

Buku Panduan Pemetikan Buah Sitrus Segar Australia



Malay

Edisi Kedua 2021

Buku Panduan Pemetikan Buah Sitrus Segar Australia

© Negeri New South Wales melalui Jabatan Serantau NSW (Department of Regional NSW) 2021.

Diterbitkan oleh Jabatan Industri Utama NSW (NSW Department of Primary Industries). Anda boleh menyalin, mengedar, mempamer, memuat turun dan selanjutnya bebas untuk menggunakan bahan penerbitan ini bagi sebarang tujuan, asalkan anda mengiktiraf Jabatan Kemajuan Industri, Kemahiran dan Serantau (Department of Industry, Skills and Regional Development) sebagai tuan punya bahan ini. Namun begitu, anda mesti mendapatkan kebenaran jika anda ingin mengenakan bayaran ke atas pihak lain untuk akses kepada penerbitan ini (selain daripada kos dasar); memasukkan penerbitan ini di dalam iklan atau produk jualan; mengubahsuai penerbitan ini; atau menerbitkan kembali penerbitan ini dalam sebuah laman sesawang. Anda boleh meletakkan pautan kepada penerbitan ini secara bebas pada mana-mana laman sesawang jabatan kerajaan.

Pengarang: Steven Falivene
NSW Department of Primary Industries,
PO Box 62, Dareton NSW 2717
e-Mel: steven.falivene@dpi.nsw.gov.au

2017 Rekabentuk dan ilustrasi:
2021 Rekabentuk dan ilustrasi:

ISBN 978-1-76058-030-8 (2017)
2017 Edisi Pertama
2021 Edisi Kedua

Risalah ini dibiayai Tabung Dana Levi Buah Sitrus Inovasi Hortikultur Australia (Horticulture Innovation Australia Citrus Levy Fund), CT19001 dan Jabatan Industri Utama NSW.



Penafian: Maklumat yang terkandung di dalam penerbitan ini adalah berdasarkan pengetahuan dan pemahaman yang ada sewaktu karya ini dihasilkan (April 2021). Namun begitu, dan dengan mengambil kira perkembangan pengetahuan dari masa ke semasa, para pengguna diminta untuk mengambil maklum akan keperluan untuk memastikan maklumat yang mereka gunakan adalah maklumat mutakhir dan untuk memeriksa ketepatan semasa maklumat ini dengan pegawai berkenaan di Jabatan Industri Utama (Department of Primary Industries) atau penasihat bebas pengguna. Dengan mengambil kira bahawa sebahagian daripada maklumat dalam dokumen ini disediakan pihak ketiga, pihak Negeri New South Wales (State of New South Wales), pengarang dan penerbit adalah tidak bertanggungjawab ke atas ketepatan, ketepatan semasa dan kebetulan mana-mana maklumat yang terkandung di dalam dokumen ini yang disediakan pihak ketiga.

J20-031

Penghargaan

Ramai pekebun dan pembungkus buah telah menyumbang kepada buku panduan ini. Pihak pengarang amat menghargai sumbangan mereka dan sedar bahawa tanpa sokongan organisasi-organisasi dan individu-individu serta industri sitrus ini, buku panduan ini tidak mungkin dapat dihasilkan.

Terima kasih dirakamkan buat Andrew Creek (Pegawai Pembangunan Limau DPI NSW, Riverina) dan Myles Parker (Pemimpin DPI NSW Hortikultur Selatan) atas sokongan pembangunan dan pengurusan mereka, dan kepada Carey Martin (pegawai Penerbitan DPI NSW) atas sokongan penyuntingan beliau.

Terima kasih diucapkan atas sumbangan daripada:

Michelle Smith (NSW DPI)
Bronwyn Walsh (WA Citrus)
Clint Lamb (formerly NSW DPI Safety Specialist)
Jennifer Cooke (Mildura Physiotherapy and Rehabilitation Clinic)
Megan Douglas (Kinetic Exercise Physiology, Mildura)
Sarah Page (Personal Trainer, Mildura)
Alfred Karam (Green Valley Harvest)
Craig Pressler (2PH Farms)
Margaret Rowles (Bees Knees Citrus)
Michael McMahon (Abbotsleigh Citrus)
Craig Meyer (Vermont Citrus)
Andrew Harty (Agriexchange)
Daniel Lazar (Sunmar Investments)
Ben Cant and Charlie Shaw (Impi Highlands)
David Stevens (Ellerslie North Citrus)

Isi Kandungan

Pengenalan.....1	Mesin Jentera.....42
Persiapan..... 2	Traktor..... 42
Pakaian, beg dan	Forklift..... 43
sarung tangan.....2	Keselamatan.....44
Bio-Keselamatan Ladang.....4	Keselamatan semasa
Apabila anda bergerak	menggunakan tangga dan
antara ladang.....5	memetik.....44
Sewaktu di ladang.....6	Mesin..... 48
Apabila anda mula memetik .7	Kesihatan Peribadi.....49
Kelengkapan petikan.....10	Kemalangan.....50
Beg petikan.....10	Amalkan Kebersihan Baik..51
Tong.....12	Mengangkat dengan
Amalan petikan.....15	tangan..... 52
Petikan pulas dan patah...16	Petua Pemetikan.....56
Petikan dokong dan patah..17	Lampiran: Kelukaan Buah -
Petikan keratan tunggal...20	Oleocellosis.....60
Petikan dua kali keratan...21	Penghargaan.....62
Keratan akhir.....22	
Jenis alat keratan.....23	
Memetik dengan	
menggunakan beg.....26	
Petikan terpilih.....31	
Amalan Pemetikan.....32	
Tangga..... 36	
Menamatkan Hari.....41	

Pengenalan

Pemetikan buah sitrus perlu dilakukan dengan sungguh cermat dan teliti untuk memastikan para pengguna akan menerima buah yang selamat serta bermutu tinggi, dan agar keselamatan pemetik juga terjaga dalam proses berkenaan.

Buah sitrus mudah terluka atau rosak jika ia tidak dikendalikan dengan baik. Ini akan menyebabkan kecatatan atau kereputan buah sewaktu ia diangkut ke pasar. Pemetikan buah sitrus melibatkan kerja di persekitaran luar, di sekeliling mesin jentera dan memanjat tangga.

Risalah ini akan menyampaikan maklumat yang relevan supaya anda boleh memetik buah sitrus dengan sempurna mengikut kaedah yang tepat dan selamat.

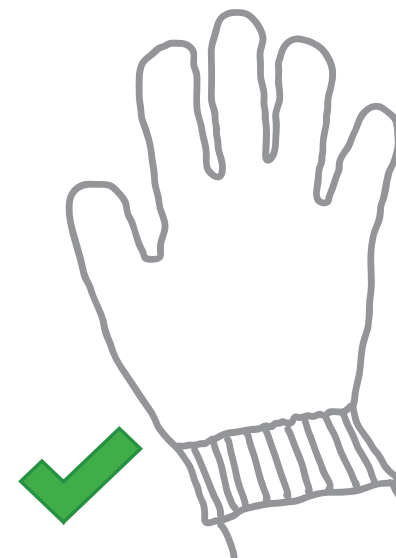
Untuk membantu mempertingkatkan buku panduan ini, sila sampaikan cadangan dan maklum balas anda kepada Steven Falivene:
Telefon 0427 208 611
e-Mel steven.falivene@dpi.news.gov.au

Persiapan Pakaian, beg dan sarung tangan

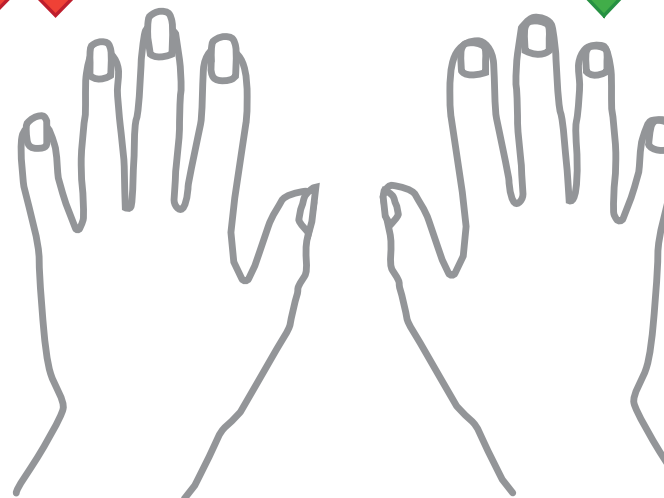
Kenakan pakaian sesuai



Pastikan anda senantiasa memakai sarung tangan bersih sewaktu anda mengendalikan buah. Gantikan sarung tangan bila ia sudah lusuh atau terkoyak dan jangan bawa ke ladang lain. Sarung tangan akan disediakan sama ada oleh majikan atau boleh dibeli dari kedai barangan pertanian.



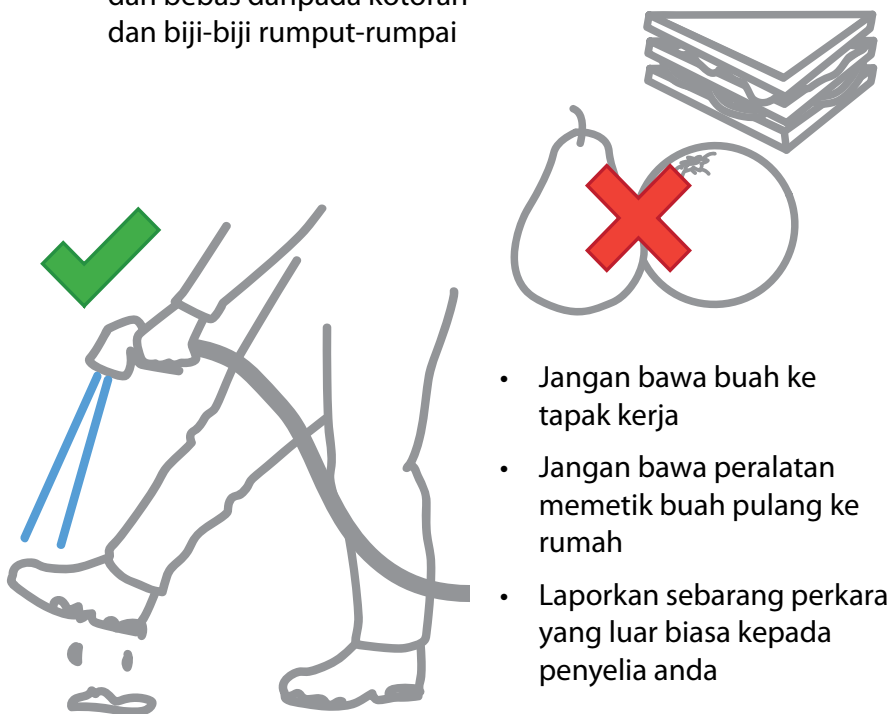
Pastikan kuku anda dipotong pendek.



Bio-Keselamatan Ladang

Untuk membantu menghalang penularan penyakit dan serangga perosak, sila patuhi peraturan-peraturan bio-keselamatan di ladang.

- Pastikan anda senantiasia meletakkan kereta anda di tempat letak kereta dan patuhi semua papan tanda
- Kenakan pakaian bersih setiap hari
- Jangan lupa untuk sering basuhkan topi anda!
- Pastikan kasut anda bersih dan bebas daripada kotoran dan biji-biji rumput-rumpai



- Jangan bawa buah ke tapak kerja
- Jangan bawa peralatan memetik buah pulang ke rumah
- Laporkan sebarang perkara yang luar biasa kepada penyelia anda

Apabila anda bergerak antara ladang:

- Bersihkan kereta dan peralatan anda
- Periksa dan pastikan kasut/topi bersih daripada kotoran dan biji-biji
- Buang semua buah-buahan dan sayur-sayuran mengikut cara yang betul sebelum bergerak ke kawasan baru
- Beritahu majikan anda tempat terakhir di mana anda bekerja



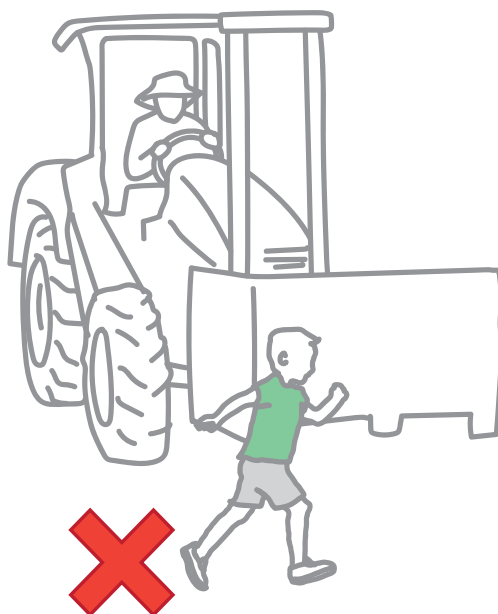
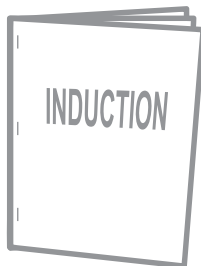
Sewaktu di ladang

Sila semak dengan penyelia anda tentang sebarang keperluan khusus yang ada untuk bekerja di kebun itu. Maklumat ini biasanya terkandung di dalam dokumen pengenalan atau induksi (induction) ladang berkaitan dan termasuk maklumat tentang:

- keperluan keselamatan tertentu (contohnya pakaian Hi-Vis)
- melaporkan dan memaklumkan tentang insiden di tempat kerja
- bagaimana untuk mendapatkan pertolongan perubatan kecemasan
- prosedur-prosedur kecemasan
- dasar adab kelakuan dan kebersihan
- kawasan-kawasan tempat letak kereta
- had-had laju.

Kanak-kanak dan binatang peliharaan tidak dibenarkan di ladang

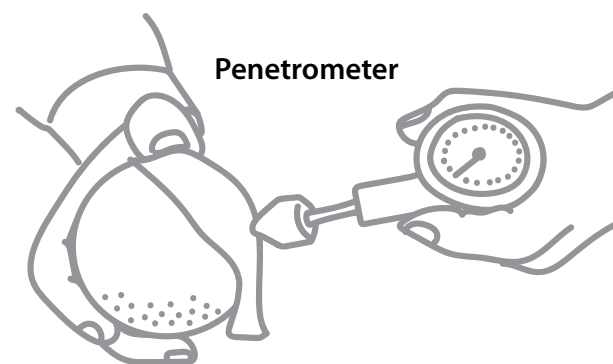
- Kanak-kanak sangat terdedah kepada bahaya traktor dan mesin jentera



Apabila anda mula memetik

Sila semak dengan penyelia anda setiap pagi tentang bila dan di mana untuk memetik buah. Keadaan boleh berubah semalaman dan juga pada sepanjang hari.

- Hanya petik daripada deretan yang diperuntukkan kepada anda. Bila anda sudah selesai, minta arahan lanjut.
- Waktu paling baik untuk mula memetik buah ialah bila embun sudah kering pada pokok dan keadaan cuaca semasa mengizinkan. Kadangkalanya ini tidak begitu sesuai antara pukul 10 pagi – 12 tengahari.
- Pemetikan buah boleh dihentikan pada bila-bila masa disebabkan perubahan keadaan cuaca.
- Pemetikan buah mungkin tidak akan dilakukan pada hari-hari tertentu (misalnya bila ia terlalu sejuk, berembun/kabus lebat atau hujan).
- Penjaga kebun buah biasanya akan menggunakan sebuah penetrometer untuk melihat sama ada buah tersebut sudah sedia untuk dipetik.



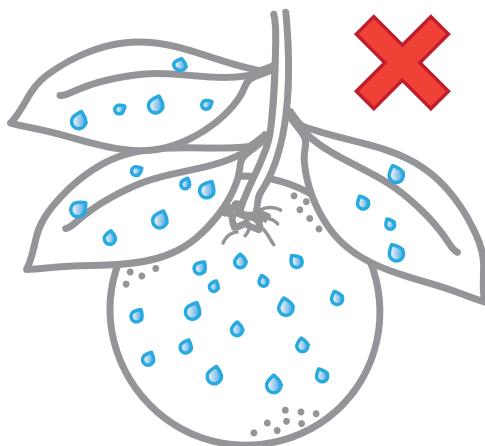
- Pemetikan buah boleh dimulakan pada sebelah awal pagi pada musim panas jika embun sudah kering pada pokok.



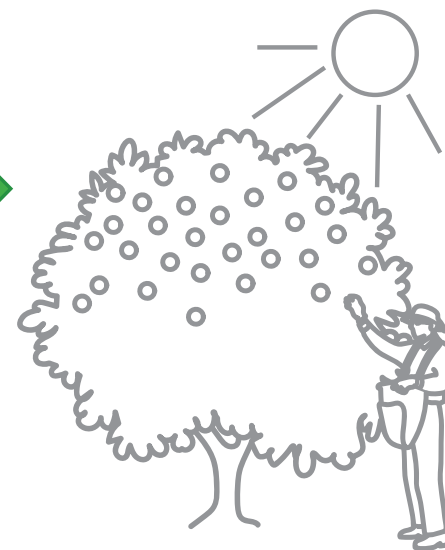
Buah akan rosak atau merosot bila ia dipetik dalam keadaan yang tidak mengizinkan (oleocellosis, hlm. 60).
Jangan petik buah oren bila keadaan basah (hujan atau berembun).

Jika buah basah, laporkan kepada penyelia anda.

Sesetengah jenis buah mandarin yang dipetik dengan cara keratan gunting (hlm. 20), boleh dipetik bila ia basah, sila periksa dengan penyelia anda.



Buah mesti kering.



Jangan petik buah jika suhu kurang daripada 12 °C. Pada musim panas, mulakan pada sebelah awal pagi untuk mengelakkan kepanasan siang hari, dan minum banyak air.



Kelengkapan Petikan Beg Petikan

Buah mesti dipetik dan dibubuh ke dalam **beg petikan**. Beg-beg ini seharusnya berada di dalam keadaan baik dan padat dan dipakai dengan cara yang betul.

Terdapat dua saiz beg: 1 kes (~16kg) dan 1½ kes (~22kg). Gunakan beg yang sesuai dengan kapasiti beban pikulan anda dan jangan melebihi kapasiti beban pikulan anda.



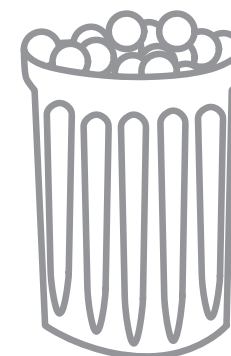
Bio-keselamatan Kebun

Serangga boleh jatuh ke dalam beg. Goncangkan beg petikan pada penghujung hari dan sebelum anda bergerak ke satu blok atau ladang baru.



Jangan guna timba.

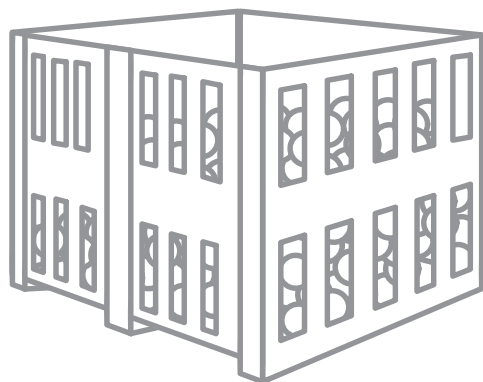
Jangan petikkan buah ke dalam timba atau tong sampah. Buah boleh rosak (hlm. 60) bila ia dicampak ke dalam timba atau bila timba dituangkan ke dalam tong.



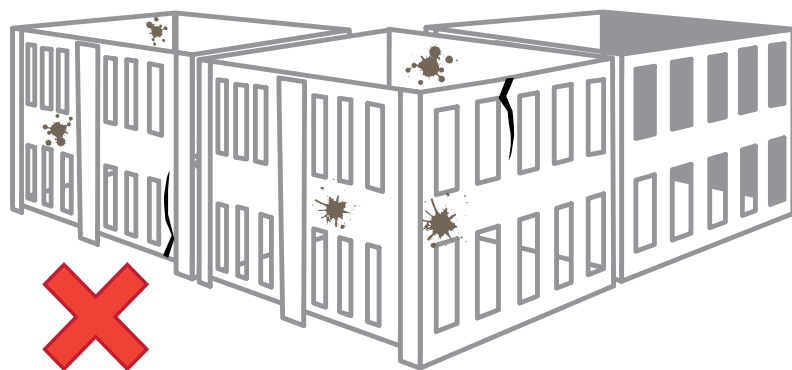
Tong

Buah dituangkan daripada beg petikan ke dalam tong plastik.

Buangkan sebarang duri biji, serangga, ranting, lumpur, sampah, kepingan buah yang tua atau rosak dsb.



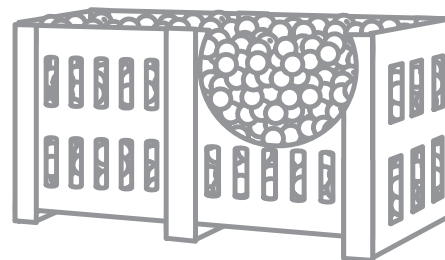
Asingkan dan laporkan sebarang tong yang sudah pecah, terlalu kotor atau dicemari kimia kepada penyelia anda.



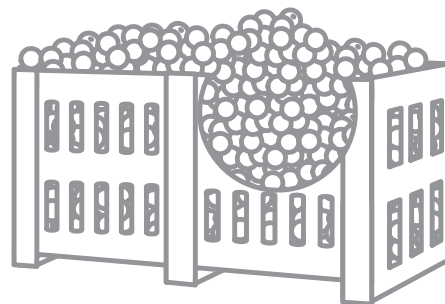
Isikan tong dengan elok



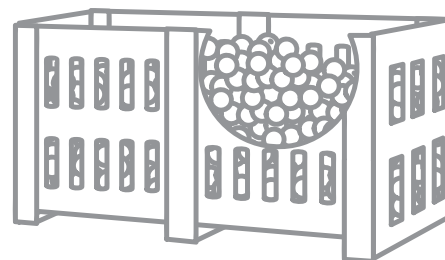
Buah patut diisi hanya setakat ke bahagian paras atas tong sahaja (paras air)



Jangan isikan tong secara berlebihan



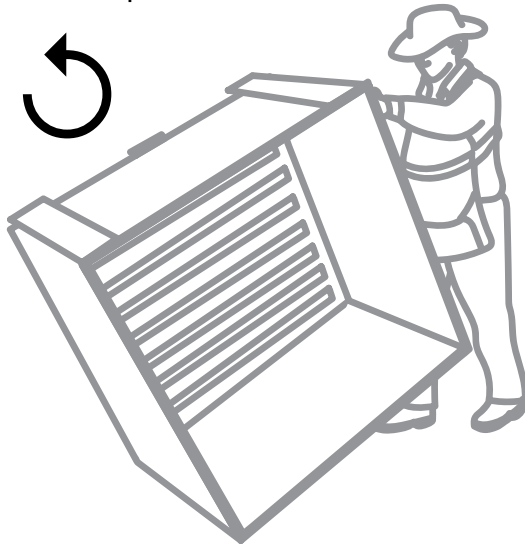
Jangan isikan tong kurang daripada sepatutnya



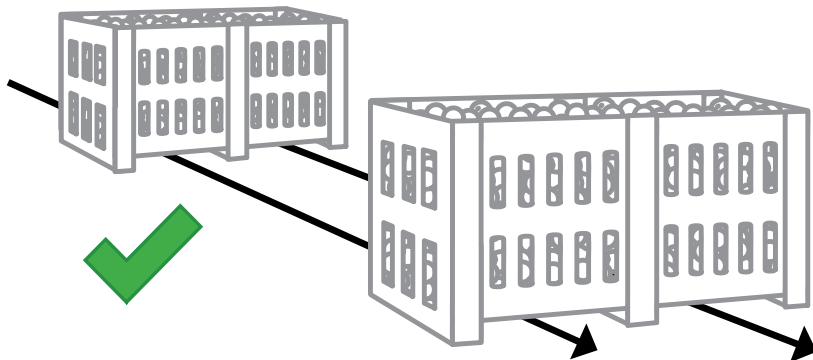
Memindah tong kosong

Minta bantuan forklift jika anda perlu memindahkan tong ke jarak yang agak jauh. Hanya cuba pindahkan tong jika ia di dalam had kemampuan anda untuk mengangkatnya, jika tidak, dapatkan bantuan.

Kadangkala ia mungkin lebih senang untuk mengalihkan tong dengan mengolekkan tong itu pada bahagian sisinya daripada mengheretnya.

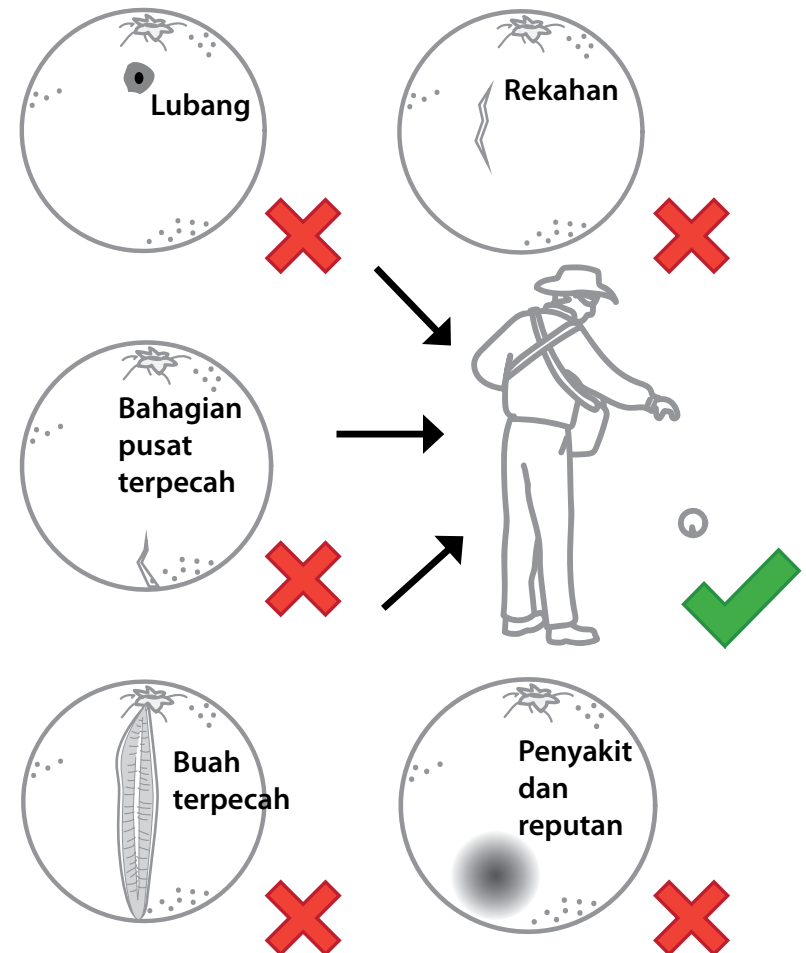


Pastikan lubang forklift pada tong menghadap ke arah yang betul dalam deretannya



Amalan Pemetikan

Buah yang pecah atau yang kulitnya terkopak mesti dibuang ke tanah.

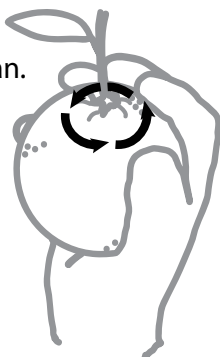


Petikan pulas dan patah

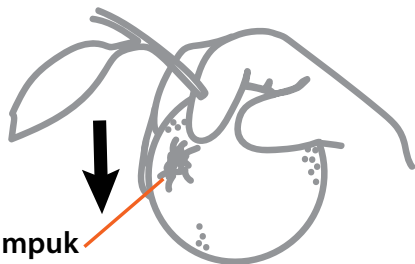
Kaedah petikan ini lazimnya diguna untuk memetik buah oren, limau gedang (grapefruit), limau, limau nipis dan sesetengah buah mandarin.

Sasarkan agar tampuk buah kekal berada di bahagian atas buah berkenaan.

PULAS. Pegangkan buah dalam genggamannya, tetapi jangan picit buah dengan terlalu kuat (kelukaan buah, hlm. 60).



CONDONGKAN hingga ia berada pada kedudukan melintang.



PATAHKAN secara pantas bila buah sudah berada pada kedudukan sudut tepat dari tangkai dengan menarik dengan cepat ke bawah.

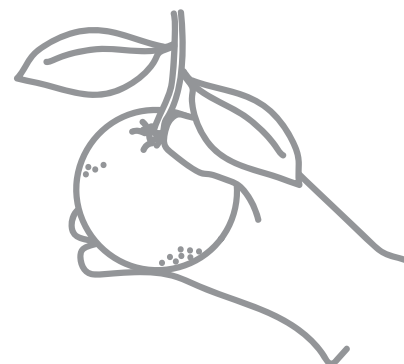
Tampuk



Aksi memulas, mencondong dan mematahkan buah perlu dilakukan dalam satu aksi yang cepat dan pantas.

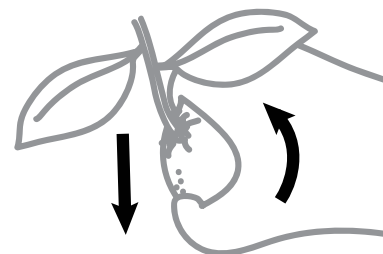
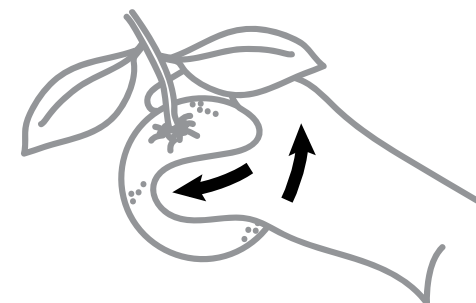
Petikan dokong dan patah

Petikan dokong dan patah ialah satu kaedah memetik yang lebih cepat sedikit dan memerlukan kemahiran serta latihan tambahan bagi mengelakkan tampuk buah daripada tertanggal. Kaedah ini mengurangkan masalah kelukaan akibat terkena sentuhan jari, tetapi lebih baik untuk mencubanya selepas anda mendapatkan pengalaman terlebih dahulu.



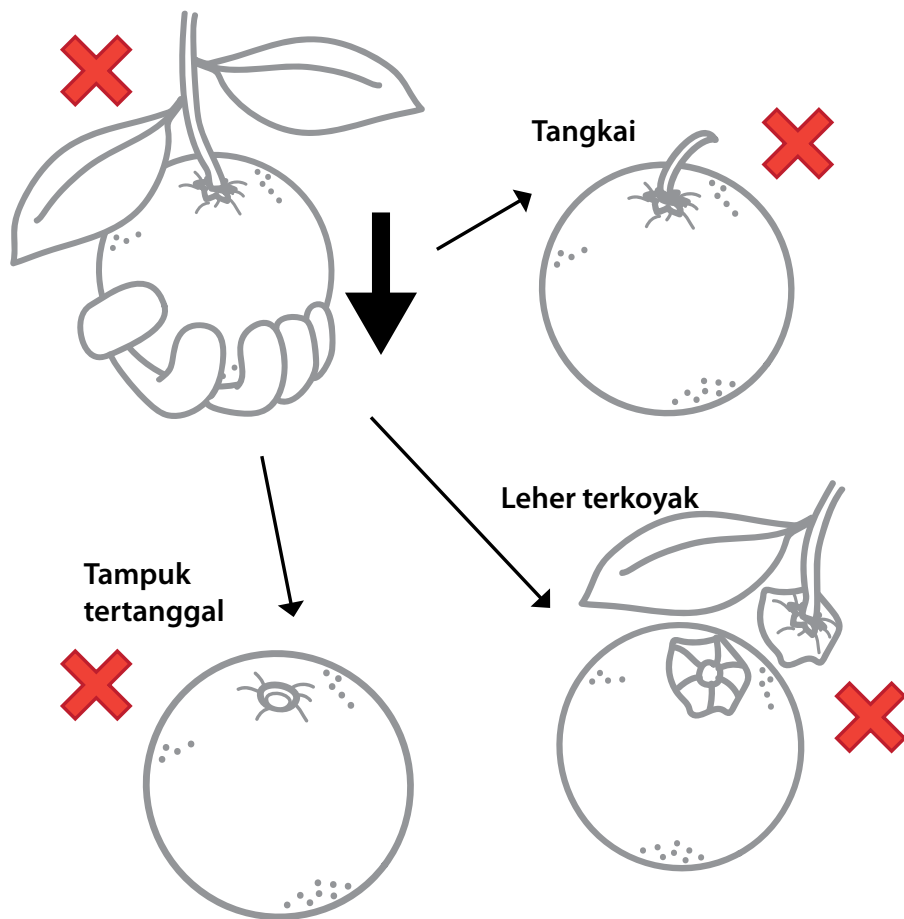
Dokong bahagian belakang buah di dalam tapak tangan anda.

Condong dan pulaskan buah itu.



Terus condong dan pulaskan buah itu sehingga ia berada dalam kedudukan melintang kemudian patahkan daripada dahan.

Memulas atau mencondongkan buah dengan cara kurang sesuai, atau mematahkannya dengan terlalu perlahan, boleh menyebabkan tangkai dan sisi tampuk yang terkoyak atau tampuk yang tertanggal.

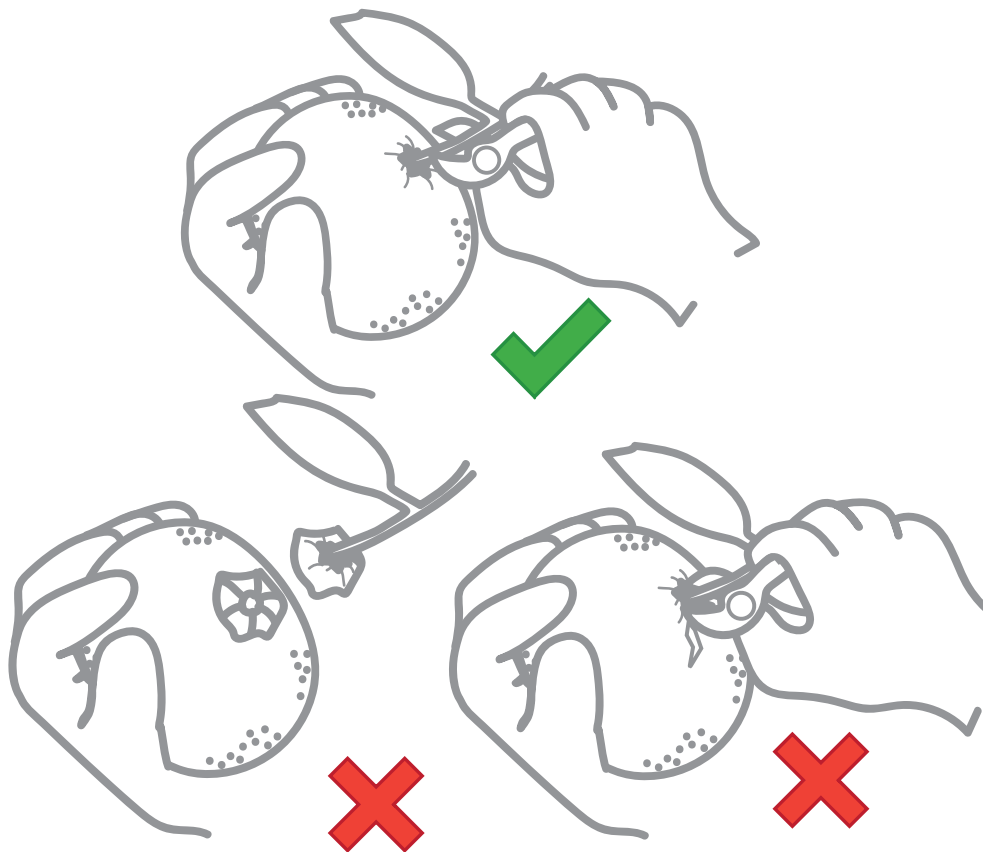


Pulas, condong dan cabutkan tangkai jika ia masih tertinggal pada buah berkenaan.



Petikan keratan tunggal

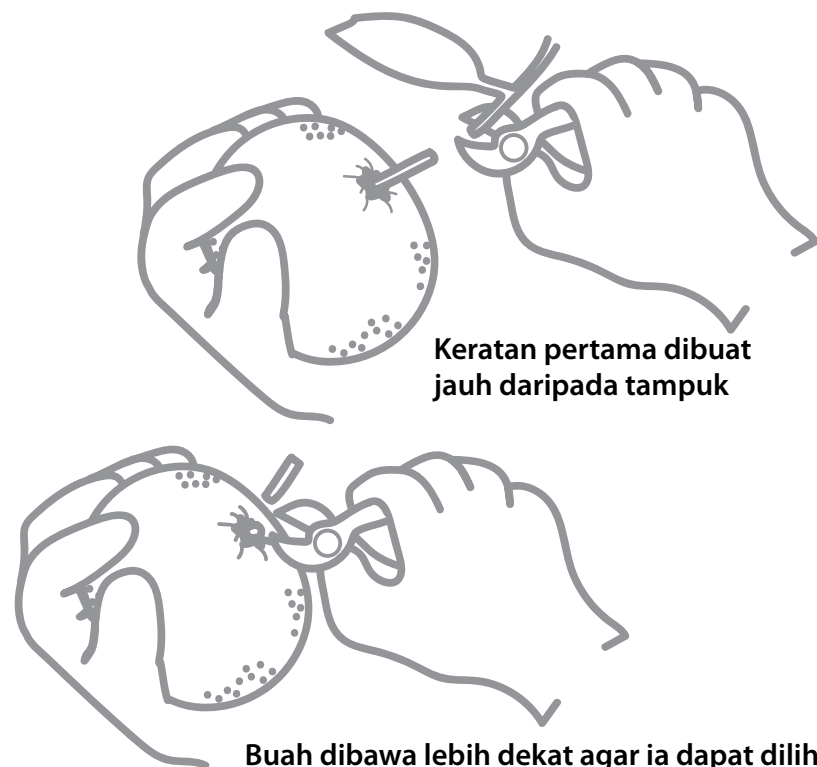
Kebanyakan buah mandarin dipetik dengan cara keratan (klip). Periksa dengan penyelia anda jika ia diperlukan bagi jenis-jenis buah lain.



Jangan koyak, gores atau potongkan buah. Jangan tekan tampuk buah dengan terlalu kuat bila mengeratkannya.

Petikan dua kali keratan

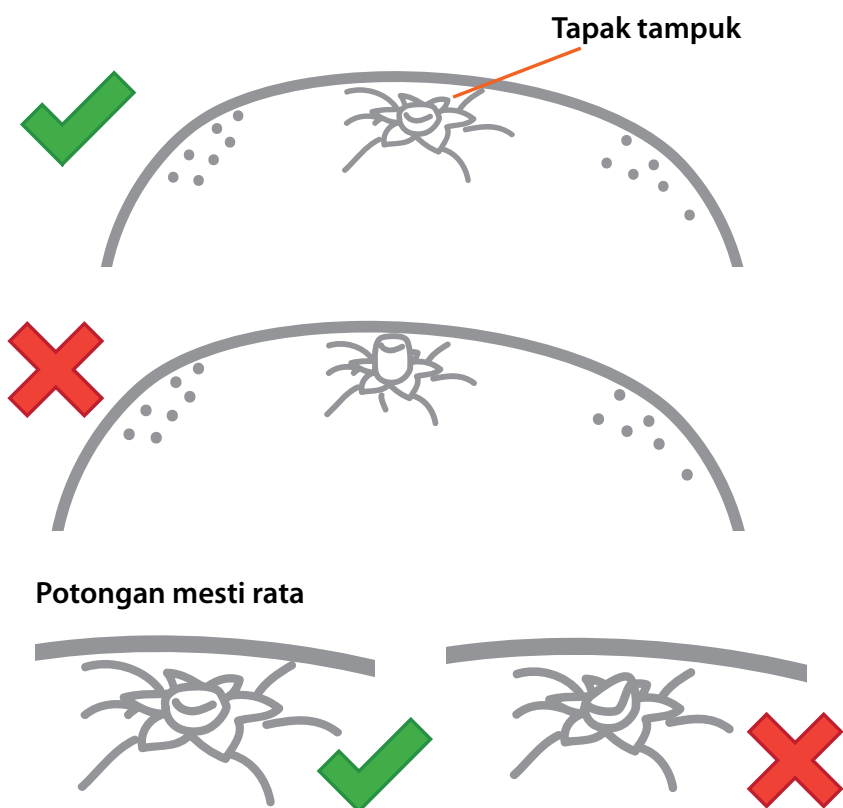
Petikan dua kali keratan mengurangkan kerosakan buah dan menghasilkan sebuah rupa keratan akhir yang lebih konsisten (hlm. 22). Gunakan kaedah ini bila anda mula belajar tentang cara bagaimana untuk membuat petikan keratan dan/atau bila buah tidak dapat dicapai dengan mudah. Sesetengah kebuh memerlukan **semua** buah untuk dipetik dengan cara petikan dua kali keratan.



Buah dibawa lebih dekat agar ia dapat dilihat dengan jelas dan ia kemudian dikerat untuk kali kedua dengan lebih tepat

Keratan akhir

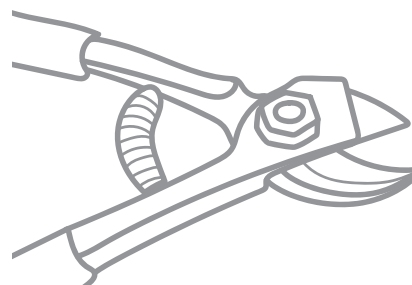
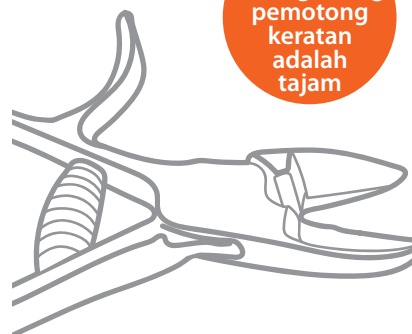
Tangkai mesti dikerat pendek, rata dan serendah mungkin ke tapak tampuk. Tangkai panjang boleh merosakkan buah lain. Tetapi, keratan tidak patut dibuat dengan menekan tampuk buah sewaktu ia dikerat kerana ia boleh memotong tampuk atau buah itu sendiri.



Jenis alat keratan



Pastikan mata gunting pemotong keratan adalah tajam

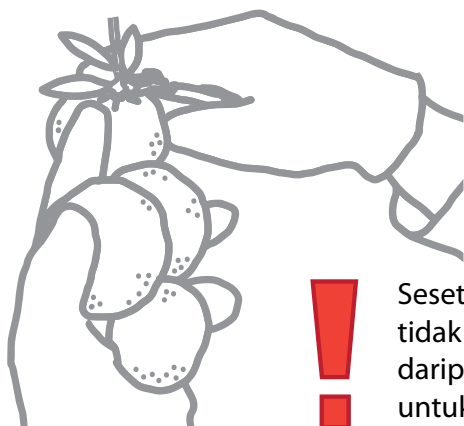


Gunting pemotong keratan yang tiris, melengkung sedikit, dengan hujung yang tumpul, adalah sangat tajam dan boleh memotong tangkai tebal dengan mudah, tetapi pastikan anda berhati-hati kerana ia juga boleh merosakkan buah dan memotong pengguna.

Gunting pemotong keratan dengan hujung yang separuh tumpul adalah agak tajam, dan berpotensi untuk mengurangkan kerosakan buah daripada gunting pemotong keratan tiris dan memuncung, dan boleh memotong tangkai tebal dengan lebih mudah berbanding gunting pemotong keratan hujung tumpul.

Gunting pemotong keratan muncung yang tiris dengan penghujung tumpul akan menyebabkan kerosakan yang paling sedikit ke atas buah, tetapi ia memerlukan usaha yang lebih sedikit untuk memotong buah jenis bertangkai tebal. Baik untuk mereka yang baharu sahaja mula memetik.

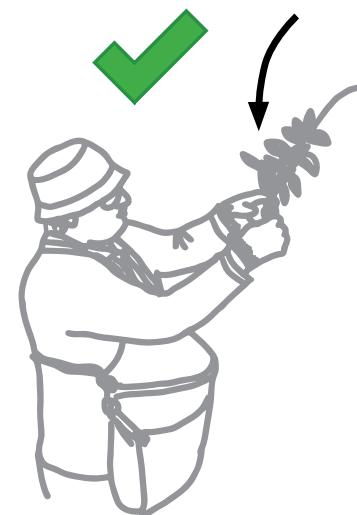
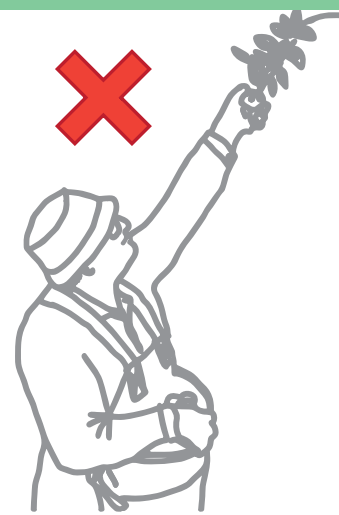
Majikan boleh menyediakan gunting pemotong keratan, atau ia boleh dibeli daripada kedai-kedai bekalan pertanian.



Sesetengah kebun mungkin tidak akan membenarkan lebih daripada satu buah mandarin untuk dikerat dengan satu tangan, kerana ia boleh merosakkan buah.



Cara yang paling baik ialah untuk mengerat buah mandarin satu demi satu.



Jangan tarik buah mandarin untuk mendekatkannya kepada anda. Koyakan kecil boleh terjadi dan ini akan menyebabkan kereputan buah. Gerakkan diri anda lebih dekat dan/atau gunakan kaedah petikan dua kali keratan.

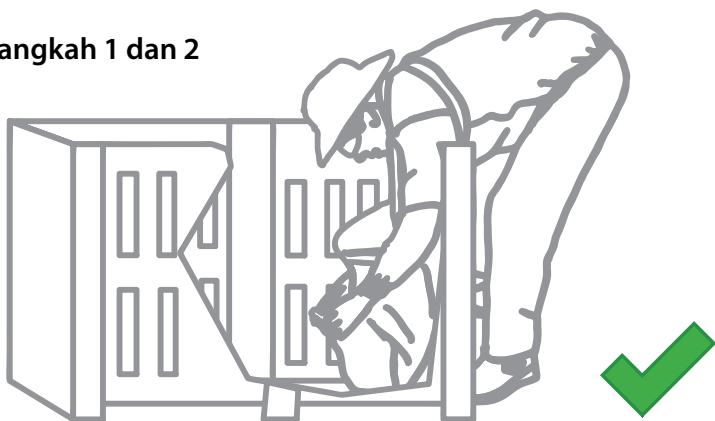
Dalam iklim hawa hangat atau semasa hari hangat/panas, buah-buahan mungkin perlu ditutup untuk melindunginya daripada dibakar sinaran matahari.



Memetik dengan menggunakan beg

Buah sitrus mudah rosak atau tercacat (oleocellosis hlm. 60); kendalikan buah dengan berhati-hati.

Langkah 1 dan 2



Langkah 3



Letakkan buah dengan cermat ke dalam tong

1. Bongkok untuk meletakkan beg yang sudah penuh ke bahagian bawah tong, atau ke atas buah yang sudah ada dalam tong berkenaan.
2. Bila beg tersebut sudah stabil dan disokong, bukakan tali ikatannya,
3. Angkat beg dengan perlahan supaya buah itu boleh berguling keluar daripada beg (gunakan sokongan tangan dan kaki jika perlu, hlm. 28)
4. Jangan biarkan buah terjatuh atau terhumban keluar: buah patut berguling atau bergolek keluar dari beg.



Petua

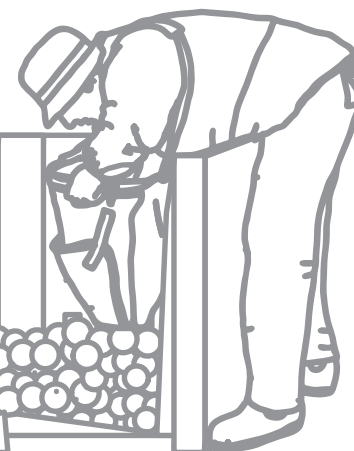
Untuk membantu mengurangkan beban pada bahagian belakang anda sewaktu anda melepaskan muatan buah dari beg anda, anda boleh pegangkan tong dan bengkokkan lengan dan kaki anda bila anda menurunkan beg ke dalam tong dan kemudian angkat beg itu untuk melepaskan buah ke dalam tong. Pindahkan sokongan beban dari bahagian belakang anda ke lengan dan tangan anda. Melepaskan buah dengan berdiri di sudut tong kadangkala lebih mudah – tentukan cara yang paling baik untuk anda.



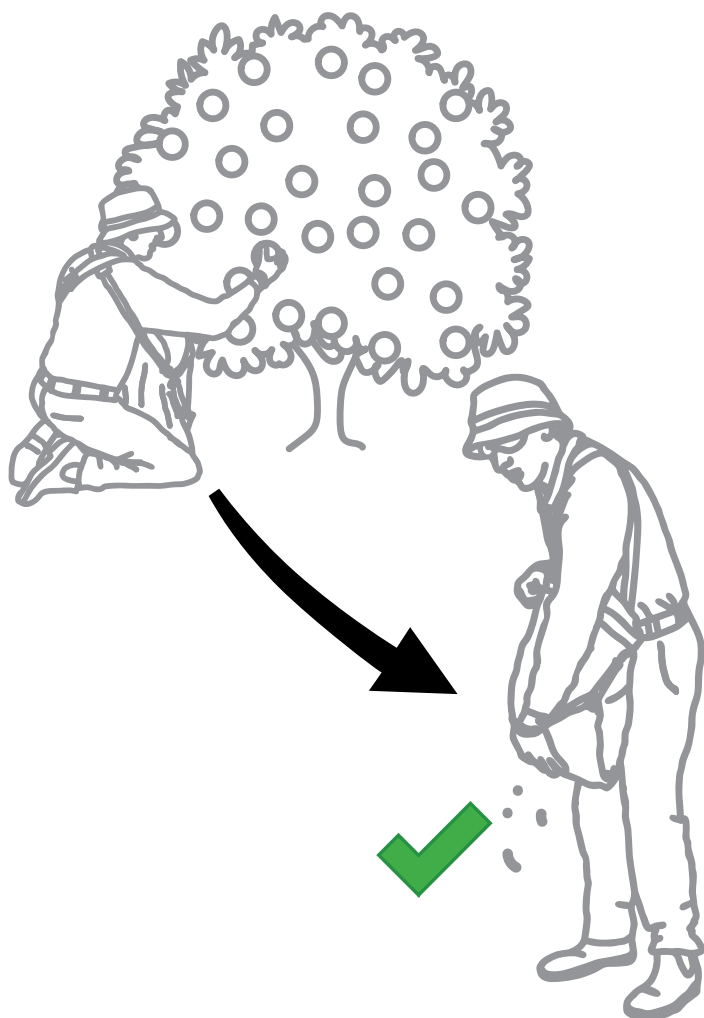
Jangan isi beg secara berlebihan



Jangan letakkan beg yang penuh dengan buah di atas tepi tong, letakkan terus dengan cermat dan berhati-hati ke dalam tong (hlm. 26).



Bila memetik dari pokok kecil, sapukan bahagian bawah beg jika ia tersentuh ke tanah untuk membuang duri biji dan kotoran lain.

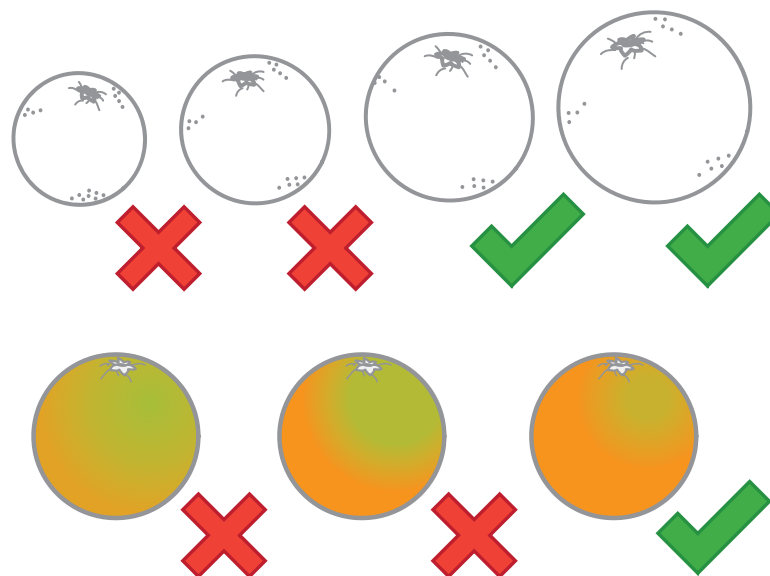


Petikan Terpilih

Kadangkala buah dipetik berpandukan warna (kematangan kulit) atau saiz agar ia memenuhi keperluan pasaran dengan lebih baik.

Jika anda memetik buah secara terpilih, penyelia anda akan menunjukkan jenis buah yang perlu dipetik atau jangan dipetik mengikut saiz dan/atau warna yang ditentukan.

Contohnya:



Kaedah petikan terpilih ialah lebih lambat daripada petikan melucut (strip picking) (memetik keseluruhan pokok sekaligus)

Amalan Pemetikan

Petik semua buah sebelum bergerak ke pokok yang lain.

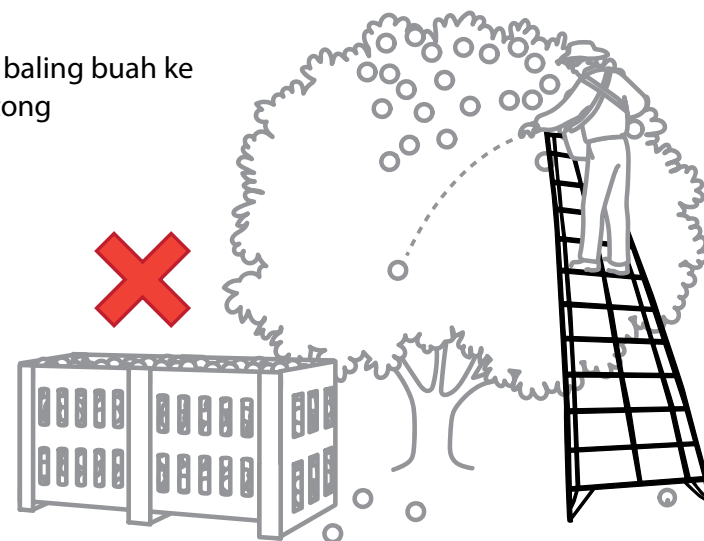


JANGAN SEKALI-KALI kutip buah yang sudah jatuh ke tanah

Jangan kutip buah yang terjatuh

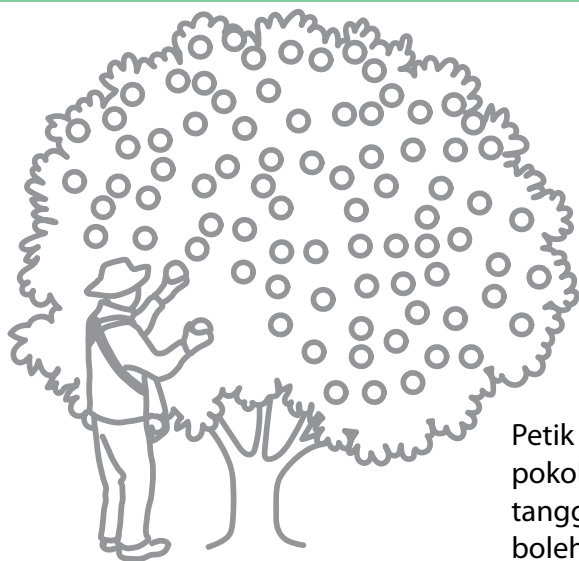


Jangan baling buah ke dalam tong

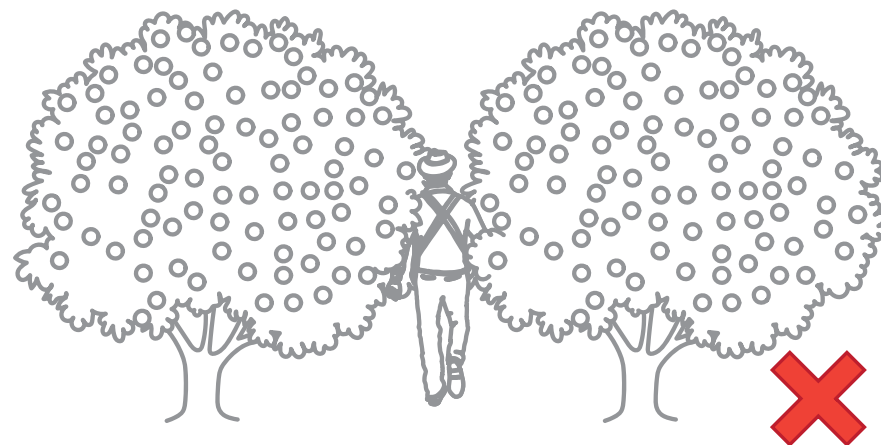


Panjat tangga dengan beg kosong dan turun kembali dengan beg penuh untuk mengisikan muatan buah yang sudah dipetik ke dalam tong.

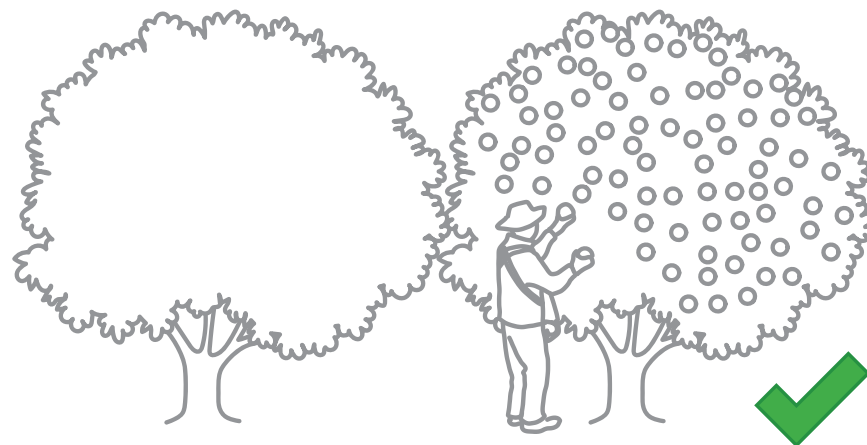




Petik bahagian bawah pokok sebelum gunakan tangga. Tangga tersebut boleh merosakkan buah di bahagian bawah.



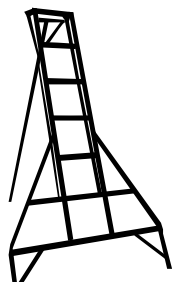
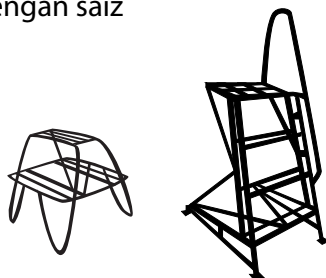
Jangan jalan di antara pokok dengan buah yang belum dipetik. Petikkan buahnya terlebih dahulu untuk merintis sebuah laluan yang jelas. Petik dan habiskan pokok-pokok satu demi satu.



Tangga

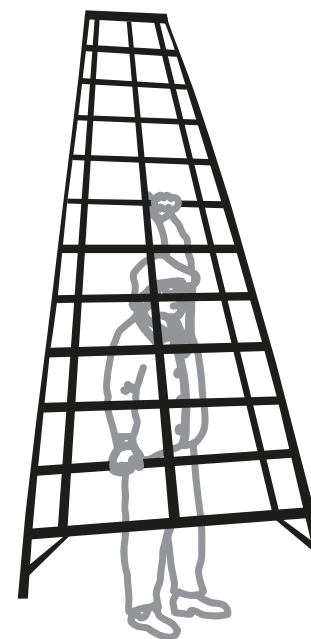
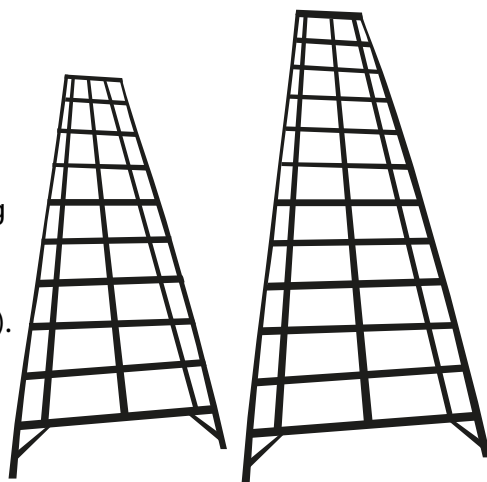
Gunakan tangga yang bersesuaian dengan saiz dan kekukuhan pokok berkenaan.

Tangga kecil (satu atau dua anak tangga) dan tangga pelantar (platform) biasanya diguna untuk pokok mandarin saiz sederhana.



Tangga berkaki tiga diguna untuk pokok berdahan lemah atau berdahan jarang yang tidak boleh menyokong tangga melengkung. Ia biasanya diguna untuk pokok yang berada di atas tanah bertimbun atau pokok buah mandarin.

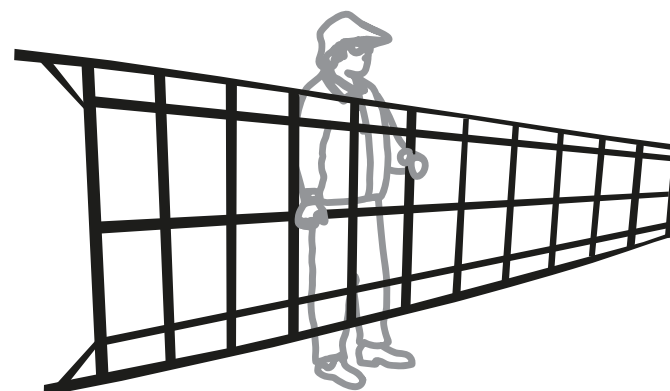
Tangga melengkung biasanya diguna pada pokok buah oren yang sudah matang. Terdapat dua saiz yang lazim ditemui, 3 m (10 anak tangga) dan 3.6 m (12 anak tangga).



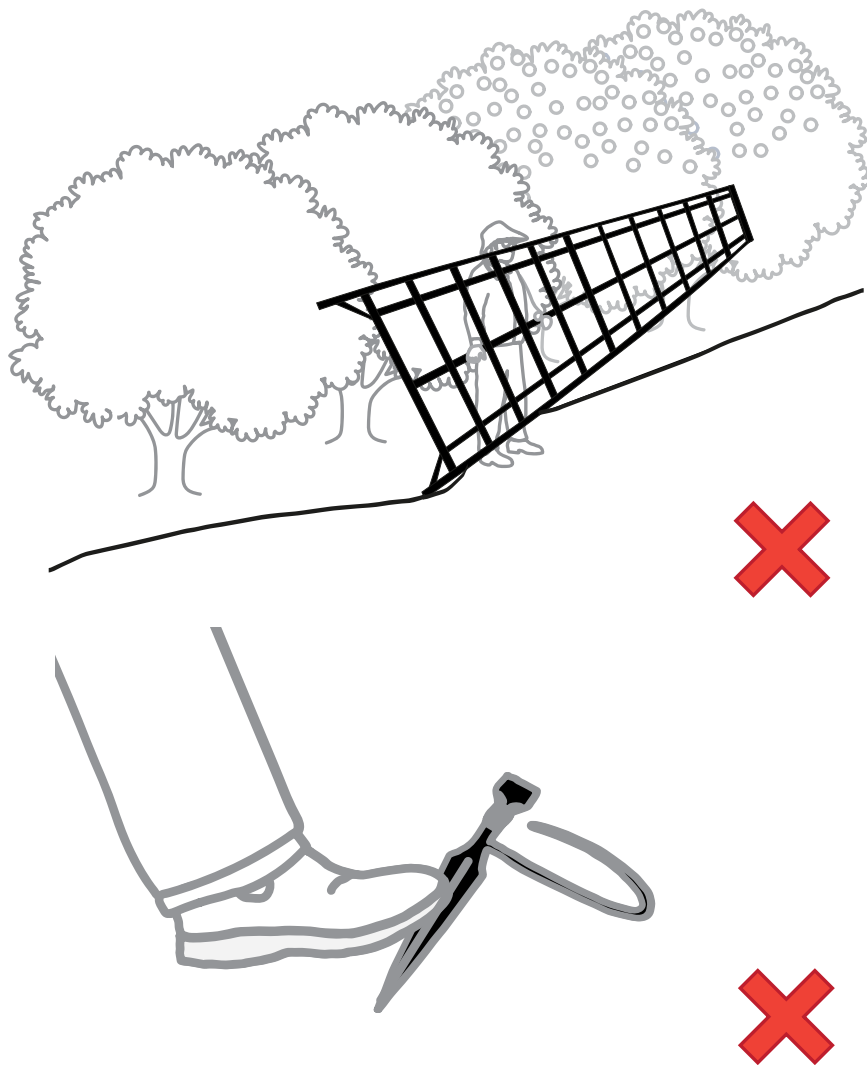
Cara paling baik untuk membawa tangga ialah secara menegak dengan satu lengan memegang anak tangga bawah dan lengan yang satu lagi memegang anak tangga atas.



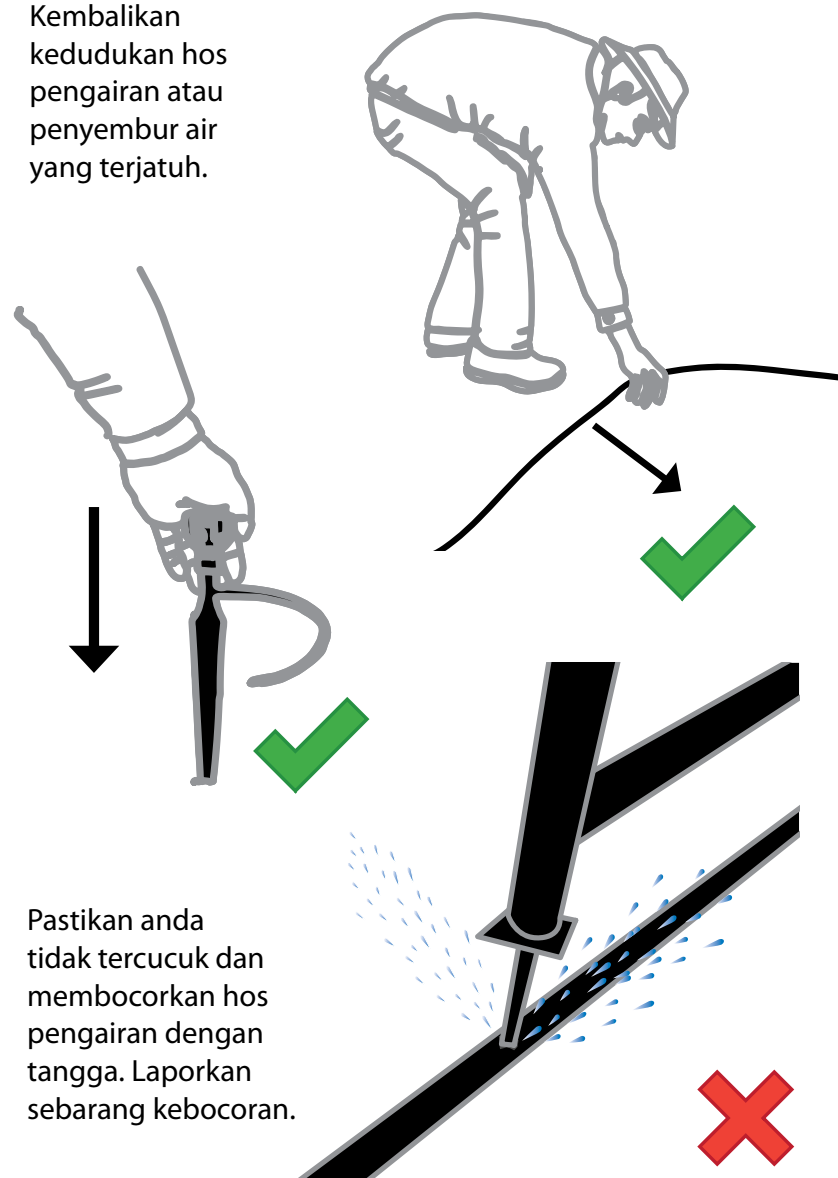
Tangga boleh dibawa secara melintang, tetapi bila ia dibawa begini, ia mudah terhentak atau terkena orang lain atau mesin jentera.



Pastikan anda tidak tertolak penyembur air (sprinkler) atau tertarik hos pengairan (irrigation lines) dengan tangga anda.

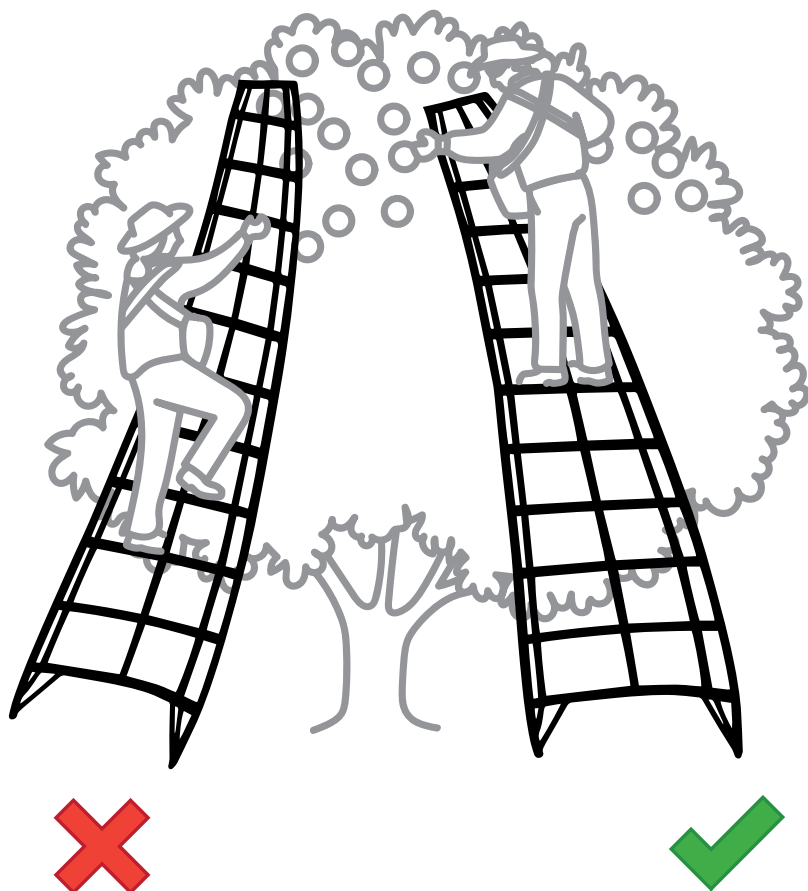


Kembalikan kedudukan hos pengairan atau penyembur air yang terjatuh.



Pastikan anda tidak tercucuk dan membocorkan hos pengairan dengan tangga. Laporkan sebarang kebocoran.

Letakkan tangga melengkung dengan menghadapkan bahagian berlekuk ke arah luar dan sandarkan bahagian atas tangga ke bahagian tengah pokok.



Menamatkan hari

Laporkan sebarang kerosakan peralatan kepada penyelia anda.

Simpan dan letakkan tangga jauh ke tepi agar ia tidak menghalang traktor yang perlu mengutip buah mengikut deretan atau perlu mengalihkan tong.

Tanya penyelia anda di mana tangga patut diletak.

- di antara pokok, atau
- di hujung deretan, atau
- di atas sebuah treler tangga atau trak.



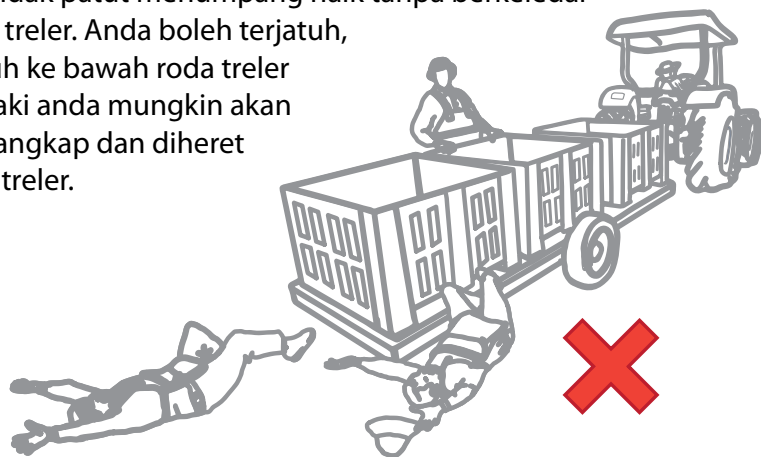
Mesin Jentera Traktor

Hanya gunakan traktor setelah anda diberi kebenaran dan dilatih oleh penyelia.

- Patuhi prosedur penggunaan traktor secara selamat seperti yang ditunjukkan oleh penyelia.
- Hanya seorang sahaja dibenarkan untuk menaiki sebuah traktor pada satu-satu masa.
- Awasi orang dan pandu dengan cermat dan perlahan-lahan di sepanjang bahagian deretan.

Jangan letakkan barangan peribadi (contohnya bekal makanan, minuman, beg tangan) di sebelah tong atau traktor kerana pemandu forklift mungkin tidak akan nampak barangan ini.

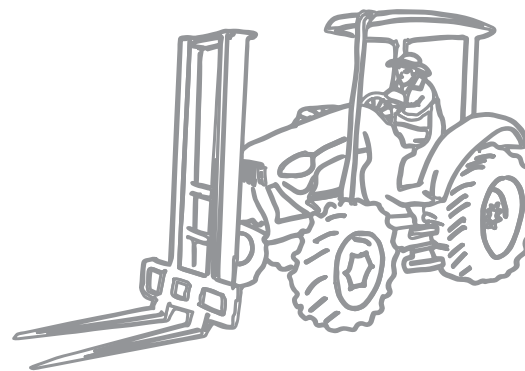
Menumpang naik di atas tong treler adalah merbahaya. Anda tidak patut menumpang naik tanpa berkeledar di atas treler. Anda boleh terjatuh, Terjatuh ke bawah roda treler atau kaki anda mungkin akan terperangkap dan diheret dalam treler.



25

Forklift

Sesetengah negeri memerlukan lesen forklift untuk menggunakan sebuah traktor dengan sebuah peralatan tiang forklift. Untuk negeri-negeri lain, hanya gunakan sebuah forklift jika anda sudah dibenarkan dan dilatih oleh penyelia.



Jika anda meninggalkan sebuah mesin seperti forklift atau traktor sementara enjinnya masih berjalan, pastikan mesin tersebut dalam keadaan BERHENTI (PARK) dan pasang brek tangan.

- Patuhi semua keperluan keselamatan traktor dan/atau forklift
- Semua tong buah mesti dikumpulkan kembali pada penghujung hari
- Jika ada tong yang tertinggal semalaman di luar, letakkan ke tepi dan maklumkan kepada penyelia anda.

Jangan tumpang naik di atas kenderaan, forklift, traktor atau di belakang trak kerja atau di atas treler tanpa berkeledar.

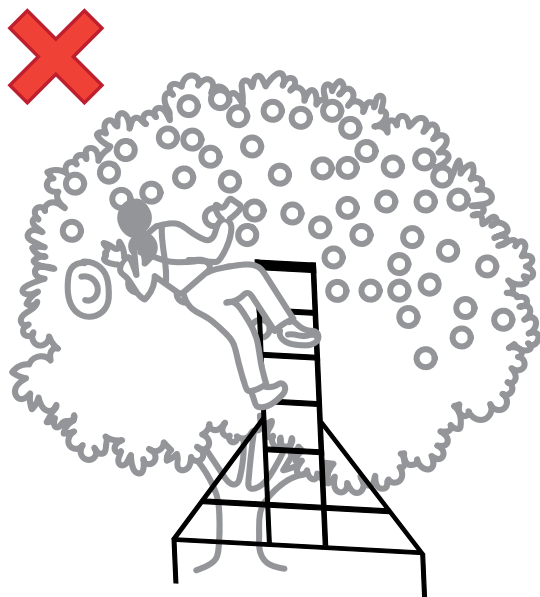
Keselamatan

Keselamatan semasa menggunakan tangga dan memetik

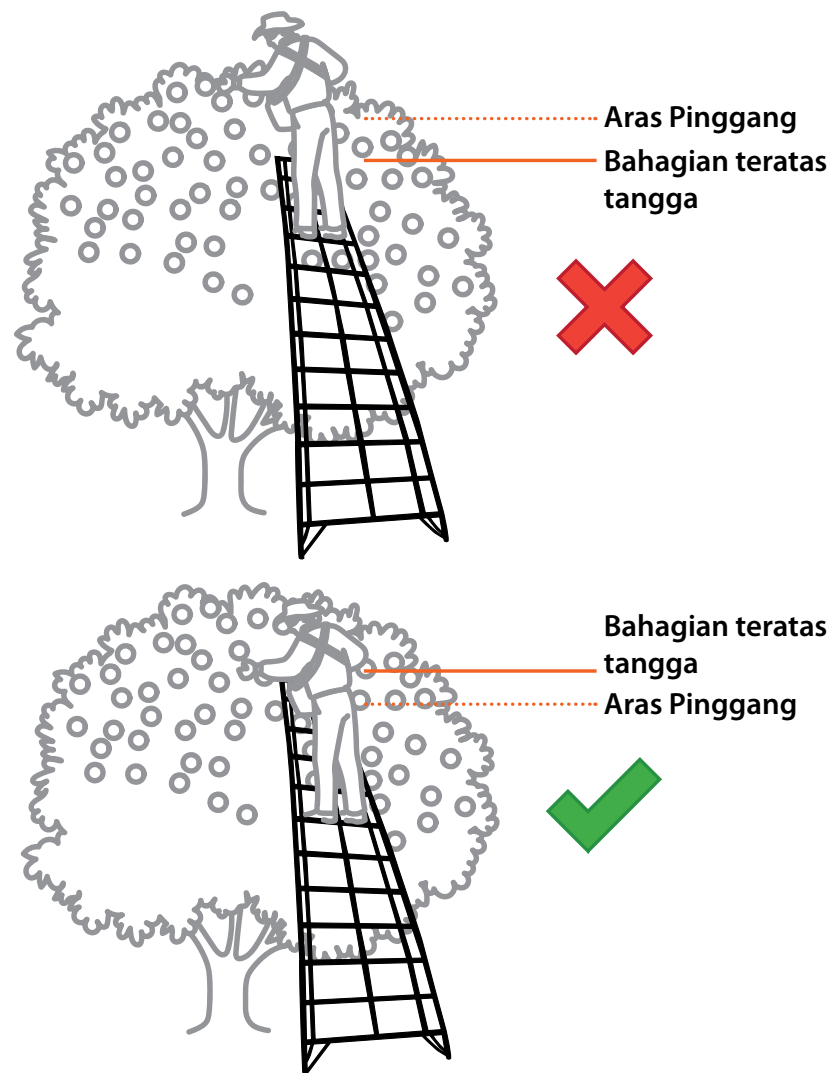
Letakkan tangga anda dengan cermat dan berhati-hati

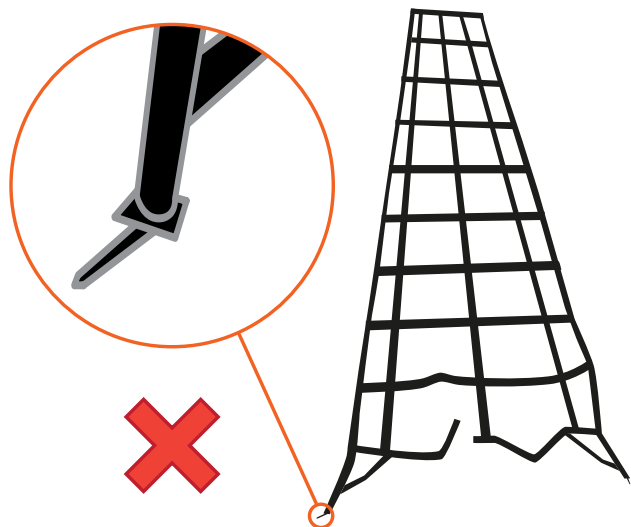
Gunakan tangga dan pastikan ia stabil. Tekankan kaki tangga ke dalam tanah dan pastikan tangga tersebut menyandar pada dahan-dahan yang kuat dan tidak akan jatuh dan merempuh pokok berkenaan. Tolak dan goncangkan tangga tersebut sebelum anda memanjatnya untuk memastikan ia memang bersandar dengan teguh dan kukuh.

Jangan melunjur terlalu jauh ke hadapan daripada tangga.



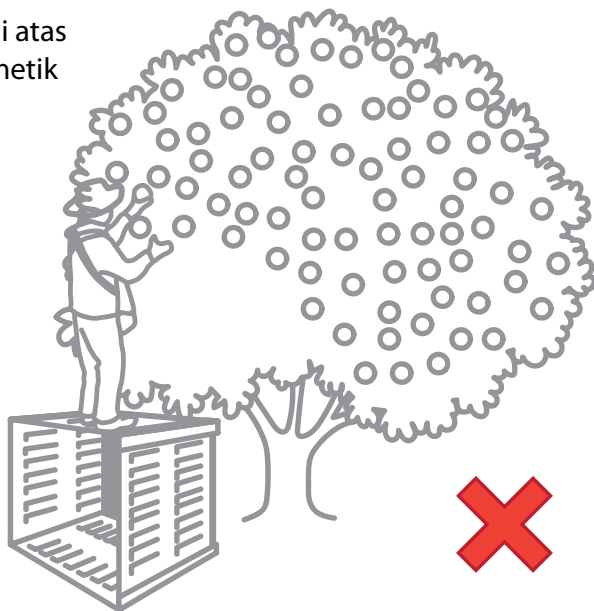
Jangan berdiri di atas anak tangga teratas pada tangga tersebut. Bahagian teratas tangga tidak boleh berada di bawah aras pinggang anda.





Jangan
guna tangga
yang rosak
atau tidak
sempurna

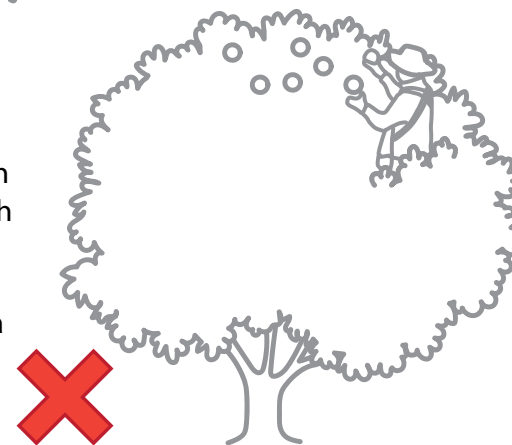
Jangan berdiri di atas
tong untuk memetik
buah, gunakan
tangga.



Jangan letak kaki tangga pada tempat tanah bertimbun.
Kaki tangga mesti diletakkan di atas tanah dengan paras
yang rata. Cara paling baik adalah dengan menggunakan
tangga berkaki tiga (tripod) (hlm. 36) dengan paras
ketinggian kaki boleh disesuaikan.



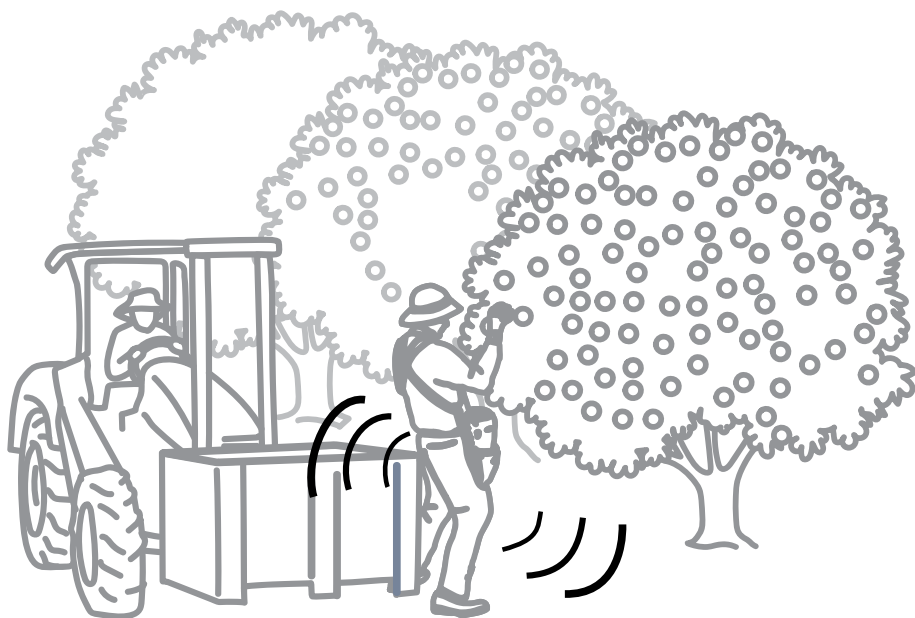
Jangan panjat ke atas
pokok untuk mencapai
buah. Jangan petik buah
yang terletak terlalu jauh
dari capaian tangga.
Alihkan tangga anda
untuk memastikan anda
boleh memetik semua
buah berkenaan
dengan selamat.



Mesin

Awasi dan dengarkan traktor dan mesin jentera

- Jauhkan diri daripada traktor; anggapkan bahawa pemandu tidak dapat melihat anda
- Pastikan anda berhati-hati khususnya bila traktor bergerak melalui deretan di mana anda sedang memetik buah.



Kesihatan Peribadi



Jangan kerja jika tercedera, sakit atau tidak boleh melakukan kerja dengan tangan.



Jangan kerja jika anda berada di bawah pengaruh dadah atau alkohol



Bawa makanan mencukupi. Jenis dan kuantiti makanan yang betul boleh membantu anda untuk memetik dengan lebih lama dan pantas sepanjang hari (sumber tenaga badan), sila lihat *Panduan senaman dan penjagaan khasiat pemakanan semasa memetik buah Sitrus Primefact*. Kerap berehat dan pastikan anda meminum air dengan mencukupi.

Minum air dengan mencukupi. Seorang dewasa perlu meminum 2-3 liter setiap hari dan lebih jika beliau aktif atau berada di iklim hawa yang lebih panas.
<https://www.nrv.gov.au/nutrients/water>

Kemalangan

Dalam kes kemalangan atau kecederaan:

1. Sebelum mula bekerja, periksa dengan penyelia anda siapakah yang bertanggungjawab untuk pertolongan kecemasan, bagaimana untuk menghubungi mereka dengan pantas dan sebarang prosedur dasar kemalangan yang lain.
2. Untuk kecederaan teruk, telefon 000 dengan segera dan laporkan kepada penyelia; untuk kecederaan lain, laporkan kepada penyelia anda dan dapatkan pertolongan kecemasan.
3. Jangan dedahkan diri anda kepada sebarang bahaya untuk menolong sesiapa yang tercedera; tunggu sehingga bahaya berkaitan sudah dialih atau dihentikan.
4. Jangan gerakkan orang yang tercedera jika mereka mungkin mengalami kecederaan leher atau tulang belakang – tunggu untuk bantuan.



Jangan guna fon kepala sewaktu di kebun, anda tidak akan boleh mendengar orang lain atau mesin jentera

Amalkan kebersihan baik

Basuh dan balut semua luka dan kelukaan.



Basuh tangan dengan sabun selepas menggunakan tandas.



Mengangkat dengan tangan

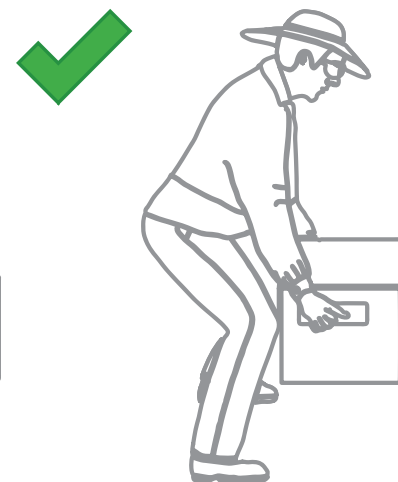
Konsep Teras

- Pemetikan melibatkan gerakan membongkok sambil memikul sebuah beban, yang meningkatkan risiko kecederaan bahagian belakang. **Anda mesti menggunakan amalan mengangkat dengan tangan yang selamat.**
- Memperkuat badan anda sebelum musim memetik akan memudahkan kerja dan mengurangkan rasa kesakitan. Cergaskan otot anda sebelum anda mula memetik dan kerap regangkan bahagian belakang anda semasa anda bekerja. Sila rujuk *Panduan senaman dan penjagaan khasiat pemakanan semasa memetik buah Sitrus Primefact*.
- Angkat dengan **membengkokkan lutut anda** dan pastikan **bahagian belakang anda tetap tegak dan lurus**, jangan angkat dengan membongkok dan melengkungkan bahagian belakang anda. Bahagian bawah belakang anda sepatutnya melengkung sedikit ke dalam bila anda sedang mengangkat sesuatu.
- Membengkokkan lutut anda sedikit semasa anda berdiri akan membantu kedudukan atau postur badan anda.
- Pegangkan beban berkenaan dekat ke tubuh anda
- Jangan pusingkan bahagian belakang anda sewaktu anda memikul sesuatu beban, alihkan kedudukan kaki anda untuk berpusing.



Jangan lengkungan bahagian belakang anda.

Minta bantuan bila perlu



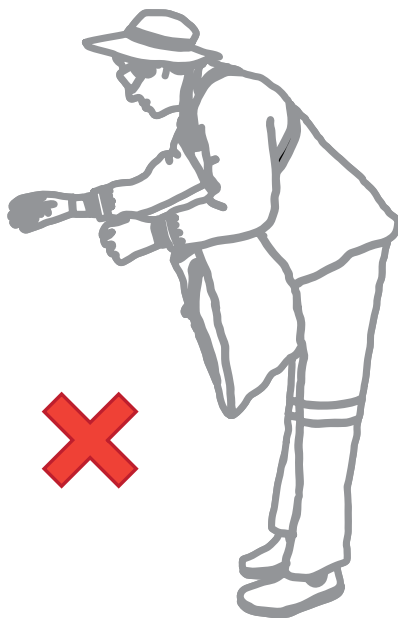
Tegak dan luruskan atau lengkungan bahagian belakang ke dalam sedikit, kemudian gunakan lengan dan kaki untuk mengangkat beban berkenaan (dengan membengkokkan lutut).

Mengangkat beg petikan dengan tangan

Pastikan bahagian belakang anda lurus. Kesakitan dan ketegangan bahagian belakang boleh dikurangkan dengan mengelakkan diri daripada membongkok.

Elakkan daripada membongkok atau melunjur ke hadapan untuk memetik buah. Gerakkan langkah anda lebih dekat ke buah tersebut untuk memastikan bahagian belakang anda tetap tegak dan lurus.

Berlututlah untuk memetik buah yang berada di dahan rendah. Beg boleh diletakkan ke tanah.



Elakkan daripada membongkok ke hadapan bila anda sedang berlutut. Gerakkan diri anda lebih dekat ke buah tersebut. Pastikan bahagian belakang anda tetap tegak dan lurus.



Elakkan daripada memusingkan bahagian belakang anda untuk mencapai buah: sebaliknya, alihkan kedudukan kaki anda.



Petua Pemetikan

Kali Pertama Memetik

- Memetik buah ialah kerja fizikal dan melakukannya untuk kali pertama akan menyebabkan otot sengal. Langkah meningkatkan tahap kecerdasan anda sebelum musim memetik akan membantu, sila rujuk *Panduan senaman dan penjagaan khasiat pemakanan semasa memetik buah Sitrus Primefact*.
- Bina kadar kelajuan anda secara perlahan pada hari-hari permulaan dan kemudian sasarkan kadar petikan lazim anda (umumnya untuk buah mandarin 2-3 tong/sehari dan oren 5-6 tong/sehari).
- Isikan beg petikan separuh penuh pada hari-hari permulaan dahulu sehingga anda dapat membina kekuatan anda.

Penjagaan bahagian belakang dan otot

- Untuk mengelakkan kecederaan bahagian belakang dan otot, amalan mengangkat barang dengan tangan secara selamat mesti diterapkan (hlm. 52).
- Buat latihan senaman awal untuk mencergaskan badan anda sebelum anda mula dan teruskan regangan sewaktu anda memetik buah (*Panduan senaman dan penjagaan khasiat pemakanan semasa memetik buah Sitrus Primefact*)
- Cuba kaedah melepaskan buah dengan bantuan sokongan lengan yang dicadangkan semasa melepaskan buah dari beg untuk mengurangkan beban pada otot bahagian belakang anda (hlm. 28).

Kelajuan Petikan

- Tingkatkan kelajuan petikan anda dengan mengurangkan masa anda berjalan di sekeliling pokok dan tumpukan lebih perhatian untuk memetik buah berkenaan. Terdapat pelbagai strategi untuk berbuat demikian, termasuk:
 - Pilih satu ruang yang berukuran sama dengan kelebaran tangga (iaitu $\frac{1}{4}$ pokok) di kaki pokok berkenaan. Letakkan tangga di ruang itu dan petikkan bahagian atas. Gerakkan tangga ke sebelah sisi dan mulakan prosedur ini kembali, sehingga anda akhirnya memetik sekeliling pokok mengikut arah jam atau lawan jam.
 - Panjat tangga dengan sebuah beg kosong, jika beg itu tidak penuh selepas anda memetik bahagian atas, petik pula buah lagi bila anda sedang turun atau dari bahagian bawah pokok itu.
 - Di sesetengah kebun pemetik akan bekerja berpasangan, seorang yang memetik di kaki pokok dan seorang lagi di bahagian atas. Dengan mengadakan persetujuan tentang pembahagian kerja terlebih dahulu, jumlah kutipan tong dikumpulkan bersama kerana kerja memetik di bahagian atas adalah lebih perlahan. Penggunaan sebuah anak kerusi atau tangga yang kecil dan ringan (hlm. 36) untuk memetik bahagian kaki pokok boleh menolong mengurangkan beban bagi orang yang memetik di bahagian atas.
- Petikan pulas dan patah: Setelah berlatih kaedah petikan standard "Condong, pulas dan petik" (hlm. 16) cuba pula kaedah petikan dokong yang lebih cepat sedikit (hlm. 17).

- Perhatikan dan belajar daripada pemetik yang pantas.
- Pastikan anda menjaga khasiat makanan anda dan anda meminum air dengan mencukupi untuk membantu badan anda untuk kekal bertenaga sepanjang hari, sila rujuk *Panduan senaman dan penjagaan khasiat pemakanan semasa memetik buah Sitrus Primefact*.

Pekerjaan

- Peluang Kerja: [laman sesawang Harvest Trail](http://www.harvesttrail.org.au) Kerajaan Australia (www.harvesttrail.org.au) menyediakan maklumat, dan terdapat laman sesawang memetik buah swasta yang lain. Ia menyampaikan maklumat tentang peluang kerja, peraturan gaji dan hal-ehwal lain.
- Kontraktor Pemetik Buah adalah satu sumber pekerjaan yang popular. Seorang kontraktor pemetik buah akan menguruskan kerja bagi para pemetik buah. Mereka mengenakan yuran dan sesetengah daripada mereka ada menyediakan tempat penginapan dan khidmat pengangkutan.
- Semak dan periksa sama ada majikan berkenaan adalah sebuah perniagaan Australia berdaftar melalui [laman sesawang ASIC](https://connectonline.asic.gov.au) <https://connectonline.asic.gov.au>
- Bertanyalah kepada orang lain tentang sama ada seorang majikan boleh diharap atau tidak (misalnya dari segi pembayaran gaji dan kekerapan kerja).
- Pastikan anda memahami dengan jelas semua bayaran yang dikenakan majikan (penginapan, pengangkutan, yuran pengurusan dsb) serta kadar gaji.

- Rakamkan jumlah tong yang dipetik atau jam bekerja setiap hari.
- Untuk pertikaian bayaran gaji yang tidak boleh diselesaikan, sila hubungi [Fair Work Ombudsman](http://www.fairwork.gov.au) www.fairwork.gov.au Telefon 13 13 94.

Lampiran: Kelukaan Buah – Oleocellosis

- Oleocellosis ialah kecederaan kulit buah yang boleh berlaku bila ia dipetik dengan terlalu kasar (iaitu bila buah dipicit atau terhimpit) atau semasa keadaan cuaca tidak sesuai.
- Ia terjadi bila sel minyak kulit buah terpecah dan minyak berkenaan membakar kulit buah. Satu tompokan gelap pada kulit buah dengan permukaan yang tenggelam sedikit akan muncul dalam masa dua hingga empat hari. Sel minyak yang tidak pecah dan membonjol mungkin akan kelihatan pada bahagian yang rosak.
- Kerosakan boleh membawa kepada kereputan buah
- Buah paling terdedah bila kulitnya mengeruh (berkembang dengan air) daripada:
 - Cuaca sejuk.
 - Air pada buah (hujan atau embun pagi).
 - Pengairan atau hujan tidak lama sebelum itu (pokok padat berair).

