci
- Melengkapi administrasi serah terima kendaraan
- Mencatat posisi odometer





TIPS BERKENDARA

Posisi Berkendara



- Seluruh punggung menyentuh sandaran kursi
- Kaki dapat menginjak penuh pedal kopling
- Ukur jarak antara stir dan badan. Caranya : sambil bersandar, letakkan pergelangan tangan pada stir bagian atas



- Ukur jarak antara badan dan pedal-pedal. Caranya : sambil duduk penuh, injak penuh kopling tanpa mengubah posisi
- Setelah mengukur, sesuaikan posisi kursi
- Atur ketinggian alat pengaman leher dan kepala persis di belakang kepala

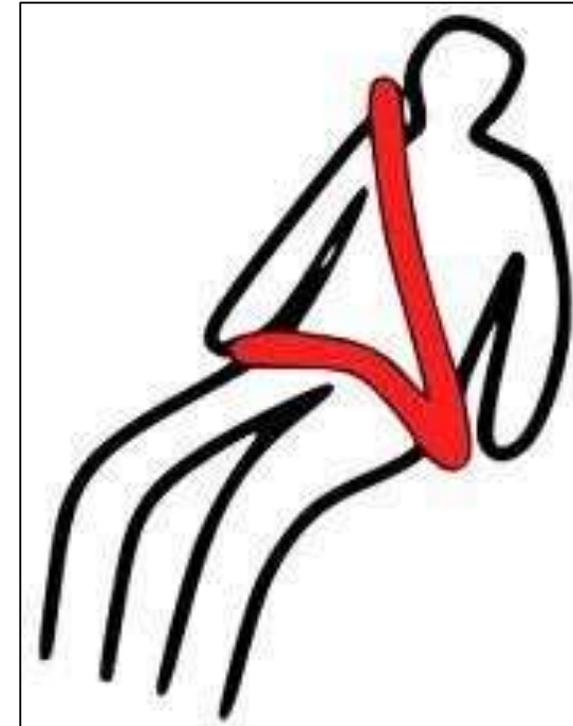


Sabuk Pengaman



Bagian tubuh yang paling kuat menahan benturan dan guncangan akibat tabrakan adalah tulang pinggul dan tulang bahu. Karenanya sabuk pengaman dirancang untuk memusatkan beban pada 2 titik di tulang pinggul dan 1 titik di tulang bahu

- Periksa fungsi sabuk pengaman dengan menyentakkannya
- Jangan menyilangkan sabuk di atas perut. Perut adalah bagian tubuh manusia yang lemah
- Periksa umur pakai sabuk di label kain di bagian ujung sabuk
- Semua penumpang, termasuk yang di belakang, harus memakainya
- Anak-anak tidak boleh duduk di depan



Segitiga Pengaman



Digunakan sebagai alat komunikasi pengaman bila ada perbaikan darurat di tepi jalan.

Prosedurnya :

- Segera menepi di bahu jalan
- Nyalakan lampu *hazard*
- Pasang segitiga pengaman minimal 3 meter dari kendaraan (untuk tikungan, jaraknya harus lebih jauh)
- Gunakan segitiga pengaman yang bisa merefleksikan cahaya di malam hari
- Untuk perbaikan di sisi kanan, pasang segitiga pengaman lebih melebar
- Bila sudah selesai, rapikan semua peralatan, dengan lampu *hazard* tetap menyala sampai kendaraan kembali jalan



Menghemat BBM



- Atur perpindahan gigi supaya putaran mesin mayoritas berada di posisi 2500-3000 rpm
- Hindari akselerasi dan pengereman berlebihan. Jaga kecepatan konstan
- Jaga tekanan angin di ban sesuai dengan standar
- Tambahkan 2-3 psi bila muatan agak berlebih atau kendaraan akan ke jalan tol
- Khusus kendaraan injeksi, *engine braking* membuat hemat saat mengerem
- Pastikan kondisi mesin prima
- Hindari jalan macet
- Matikan ac jika tak perlu
- Jaga injakan pedal gas konstan



Rem Tangan

Penggunaan rem tangan yang benar

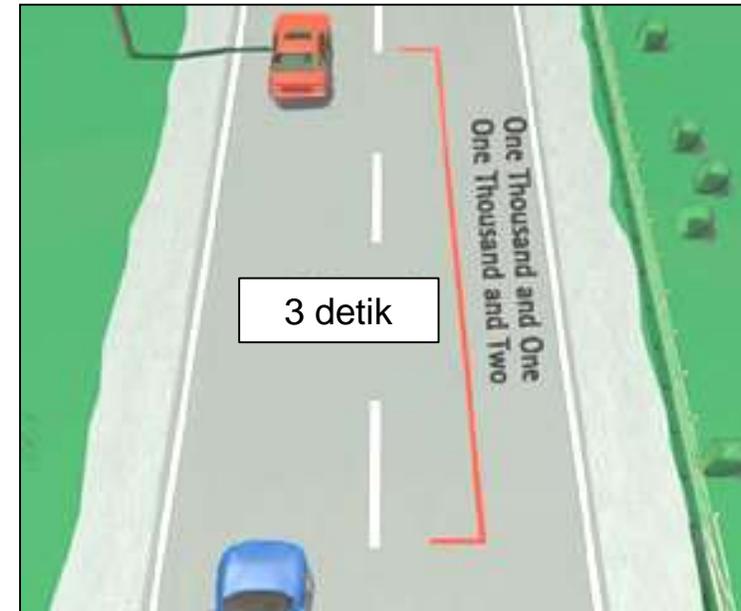
- Pastikan kendaraan benar-benar berhenti sebelum menarik rem tangan
- Selalu menekan tombol pengunci bila menarik rem tangan
- Gunakan juga di saat macet atau saat berhenti di lampu merah



Jarak Aman



- Jarak aman antar kendaraan adalah 3 detik. 1 detik untuk persepsi pengemudi atas satu kejadian, 1 detik untuk reaksinya, dan 1 detik lagi untuk reaksi mekanis dari kendaraan
- Untuk menghitungnya, gunakan satu benda statis di pinggir jalan yang sejajar dengan kendaraan di depan. Hitung berapa detik waktu yang dibutuhkan untuk kendaraan anda sejajar dengan benda tersebut.
- Bila kurang dari 3 detik, jarak kendaraan anda dengan kendaraan di depan terlalu dekat
- Saat hujan, tambah jarak menjadi 4-5 detik
- Untuk jalan licin, jarak aman selalu 2 kali lipat kondisi normal



Etika Lampu & Klakson

Lampu selain untuk penerangan, juga untuk komunikasi antar mobil

- **Lampu Dekat (*Low Beam*)** : Digunakan saat jarak pandang pengemudi terbatas. Untuk di malam hari, terowongan, dalam gedung parkir, dan hujan
- **Lampu Jauh (*High Beam*)** : Bila membutuhkan pandangan jauh, dan untuk memperingatkan kendaraan lain di tikungan. Pastikan dalam penggunaannya tidak ada kendaraan lain di depan
- **Lampu Kabut (*Fog Lamp*)** : Bila berkabut atau hujan pekat. Jangan dipakai saat tidak dalam kondisi tersebut
- **Lampu Parkir (*Parking Light*)** : Digunakan untuk parkir di tempat yang penerangannya kurang. Salah menggunakannya di saat senja
- **Day-time Running Light (*DRL*)** : Lampu yang selalu menyala, bertujuan agar kendaraan dapat selalu terlihat pengendara





Etika Lampu & Klakson (lanjutan...)

- **Lampu Interior (*Cabin Light*)** : Hanya digunakan bila keluar kendaraan dan keadaan mendesak yang lain. Penggunaan saat kendaraan melaju menciptakan bahaya
- **Lampu *Sein* (*Sign Light*)** : Digunakan saat akan berbelok atau pindah jalur. Jangan gunakan secara mendadak (minimal 4 kedipan sebelum bermanuver)
- **Lampu *Hazard*** : Penggunaannya hanya untuk keadaan darurat berhenti. Penggunaan saat jalan adalah salah kaprah. Karena mengganggu konsentrasi pengemudi lain dan menghilangkan fungsi lampu *sign*
- **Klakson** : Gunakan seminimal mungkin untuk komunikasi. Perhatikan rambu-rambu yang melarang penggunaannya di tempat-tempat tertentu



Aksesoris Berbahaya

Aksesoris-aksesoris ini menyalahi standar keamanan karena sifatnya menciptakan situasi silau, licin, bising, mengganggu konsentrasi, terlempar secara liar, kegelapan. Tidak berguna, dan hanya digunakan untuk ajang pamer saja



Bull Bar



Pedal Licin





Aksesoris Berbahaya (lanjutan...)



Stir Kayu / Non-Orisinal



Forklift Knob



Audio Ekstrim



Lampu Non-Standar



TV Mobil



Boneka



Kaca Film Ekstrim



Pemecah Konsentrasi



Telepon Seluler : Penggunaannya **dalam segala bentuk meningkatkan resiko menjadi 400% lebih.** Lebih berbahaya dari berkendara dalam keadaan mabuk



Makan-Minum : Berangkat lebih awal sangat lebih baik, sehingga perut masih sempat diisi. Untuk perjalanan jauh, bergantian atau berhenti sejenak sangat disarankan





Pemecah Konsentrasi (lanjutan..)

- **Audio dan AC** : Atur penataannya sebelum kendaraan jalan. Pastikan tingkat kebisingan dan suhu tidak mengganggu konsentrasi
- **Penumpang Lain** : Pastikan mereka memiliki kesibukan yang tidak mengganggu konsentrasi, di tempat duduknya masing-masing dengan sabuk pengaman terpasang
- Gangguan lain. Contohnya serangga. Pastikan kendaraan bersih dan bebas



gangguan



Blind Spot



Adalah titik buta atau daerah yang tidak bisa dilihat saat berkendara.

Dengan dibantu lirikan, mata hanya dapat melihat seluas 180°

- Faktor Eksternal, seperti : kendaraan yang lebih besar dan tikungan
- Faktor Internal, seperti : pilar kendaraan sendiri, barang, penumpang
- Sepeda motor sering berada di area *blind spot* mobil

Mengatasinya :

1. Atur spion supaya maksimal meminimalisir *blind spot*
2. Jangan terlalu bergantung pada spion. Bantu dengan



Mengatur Spion



- Lakukan saat kendaraan berhenti
- Arahkan spion internal ke posisi paling tengah seluas kaca belakang
- Arahkan spion samping ke arah paling luar dengan batas dalam persis sejajar pada badan kendaraan
- Pada saat parkir mundur, arahkan spion samping ke bawah, supaya batas ban dan trotoar/pembatas tampak
- Pada saat jalan, biasakan sesekali, setiap sekitar 8-10 detik sekali memeriksa keadaan sekitar melalui spion-



Teknik Pengereman

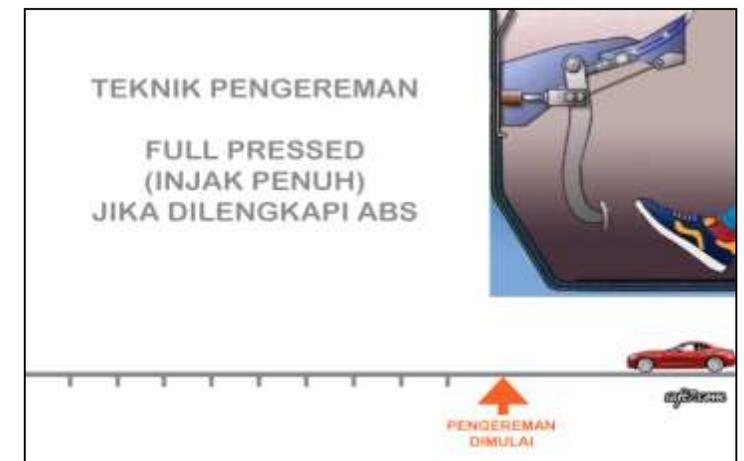
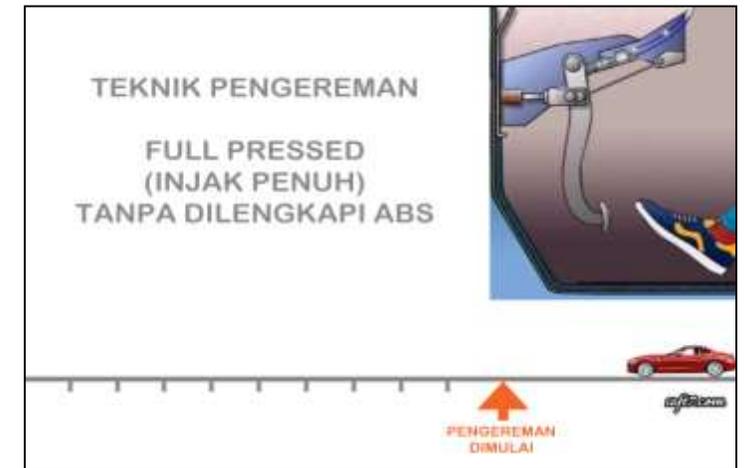


Anti-lock Braking System (ABS), sistem pengereman, belum dimiliki semua kendaraan. Bagi yang sudah punya, sistem pengeremannya sederhana, yaitu pengemudi tinggal menginjak rem penuh tanpa harus khawatir ban terkunci. Bagi kendaraan non-ABS, ada dua cara pengereman untuk menghindari ban terkunci, yaitu :

- *Threshold* : Injak rem sedalam mungkin (90%) sampai batas ban tidak terkunci
- *Pulse* : Injak rem dengan cara mengocoknya berkali-kali dengan frekuensi yang berulang cepat

Untuk kondisi tertentu, cara yang dipakai :

- Jalan licin : *Pulse*
- Jalan tak rata : Pengguna *ABS* hati-hati. Jangan berkecepatan tinggi
- *Polisi tidur* : Setelah mengerem sesaat sebelum



Mundur

Maju jauh lebih aman dari pada mundur

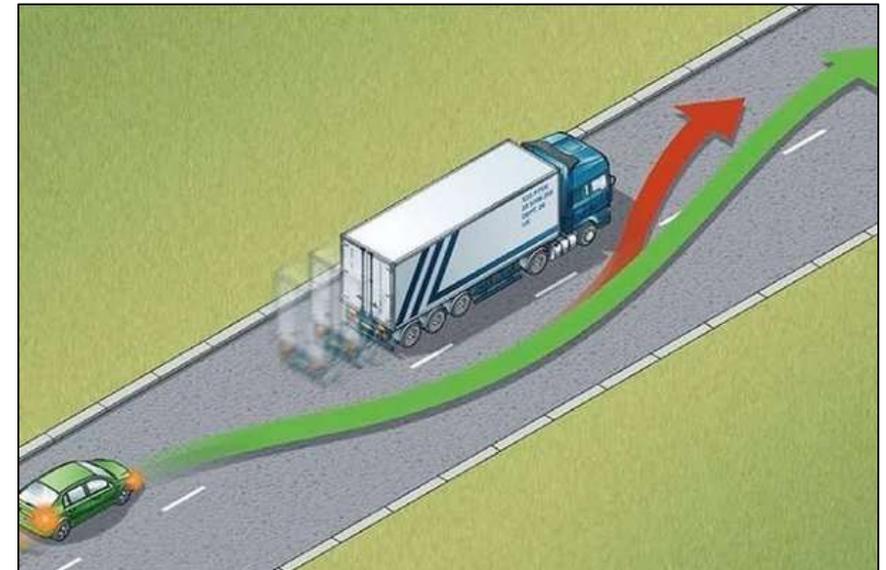
- Rencanakan perjalanan. Sebisa mungkin hindari mundur
- Jangan ragu untuk keluar mobil, untuk melihat keadaan sekitar
- Bila ada, minta orang lain memandu
- (Untuk mobil penumpang) memalingkan wajah ke belakang.
- Mundur dengan hati-hati. Bersiap untuk berhenti mendadak
- Berkomunikasi dengan lingkungan sekitar



Menyusul

Cara menyusul yang aman dan sopan :

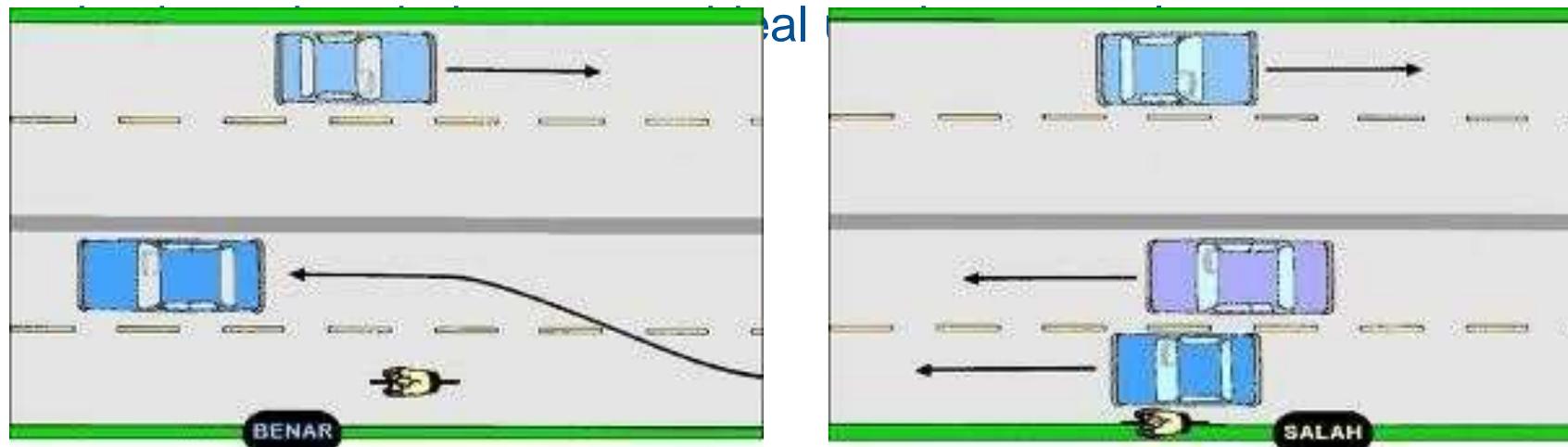
- Perhatikan kondisi jalan, lalu lintas di belakang, dan jalur yang diambil
- Beberapa detik sebelum manuver, beri *sign* kanan
- Amati dari spion kanan, lalu tambah dengan tengokan ke kanan
- Lakukan manuver secara halus
- Waspada dengan lalu lintas dari arah berlawanan
- Setelah mendapat ruang, beri *sign* kiri
- Amati kendaraan yang disusul melalui spion tengah
- Lakukan manuver ke kiri secara halus





Menyusul (lanjutan..)

- Perhatikan kecepatan kendaraan yang akan disusul dan kendaraan sendiri
- Perhatikan beban muatan sendiri untuk mendapatkan kecepatan yang cukup
- Jangan menyusul bila ada garis tak terputus
- Jangan menyusul di tikungan



Berkendara Saat Hujan

Jalan yang basah menciptakan kondisi pandangan tidak sejelas saat kering, selain melonggarkan ikatan ban pada jalan



- Jangan membelokkan stir secara mendadak
- Akselerasi (menekan gas) mendadak akan menyebabkan *oversteer* (belok berlebih)
- Deselerasi (melepas gas) mendadak akan menyebabkan *understeer* (belok kurang)
- Jangan pula melakukan pengereman mendadak. Kendaraan akan justru meluncur

- Menurunkan kecepatan dan ekstra hati-



Berkendara Saat Banjir

Saat banjir, ban yang menabrak air akan menahan laju. Caranya :

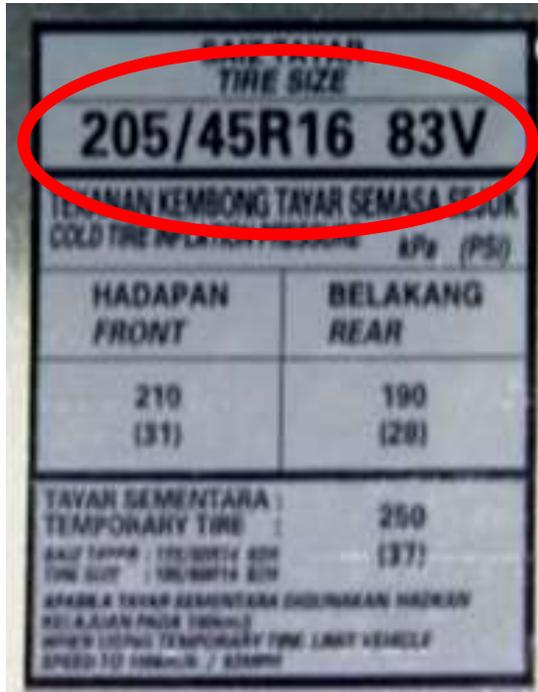
- Pantau titik terdalam. Air setinggi setengah ban, artinya aman
- Lewati genangan perlahan tapi pasti



- Jaga kecepatan konstan.
- Jangan menginjak kopling
- Pakailah gigi 1 dengan rpm 1500 sampai 2000
- Jangan berhenti di tengah
- Matikan *ac*. *Fan* elektrik yang berputar bisa memerciki mesin
- Setelah melewati genangan, jalan perlahan dan injak pedal rem setengah dengan kaki kiri untuk mengeringkan *brake pad*, supaya rem tidak blong

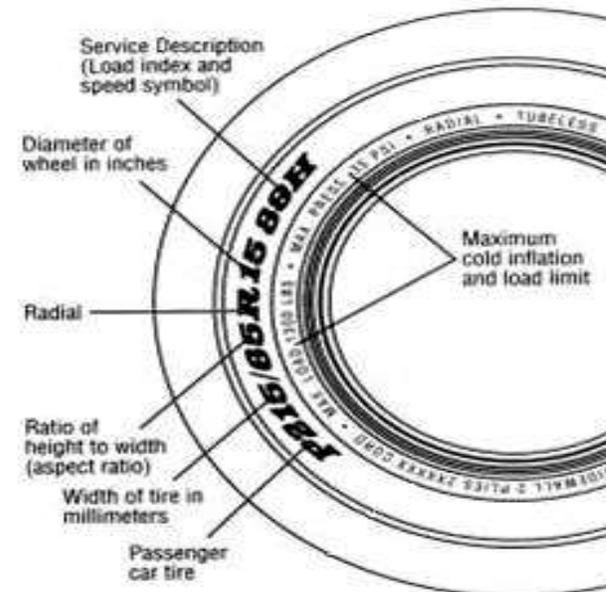


Pengetahuan Ban



- **Tire Placard** juga menampilkan spesifikasi ban yang terpasang di kendaraan sebagai OEM. Termasuk **UKURAN**, **KECEPATAN** dan **INDEKS BEBAN**.

- Untuk mengetahui spesifikasi ban ini atau yang lebih baik



215/65 R15 89H

Artinya:

215 mm lebar

Sidewall: 65% dari 215 mm

Konstruksi Radial

Velg 15 inch

Indeks Beban 89

Simbol Kecepatan H





Minggu ke-2



**Tahun pembuatan
2004**



TREAD WEAR INDICATOR (TWI)

Tiap ban ada 6 atau lebih indikator keausan ban. Tandanya berupa segitiga Δ atau tulisan TWI, namun beberapa pabrikan menggunakan logo perusahaannya, seperti Michelin man



Simbol itu menunjukkan arah ke tengah ban, berupa tonjolan karet ban ditengah alur kembangan yang berarti batas minimal ban masih bisa digunakan.





Kerusakan di samping dinding ban tidak bisa diperbaiki.

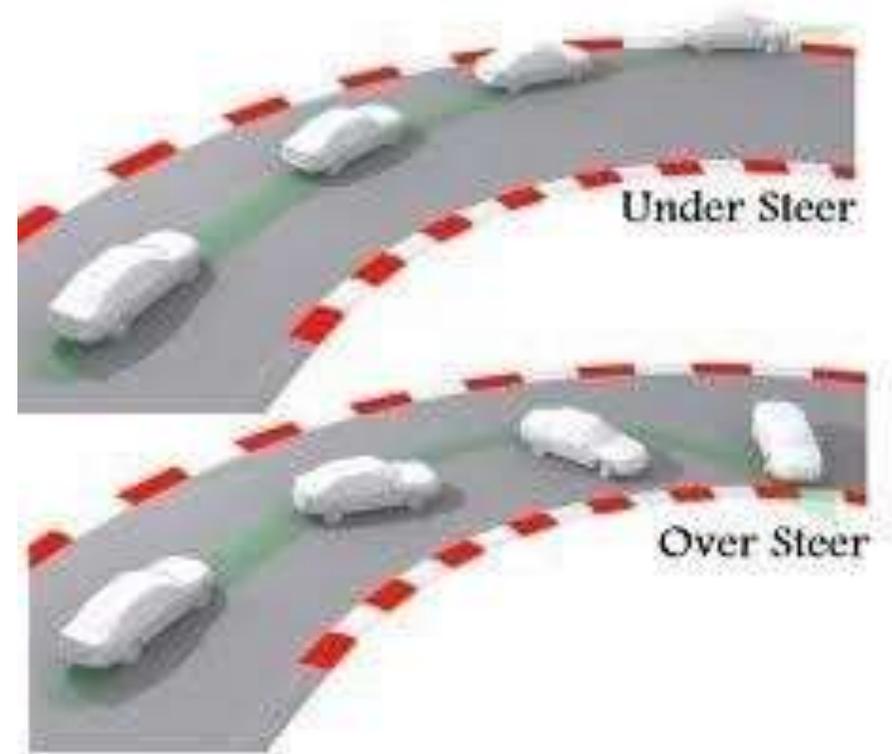


**Ban modern biasanya tubeless.
Ban dalam tidak boleh dipasang di ban tubeless**

Situasi Darurat

Kunci suksesnya adalah tidak panik. Teknisnya :

- **Understeer** : Jangan banting stir. Kurangi putaran roda kemudi secara halus dan bertahap. Kurangi tekanan pedal gas secara halus untuk mengembalikan titik berat ke bagian depan mobil
- **Oversteer** : Hindari akselerasi dan deseralisasi secara mendadak. Lakukan *countersteer* (menggerakkan stir arah sebaliknya). Akselerasi secara halus dan bertahap
- **Rem blong** : Kocok pedal rem. Lakukan deseralisasi dengan pindah ke gigi yang lebih rendah. Gunakan rem tangan dengan tetap menekan tombol kunci rem tangan. Tepikan roda dan badan kendaraan di tempat aman





Situasi Darurat (lanjutan...)

- **Pecah ban** : Pertahankan arah dengan menahan stir secara pasti. Lakukan deseralisasi secara halus dan bertahap. Jangan injak rem. Saat kendaraan dapat dikendalikan, injak pedal rem secara bertahap sampai berhenti total di tempat yang aman
- **Mesin tiba-tiba mati** : Periksa keadaan lalu lintas sekitar. Arahkan ke tempat yang aman. Beri tanda untuk menepi. Nyalakan lampu *hazard*. Pasang segitiga pengaman dengan benar. Cari bantuan
- **Kebakaran di kendaraan** : Tepikan kendaraan di tempat teraman. Segera keluar dari kendaraan beserta seluruh penumpang. Jauhi kendaraan. Jangan nekad memadamkan api sendiri. Jangan sesekali menggunakan air

Pecah Ban



Kebakaran pada Kendaraan





Terima Kasih

