BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Landasan teori

1. Pengertian *Rest hour* (Jam istirahat)

Rest hour merupakan waktu yang dibutuhkan oleh seseorang sebagai bentuk relasaksi setelah melakukan sebuah pekerjaan,dan merupakan sebuah kebutuhan yang harus dipenuhi oleh setiap pekerja yang sangat erat kaitannya dengan tingkat kebugaran dan kesadaran dalam melakukan sebuah pekerjaan, yang bisa mempengaruhi efisiensi,efektifitas dan tingkat keselamatan kerja seseorang.*Rest hour* memiliki batasan maxsimal dan minimal. Dalam hal ini tubuh seorang manusia normal membutuhkan waktu istirahat minimal 10 jam dalam periode 24 jam (1 hari).

Sesuai dengan Maritime Labour Convention 2006 paragrap 2.3 butir 1 "*Each Member shall ensure that the hours of work or hours of rest for seafarers are regulated."* Ditegaskan bahwa setiap pelaut harus memiliki waktu kerja dan istirahat yang sesuai dengan peraturan yang telah berlaku,dan isi peraturan yang dimaksud tertera di dalam Maritime Labour Convention 2006 paragrap 2.3 pada butir 5 dan butir 6 *:*

5. The limits on hours of work or rest shall be as follows:

(a) maximum hours of work shall not exceed:

(i) 14 hours in any 24-hour period; and

(ii) 72 hours in any seven-day period;

(b) minimum hours of rest shall not be less than:

(i) ten hours in any 24-hour period; and

(ii) 77 hours in any seven-day period.

6. *Hours of rest may be divided into no more than two periods, one of which shall be at least six hours in length, and the interval between consecutive periods of rest shall not exceed 14 hours.*

Dijelaskan bahwa waktu maksimum kerja ialah 14 jam dalam 1 hari (24 jam) dan dalam 1 minggu (168 jam) ialah 72 jam dan waktu istirahat tidak boleh kurang dari 10 jam dalam 1 hari (24 jam) dan 77 jam dalam 1 minggu (168 jam), dengan dua periode waktu istirahat dalam satu hari.Dan bedasarkan hasil konvensi dari *International Maritime Organisation* (IMO) maka dibuatlah mengenai standarisasi dari pemberlakuan jam kerja dan jam istirahat di dalam STCW (*Standard Training Certificate of Watch Keeping) Manila Amandement 2010* Bab VIII :

1. Para perwira dan *rating* yang melaksanakan tugas jaga navigasi atau jaga kamar mesin, atau anak buah kapal lainnya yang diberi tugas berkaitan dengan keselamatan, pencegahan polusi, dan keamanan harus diberikan periode istirahat, sebagai berikut:
   a. Minimum 10 jam istirahat dalam periode waktu 24 jam.
   b. 77 jam istirahat dalam 7 hari periode

c. Jam istirahat dapat dibagi menjadi tidak lebih dari 2 periode, yang mana salah satunya harus berdurasi sedikitnya selama 6 jam dan interval waktu antara periode yang berlangsung secara terus menerus tidak boleh melampui 14 jam.

d. Pengurangan jam istirahat menjadi 70 jam istirahat dalam periode 7 hari diperbolehkan untuk waktu yang tidak melampaui 2 minggu berturut- turut.

2. Nakhoda harus menempatkan pengumuman yang memuat pembagian jam kerja di atas kapal, yang berisikan informasi jadual kerja/istirahat harian selama berlayar dan selama di pelabuhan, pada tempat yang mudah terlihat dan diakses di atas kapal, dalam bahasa yang dipergunakan di atas kapal dan dalam bahasa Inggris, untuk memudahkan bagi semua anak buah kapal.

Dokumentasi waktu istirahat harian harus terpelihara dengan baik dan ditandatangani oleh nahkoda, atau perwira yang ditunjuk oleh nahkoda. Salinan dari catatan jam istirahat dan jadual berkenaan krew kapal, yang sepatutnya disyahkan oleh nahkoda atau perwira yang diberi kewenangan oleh nahkoda, harus diberikan juga kepada crew yang bersangkutan.

Perusahaan pelayaran direkomendasikan untuk menggunakan format standar dalam menyiapkan tabel pengaturan jam kerja dan jadual jam jaga dan record dari jam istirahat untuk memperlihatkan kesesuaian dengan

persyaratan dalam STCW. Perusahaan pelayaran disarankan untuk menggunakan petunjuk dari IMO/ILO *(IMO/ILO Guidelines for the development of tables of seafarers shipboard working arrangements and formats of records of seafarers hours of work and rest)* untuk mengatur jam kerja dan jam istirahat. Dokumentasi dari record ini harus disimpan di atas kapal dalam masa setidaknya 2 tahun untuk memungkinkan monitoring dan verifikasi pemenuhan peraturan Seksi A-VIII/1.

Bedasarkan MMC (*Merchant Marine Circular) Panama Maritime Authorithy* (PMA) untuk Kapal yang beroperasi dengan Bendera Panama pada *circular* 268 pasal 1 – 3 menegaskan :

1. *The purpose of this circular is to inform users of the Panamanian Registry about the net regulation pertaining to the minimum limits of rest hours for seafarers and other related matters*
2. *The limits of minimum rest hours established on this Circular are applicable to all seafarers on board Panamanian flagged ships to whom the Maritime Labour Convention, 2006 (MLC, 2006) applies.*
3. *The minimum rest hours shall not be less than:*
   a. *Ten (10) hours in any 24-hour period; and*
   b. *Seventy seven (77) hours in any seven-day periode*

Di dalam Panama *circular* menegasakan hal yang sama dengan standarisasi jam istirahat yang diberlakukan di atas kapal sesuai dengan MLC Maritime Labour Convention 2006 paragrap 2.3 bahwa minimal untuk waktu istirahat 1 hari (24 jam) ialah 10 jam dan 1 minggu (168 jam) ialah 77

jam.Dan agar memberikan informasi kepada pelaut yang bekerja di kapal berbendera Panama tentang peraturan yang mengatur jam istirahat.

Dan di dalam MMC (*Merchant Marine Circular) Panama Maritime Authorithy* (PMA) untuk Kapal yang beroperasi dengan Bendera Panama pada *circular* 268 pasal 4 juga menegeaskan bahwa pelaksanaan waktu istirahat dapat di jadikan 2 periode dan tidak boleh lebih :

4. *Rest hours may be divided into no more than two periods, one of which shall be at least six (6) non-interrupted hours in length, and the interval between consecutive periods of rest shall not exceed fourteen (14) hours.*

    a. *Exceptions to the minimum limits of rest hours for seafarers are allowed in accordance to Regulation 2.3.13 of the Maritime Labour Convention, 2006 (MLC,2006), as long as these are recognized within a collective agreement or adjusted to the provisions established in the International Convention on Standards of Training, Certification and Watchkeeping for Seafarers 78 (STCW,78), Amended. It may be taken into account more frequent or longer leave periode or the granting of compensatory leave for watchkeeping seafarers or seafarers working on board ships on short voyages*

Pada butir ini terdapat pengecualian untuk jumlah minimum waktu istirahat,tergantung dari kepentingan dan tujuan tertentu dan dengan alasan yang dapat diterima dari segala pertimbangan, sesuai yang di atur dalam butir 2.3.13 di dalam *Maritime Labour Convention* (MLC) 2006.

Dan didalam *Merchant Marine Circular (MMC) Panama Maritime Authorithy* (PMA) untuk Kapal yang beroperasi dengan Bendera Panama pada *circular* 268 pasal 5, menegaskan bahwa *master* boleh menganggu atau mengabaikan jam istirahat crew apabila di anggap perlu dan sangat penting.

5. *The master of a ship shall have the right to interrupt and suspend the rest hours of the seafarers whenever it is required:*

   a. *To ensure the immediate safety of the ship, persons on board or cargo, or to provide assistance to other ships or persons in distress at sea until the normal situation has been restored*

   b. *To perform periodical exercises such as firefighting, lifeboat drills and other established by national and international regulations to be conducted in a manner that minimizes the disturbance of rest periods and does not induce fatigue*

   c. *To perform imperative operational duties which are essential and unpostponable due to environmental or safety reasons or otherwise non-foreseeable when starting the voyage. Once the normal situation has been restored, the master shall ensure that any seafarers who have performed work in a scheduled rest period are provided with an adequate period of rest.*

Dan semua jenis kepentingan yang dimaksud ialah :

1. Disaat keadaan darurat demi keselamatan kapal, crew, muatan, dimana sangat membutuhkan *assist* saat keadaan ini hingga situasi normal kembali.
2. Melaksanakan latihan yang telah diatur jadwalnya sesuai dengan peraturan yang berlaku.
3. Demi keselamatan operasional lainnya yang dimana tidak bisa ditunda lagi pada saat itu, dan akan dihentikan apabila situasi telah kembali normal, dan *master* wajib mengganti waktu yang telah tersita dengan menyesuaikan kondisi.

Pada MMC (*Merchant Marine Circular) Panama Maritime Authorithy* (PMA) untuk Kapal yang beroperasi dengan Bendera Panama pada *circular* 268 pasal 6 mengenai pempublikasian jam istirahat :

6. *Every ship shall maintain and post in an accessible place and at the disposal of the competent authorities, a table describing the working organization on board the ship, indicating at least for each position, the following:*
   a. *The schedule of service at sea and service in port*
   b. *The minimum number of rest hours.*
   c. *Entry for each position or rank.*

Such table shall adjust to each type of ship and be prepared by the shipowner or operator in accordance to the guidelines of the IMO/ILO and written in the working language or languages of the ship and in English.

Yang dimaksud dari butir ini ialah bahwa setiap kapal harus secara teratur mempublikasikan bagan organisasi di atas kapal dan harus sesuai dengan jabatan dan kewajibannya, yaitu :

1. Jadwal jaga di laut dan di pelabuhan
2. Jumlah minimal jam istirahat
3. Jabatan pada tiap crew

Dan semua bentuk publikasi dan dokumen tentang *rest hour* tiap crew wajib disimpan dan dijaga oleh dirinya sendiri dan harus disertai dengan tanda tangan dari *master* dan tanda tangan pemilik dokumen dan jika keduanya ada, maka dokumen ini dinyatakan sah sebgai bentuk persetujuan dan harus di sajikan dalam bahasa Inggris, hal ini sesuai dengan *Merchant*

Marine Circular (MMC) Panama Maritime Authorithy (PMA) untuk Kapal yang beroperasi dengan Bendera Panama pada *circular* 268 pasal 7 – 9 menegaskan bahwa :

7. *All ships shall carry the daily records of the seafarers rest hours that shall serve as documentary evidence to prove effective compliance with the minimum rest hours of the seafarers. The Panama Maritime Authority shall adopt a standardized template of the daily rest hours in accordance to the Guidelines of the IMO/ILO, with the purpose to ensure control and compliance, nonetheless, shipowners or operators may develop or adjust the registry of Daily rest hour including electronic registries, as long as the criteria and minimum informatif established on the IMO/ILO Guidelines, are met. The daily rest hours shall be written in the working language or languages of the ship and in English.*
8. *Seafarers shall maintain records of the daily rest hours concerning them, which shall be initialed by the master, or person authorized by him, and by the seafarer.*

Dan *master* atau para perwira yang bertanggung jawab dalam hal perhitungan dan pempublikasian dokumen tentang *rest hour* dan dinas jaga harus selalu mengawasi dan memperhatikannya, agar terjadinya perbandingan yang sesuai di keduanya.Sesuai yang tertera pada MMC (*Merchant Marine Circular) Panama Maritime Authorithy* (PMA) untuk Kapal yang beroperasi dengan Bendera Panama pada *circular* 268 pasal 9 :

9. *The master or the person appointed by him is required to establish and maintain the Organization of proper and efficient watchkeeping periods, with the purpose to ensure compliance with resthours, avoiding fatigue without risking the safety of the ship and crew at all times.*

Bedasarkan Pasal 77 ayat 1, UU No.13/2003 mewajibkan setiap pengusaha untuk melaksanakan ketentuan jam kerja. Ketentuan jam kerja ini telah diatur dalam 2 sistem seperti yang telas disebutkan diatas yaitu:

1. 7 jam kerja dalam 1 hari atau 40 jam kerja dalam 1 minggu untuk 6 hari kerja dalam 1 minggu; atau
2. 8 jam kerja dalam 1 hari atau 40 jam kerja dalam 1 minggu untuk 5 hari kerja dalam 1 minggu.

Pada kedua sistem jam kerja tersebut juga diberikan batasan jam kerja yaitu 40 (empat puluh) jam dalam 1 (satu) minggu. Apabila melebihi dari ketentuan waktu kerja tersebut, maka waktu kerja biasa dianggap masuk sebagai waktu kerja lembur sehingga pekerja/buruh berhak atas upah lembur.

2. Kesehatan

Kesehatan adalah keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang memungkinkan setiap orang hidup produktif secara sosial dan ekonomis.Setiap orang akan mengatakan dan berpendapat bahwa keadaan dirinya sedang sehat apabila ia mampu melakukan seuah aktifitas dengan normal dan dengan semesetinya dan tidak merasakan kendala atau hal – hal yang mendapat menganggu pekerjaannya.

Sedangkan pengertian kesehatan menurut *World Health Organisation* (WHO) tahun 1948 menyebutkan bahwa pengertian kesehatan adalah

sebagai “Suatu keadaan fisik, mental, dan sosial kesejahteraan dan bukan hanya ketiadaan penyakit atau kelemahan”.

Pada tahun 1986, *World Health Organisation* (WHO) dalam Piagam Ottawa untuk promosi kesehatan, mengatakan bahwa pengertian kesehatan adalah “Sumber daya bagi kehidupan sehari-hari, bukan tujuan hidup kesehatan adalah konsep positif menekankan sumber daya sosial dan pribadi, serta kemampuan fisik”.

Undang – undang mengatur tentang semua urusan yang berkaitan dengan kesejahteraan, keamanan dan kelangsungan hidup negara dan rakyatnya.Tidak terkecuali tentang kesehatan yang mana telah diatur didalam undang – undang negara republik Indonesia. Yang dimaksud dengan kesehatan dalam Undang-undang ini ialah yang meliputi kesehatan badan, rohani (mental) dan sosial, dan bukan hanya keadaan yang bebas dari penyakit, cacat dan kelemahan. Bedasarkan Undang - Undang N0. 23 Tahun 1992, kesehatan mencakup 4 aspek, yakni: fisik (badan), mental (jiwa), sosial, dan ekonomi.

1. Kesehatan fisik terwujud apabila sesorang tidak merasa dan mengeluh sakit atau tidak adanya keluhan dan memang secara objektif tidak tampak sakit. Semua organ tubuh berfungsi normal atau tidak mengalami gangguan.

2. Kesehatan mental (jiwa) mencakup 3 komponen, yakni pikiran, emosional, dan spiritual.
    1. Pikiran sehat tercermin dari cara berpikir atau jalan pikiran.
    2. Emosional sehat tercermin dari kemampuan seseorang untuk mengekspresikan emosinya, misalnya takut, gembira, kuatir, sedih dan sebagainya.
    3. Spiritual sehat tercermin dari cara seseorang dalam mengekspresikan rasa syukur, pujian, kepercayaan dan sebagainya terhadap sesuatu di luar alam fana ini, yakni Tuhan Yang Maha Kuasa (Allah SWT dalam agama Islam). Misalnya sehat spiritual dapat dilihat dari praktik keagamaan seseorang.

    Dengan perkataan lain, sehat spiritual adalah keadaan dimana seseorang menjalankan ibadah dan semua aturan-aturan agama yang dianutnya.
3. Kesehatan sosial terwujud apabila seseorang mampu berhubungan dengan orang lain atau kelompok lain secara baik, tanpa membedakan ras, suku, agama atau kepercayan, status sosial, ekonomi, politik, dan sebagainya, serta saling toleran dan menghargai.
4. Kesehatan dari aspek ekonomi terlihat bila seseorang (dewasa) produktif, dalam arti mempunyai kegiatan yang menghasilkan sesuatu yang dapat menyokong terhadap hidupnya sendiri atau keluarganya secara finansial.

Bagi mereka yang belum dewasa (siswa atau mahasiswa) dan usia lanjut (pensiunan), dengan sendirinya batasan ini tidak berlaku. Oleh sebab itu, bagi kelompok tersebut, yang berlaku adalah produktif secara sosial, yakni mempunyai kegiatan yang berguna bagi kehidupan mereka nanti, misalnya berprestasi bagi siswa atau mahasiswa, dan kegiatan sosial, keagamaan, atau pelayanan kemasyarakatan lainnya bagi usia lanjut.

Bedasarkan undang – undang no.23 tahun 1992 Bab 5 Bagian 6 tentang kesehatan dilingkungan kerja bahwa kesehatan itu :

1. Kesehatan kerja diselenggarakan untuk mewujudkan produktivitas kerja yang optimal.
2. Kesehatan kerja meliputi pelayanan kesehatan kerja,pencegahan penyakit akibat kerja, dan kesehatan kerja.
3. Setiap tempat kerja wajib menyelenggarakan kesehatan kerja.
4. Ketentuan mengenai kesehatan kerja sebagaimana dimaksud dalam Ayat (2) dan Ayat (3) ditetapkan dengan Peraturan Pemerintah.

3. Kesehatan Kelamatan Kerja

Pengertian keselamatan dan kesehatan kerja menurut Keputusan Menteri Tenaga Kerja R.I. No. Kep. 463/MEN/1993 adalah “keselamatan dan kesehatan kerja adalah upaya perlindungan yang ditujukan agar tenaga kerja dan orang lainnya di tempat kerja /perusahaan selalu dalam keadaan selamat

dan sehat, serta agar setiap sumber produksi dapat digunakan secara aman dan efisien."

Menurut Lalu Husni (2003: h.138) Ditinjau dari sudut keilmuan, kesehatan dan keselamatan kerja adalah ilmu pengetahuan dan penerapannya dalam usaha mencegah kemungkinan terjadinya kecelakaan dan penyakit akibat kerja di tempat kerja.

Menurut Mangkunegara (2002, h.163) Keselamatan dan kesehatan kerja adalah suatu pemikiran dan upaya untuk menjamin keutuhan dan kesempurnaan baik jasmaniah maupun rohaniah tenaga kerja pada khususnya, dan manusia pada umumnya, hasil karya dan budaya untuk menuju masyarakat adil dan makmur.

Menurut Mangkunegara (2002, h.170) bahwa indikator penyebab keselamatan kerja adalah:

a) Keadaan tempat lingkungan kerja, yang meliputi:

1. Penyusunan dan penyimpanan barang-barang yang berbahaya yang kurang diperhitungkan keamanannya.
2. Ruang kerja yang terlalu padat dan sesak
3. Pembuangan kotoran dan limbah yang tidak pada tempatnya Pemakaian peralatan kerja, yang meliputi:

I. Pengaman peralatan kerja yang sudah usang atau rusak.

II. Penggunaan mesin, alat elektronik tanpa pengaman yang baik Pengaturan penerangan.

Secara umum, kecelakaan selalu diartikan sebagai kejadian yang tidak dapat diduga. Kecelakaan kerja dapat terjadi karena kondisi yang tidak membawa keselamatan kerja, atau perbuatan yang tidak selamat. Kecelakaan kerja dapat didefinisikan sebagai setiap perbuatan atau kondisi tidak selamat yang dapat mengakibatkan kecelakaan. Berdasarkan definisi kecelakaan kerja maka lahirlah keselamatan dan kesehatan kerja yang mengatakan bahwa cara menanggulangi kecelakaan kerja adalah dengan meniadakan unsur penyebab kecelakaan dan atau mengadakan pengawasan yang ketat.

Menurut Mangkunegara (2002, h.165) bahwa tujuan dari keselamatan dan kesehatan kerja adalah sebagai berikut:

a. Agar setiap pegawai mendapat jaminan keselamatan dan kesehatan kerja baik secara fisik, sosial, dan psikologis.
b. Agar setiap perlengkapan dan peralatan kerja digunakan sebaik-baiknya selektif mungkin.
c. Agar semua hasil produksi dipelihara keamanannya.

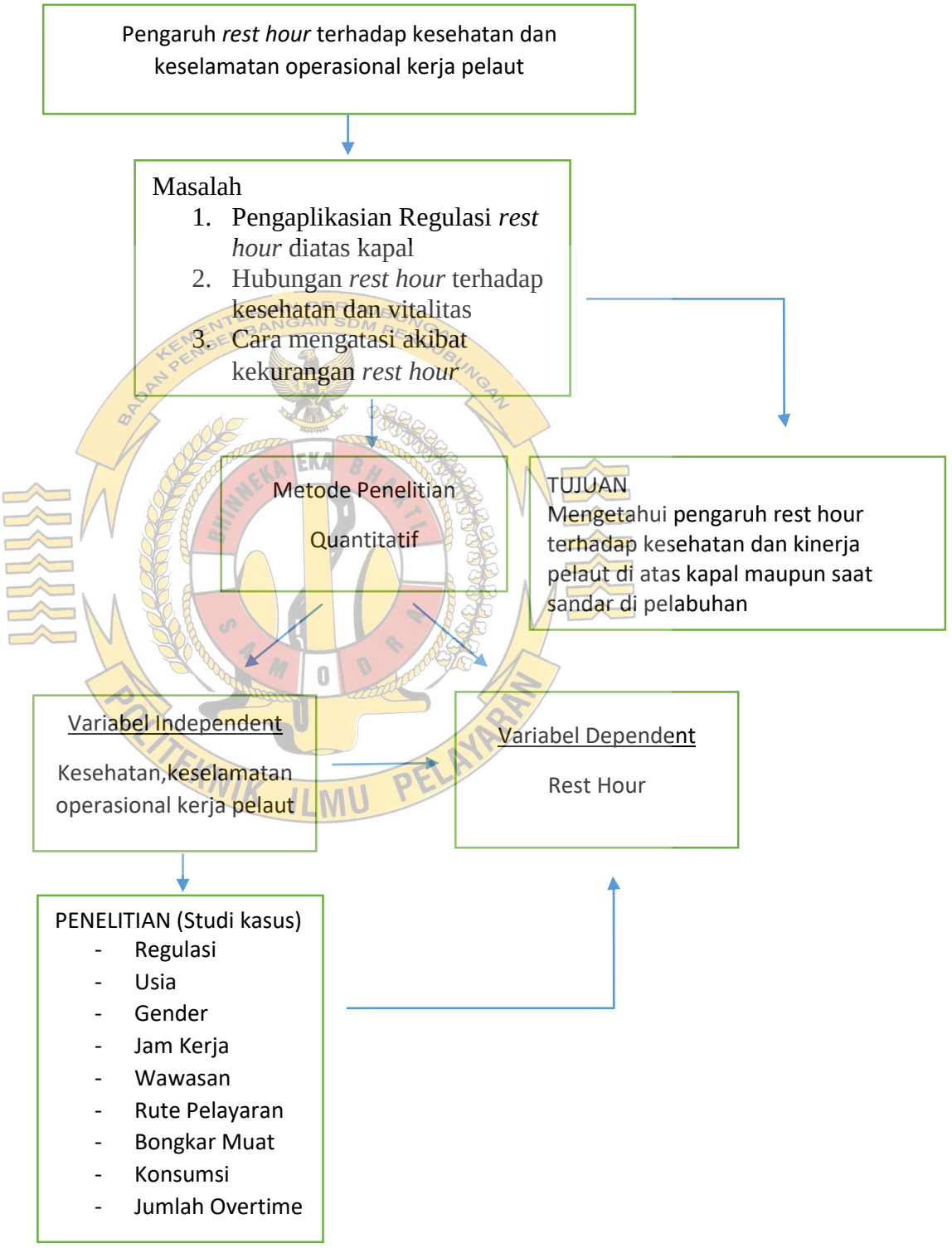
d. Agar adanya jaminan atas pemeliharaan dan peningkatan kesehatan gizi pegawai.
e. Agar meningkatkan kegairahan, keserasian kerja, dan partisipasi kerja.
f. Agar terhindar dari gangguan kesehatan yang disebabkan oleh lingkungan atau kondisi kerja.
g. Agar setiap pegawai merasa aman dan terlindungi dalam bekerja

4. Pelaut

Pelaut adalah seseorang yang pekerjaannya berlayar di laut . Atau dapat pula berarti seseorang yang dalam hal ini melakukan pengoperasian kapal dalam pelayaran seperti mengemudikan kapal atau membantu dalam operasi lainnya, perawatan atau pelayanan dari sebuah kapal. Hal ini mencakup seluruh orang yang bekerja di atas kapal. Dengan tingkatan – tingkatan yang ada dan sesuai dengan standarisasi internasional.Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia `(KBBI 2008) "Pelaut ialah orang bekerja dilaut",menurut *International Dictionary "Seafarer is a person who work and service at sea for business and operated a vessel" (second published ID third Edition 2008)*

B. Kerangka Pemikiran

Setiap pekerjaan memiliki tingkat aktivitas dan resiko yang berbeda – beda,tingkat aktifitas pada tiap pekerjaan inilah yang dapat menjadikan sebuah pekerjaan itu memiliki sebuah hasil yang relavan.Dimana aktifitas itu sendiri dilakukan oleh seorang manusia sebagai pekerja,di dalam dunia kemaritiman

dalam hal ini pelaut,memiliki peran ganda sebagai pekerja dan operator,yang bekerja untuk sebuah perusahaan,demi keamanaan dan keselamatan baik muatan,crew maupun kapal itu sendirin dan demi keuntungan dari perusahaan tersebut.Tuntutan pekerjaan baik dari operasional maupun dari perusahaan iniah yang sangat mempengaruhi kinerja pelaut,sedangkan kinerja itu sendiri dipengaruhi oleh tingkat kebugaran dan kesehatan pelaut itu sebgai pekerja demi menjaga keselamatan dan kelancaran operasional kemaritiman.Sering terjadinya kecelakaan saat pelayaran maupun *cargo operation* menjadi akibat dari hal ini, dan sebagian besar penyebabnya merupakan *human eror*,dan salah satu faktor ialah jam istirahat yang sangat mempengaruhi dengan tingkat kebugaran dan kesadaran seseorang.Maka harus dilakukan penelitian,yang bertujuan untuk mengetahui hubungan dari hal tersebut dan dengan harapan dapat memaximalkannya,untuk itu penulis melakukan penelitian dengan menggunakan kerangka pikir sebagai berikut :

KERANGKA PIKIR