

# LAMPIRAN IV : MSM-ISM JAM ISTIRAHAT DAN KERJA DI KAPAL

**QSHE CIRC**

Sirkular ini harus dicetak & wajib dibaca oleh semua Crew kapal yang terkait sesuai yang dimaksud.

2. Setelah membaca Circular atau mendapat penjelasan dan Nakhoda maka sebagai bukti ditaniskan paraf di Circular tersebut disertai nama dan tanggal dan di file di order.

3. Semua awak kapal yang bergabung harus membaca dan memasukkan dalam checklist familiarisasi bahwa sirkular sudah dibaca dan dimengerti.

**Instruction:**

- This Circular shall be printed & read by all the crew related. Master must be responsible & guide the crew accordingly.
- After reading the Circular or had explanation from the Master then as evidence you required to sign at Circular with name and date and file in the file holder.
- All joining crew must read & make entries in familiarization checklist that circular was read and understood.

**Circular No.:** MSM-QSHE/CIR/16/05  
**Date:** 02 April 2016  
**Application:** Nakhoda dan seluruh awak kapal.  
 The Master and all crew on board  
**Subject:** Revisi prosedur "Jam Istirahat dan Kerja di Kapal" (MSM-PRO-CRW.06 rev.01)  
 Revision of "Rest and Working Hours On Board" procedure (MSM-PRO-CRW.06 rev.01)

Circulation	Name	Date	Signature	Circulation	Name	Date	Signature
Master				Chief Engineer			
Chief Officer				2nd Engineer			
2nd Officer				3rd Engineer			
3rd Officer				4th Engineer			
Radio Officer				Oiler No.1			
Bosun				Oiler No.2			
A/B No.1				Oiler No.3			
A/B No.2				Foreman			
A/B No.3				Cadet No.1			
O/S				Cadet No.2			
Chief Cook							
Mess Boy							

Yth. Nakhoda dan seluruh awak kapal,  
 Dear Master and all crew on board,

Kami informasikan mengenai revisi dari prosedur "Jam Istirahat dan Kerja di Kapal" (MSM-PRO-CRW.06 rev.1) yang berlaku efektif mulai tanggal 02 April 2016.  
 We inform you regarding revision of "Rest and Working Hours On Board" procedure (MSM-PRO-CRW.06 rev.1) that effective on 02 April 2016.

Perubahan:  
 Changes:

- Halaman 5: Perubah item (f). Minimum jam istirahat dalam 7 hari dirubah dari 96 jam menjadi 77 jam.  
 Revision of (f) item. Minimum hours of rest in any 7 days is revise from 96 hours to 77 hours.

Pelaksanaan: Sangat jelas.  
 Implementation: Self explain.

Mohon bekerja dengan hati-hati.  
 Please work safely.  
 Terima kasih.  
 Thank you.

Catatan: Setelah menerima sirkular ini, segera lakukan rapat keselamatan untuk menginformasikan isi yang ada dalam sirkular ini kepada seluruh awak kapal.  
 Note: After receiving this circular, please carry out a safety meeting to inform the content contained in this circular to all crew on board.

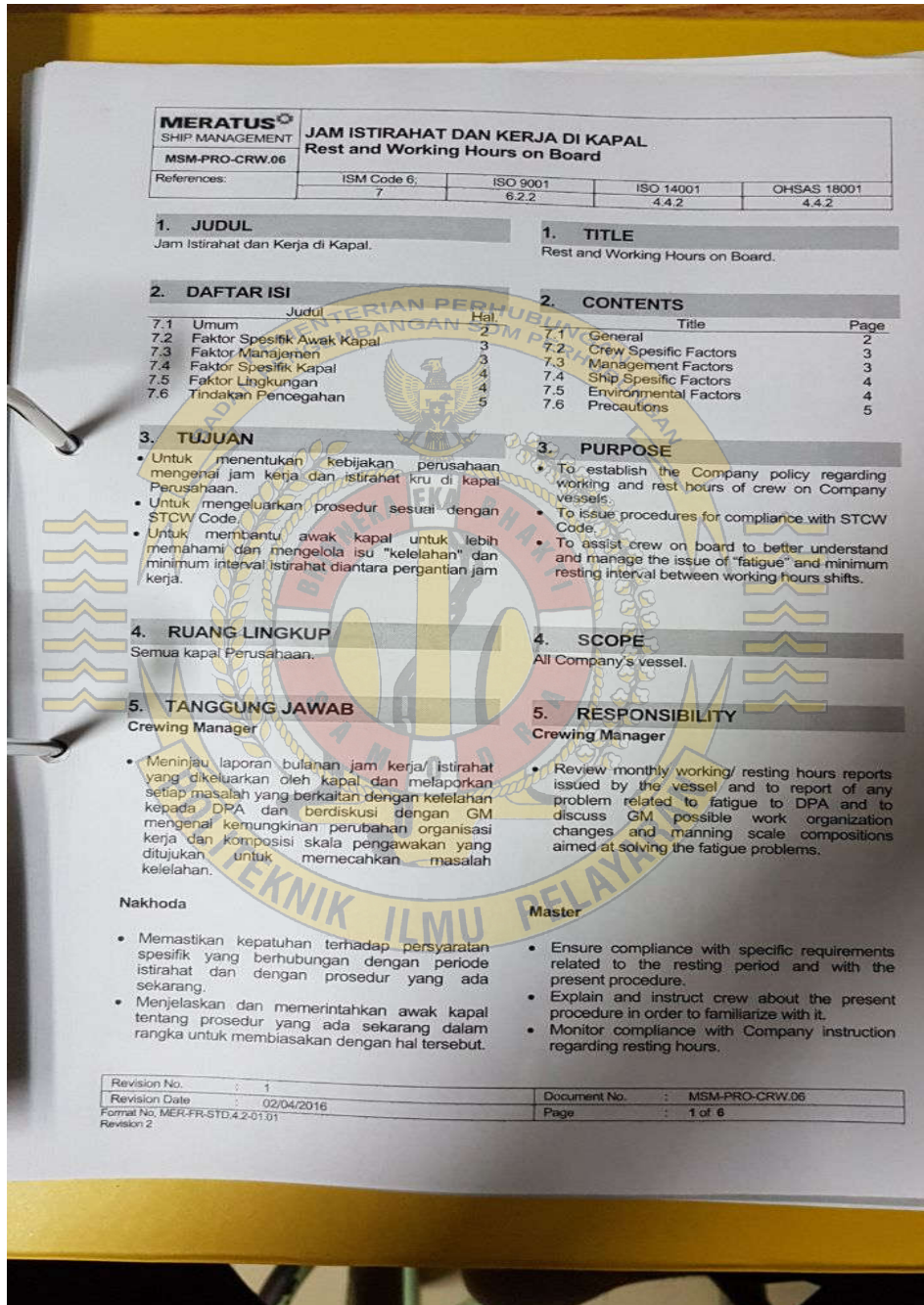
Planning & Control  
 Meratus Ship Management

**MERATUS**  
 SHIP MANAGEMENT

**ISM**  
 SAFETY CULTURE  
 1 3 7 0 0

MSM-FRM-ORG.04.04A / Rev.3 (10/07/2015) / O / SET  
 Page 1 of 1

# LAMPIRAN IV : MSM-ISM JAM ISTIRAHAT DAN KERJA DI KAPAL



## LAMPIRAN IV : MSM-ISM JAM ISTIRAHAT DAN KERJA DI KAPAL

<b>MERATUS</b> SHIP MANAGEMENT MSM-PRO-CRW.06		<b>JAM ISTIRAHAT DAN KERJA DI KAPAL</b> Rest and Working Hours on Board																	
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Memonitor kepatuhan dengan instruksi Perusahaan tentang jam istirahat.</li> <li>• Memeriksa dan mengirimkan kepada Crewing Manager, formulir Rekaman Jam Istirahat Pelaut yang diisi di kapal.</li> <li>• Segera memberi informasi kepada Crewing Manager untuk setiap ketidaksesuaian.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Check and send to the Crewing Manager, the Record of Hours of Rest of Seafarers form duly filled in on board.</li> <li>• Immediately inform the Crewing Manager for any non conformance.</li> </ul>	<p><b>Muallim I dan KKM</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengatur pekerjaan di kapal dalam rangka untuk menyesuaikan kebutuhan Perusahaan dan semua peraturan yang berlaku mengenai jam kerja dan istirahat.</li> <li>• Memasukkan jam kerja awak kapal departemen mereka periode harian pada checklist yang sesuai.</li> </ul>	<p><b>C/O and C/E</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Organize the work on board in order to match Company requirements and all rules in force regarding working and resting hours.</li> <li>• Input their department crew working hours for daily periods on the appropriate checklist.</li> </ul>																
<p><b>Awak Kapal</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• Mengikuti dan mematuhi prosedur yang ada sekarang.</li> </ul>	<p><b>Ship's Crew</b></p> <ul style="list-style-type: none"> <li>• To follow and comply with the present procedure.</li> </ul>	<p><b>6. REFERENSI</b></p>	<p><b>6. REFERENCE</b></p>																
<p><b>7. PROSEDUR</b></p> <p><b>7.1. Umum</b></p> <p>Kelelahan adalah keadaan fisik yang terasa lelah atau mengantuk, akibat pekerjaan mental atau fisik yang berkepanjangan, periode kecemasan atau kehilangan tidur yang diperpanjang.</p> <p>Akibat kelelahan adalah terganggunya kinerja dan berkurangnya kewaspadaan yang mempengaruhi semua orang, terlepas dari kemampuan diri, pengetahuan dan pelatihan.</p> <p>Sebagai bagian dari ketentuan jam jaga dalam STCW Code, Perusahaan memberlakukan persyaratan wajib dimana Perwira dan Rating di kapal yang merupakan bagian dari tugas jaga dan orang-orang yang tugasnya ditunjuk untuk terlibat dalam keselamatan, pencegahan pencemaran, dan keamanan harus menerima jam kerja yang telah ditentukan atau jam istirahat yang lebih dari periode yang ditentukan, untuk mencegah kelelahan.</p>	<p><b>7. PROCEDURE</b></p> <p><b>7.1. General</b></p> <p>The fatigue is a physical state of feeling tired or sleepy that results from prolonged mental or physical work, extended period of anxiety or loss of sleep.</p> <p>The result of fatigue is impaired performance and diminished alertness affecting everybody regardless of own skill, knowledge and training.</p> <p>As part of the watch-keeping provisions in the STCW Code, the Company enforces the mandatory requirement that Officers and Ratings of ships forming part of a watch and those whose duties involve designated safety, prevention of pollution, and security duties should take the minimum prescribed number or rest hours over the defined periods, in order to prevent fatigue.</p>	<p><b>7. PROSEDUR</b></p> <p><b>7.1. Umum</b></p> <p>Kelelahan adalah keadaan fisik yang terasa lelah atau mengantuk, akibat pekerjaan mental atau fisik yang berkepanjangan, periode kecemasan atau kehilangan tidur yang diperpanjang.</p> <p>Akibat kelelahan adalah terganggunya kinerja dan berkurangnya kewaspadaan yang mempengaruhi semua orang, terlepas dari kemampuan diri, pengetahuan dan pelatihan.</p> <p>Sebagai bagian dari ketentuan jam jaga dalam STCW Code, Perusahaan memberlakukan persyaratan wajib dimana Perwira dan Rating di kapal yang merupakan bagian dari tugas jaga dan orang-orang yang tugasnya ditunjuk untuk terlibat dalam keselamatan, pencegahan pencemaran, dan keamanan harus menerima jam kerja yang telah ditentukan atau jam istirahat yang lebih dari periode yang ditentukan, untuk mencegah kelelahan.</p>	<p><b>7. PROCEDURE</b></p> <p><b>7.1. General</b></p> <p>The fatigue is a physical state of feeling tired or sleepy that results from prolonged mental or physical work, extended period of anxiety or loss of sleep.</p> <p>The result of fatigue is impaired performance and diminished alertness affecting everybody regardless of own skill, knowledge and training.</p> <p>As part of the watch-keeping provisions in the STCW Code, the Company enforces the mandatory requirement that Officers and Ratings of ships forming part of a watch and those whose duties involve designated safety, prevention of pollution, and security duties should take the minimum prescribed number or rest hours over the defined periods, in order to prevent fatigue.</p>																
<p><b>Penyebab Kelelahan</b></p> <p>Penyebab kelelahan bisa banyak, yang paling sering adalah sebagai berikut:</p>	<p><b>Cause of Fatigue</b></p> <p>The causes of fatigue could be many, the most frequent of which can be summarized as follows:</p>	<p><b>7. PROSEDUR</b></p> <p><b>7.1. Umum</b></p> <p>Kelelahan adalah keadaan fisik yang terasa lelah atau mengantuk, akibat pekerjaan mental atau fisik yang berkepanjangan, periode kecemasan atau kehilangan tidur yang diperpanjang.</p> <p>Akibat kelelahan adalah terganggunya kinerja dan berkurangnya kewaspadaan yang mempengaruhi semua orang, terlepas dari kemampuan diri, pengetahuan dan pelatihan.</p> <p>Sebagai bagian dari ketentuan jam jaga dalam STCW Code, Perusahaan memberlakukan persyaratan wajib dimana Perwira dan Rating di kapal yang merupakan bagian dari tugas jaga dan orang-orang yang tugasnya ditunjuk untuk terlibat dalam keselamatan, pencegahan pencemaran, dan keamanan harus menerima jam kerja yang telah ditentukan atau jam istirahat yang lebih dari periode yang ditentukan, untuk mencegah kelelahan.</p>	<p><b>7. PROCEDURE</b></p> <p><b>7.1. General</b></p> <p>The fatigue is a physical state of feeling tired or sleepy that results from prolonged mental or physical work, extended period of anxiety or loss of sleep.</p> <p>The result of fatigue is impaired performance and diminished alertness affecting everybody regardless of own skill, knowledge and training.</p> <p>As part of the watch-keeping provisions in the STCW Code, the Company enforces the mandatory requirement that Officers and Ratings of ships forming part of a watch and those whose duties involve designated safety, prevention of pollution, and security duties should take the minimum prescribed number or rest hours over the defined periods, in order to prevent fatigue.</p>																
<table border="1"> <tr> <td>Revision No.</td> <td>: 1</td> <td>Document No.</td> <td>: MSM-PRO-CRW.06</td> </tr> <tr> <td>Revision Date</td> <td>: 02/04/2016</td> <td>Page</td> <td>: 2 of 6</td> </tr> <tr> <td>Format No. MER-FR-STD 4.2-01.01</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> <tr> <td>Revision 2</td> <td></td> <td></td> <td></td> </tr> </table>	Revision No.	: 1	Document No.	: MSM-PRO-CRW.06	Revision Date	: 02/04/2016	Page	: 2 of 6	Format No. MER-FR-STD 4.2-01.01				Revision 2						
Revision No.	: 1	Document No.	: MSM-PRO-CRW.06																
Revision Date	: 02/04/2016	Page	: 2 of 6																
Format No. MER-FR-STD 4.2-01.01																			
Revision 2																			

## LAMPIRAN IV : MSM-ISM JAM ISTIRAHAT DAN KERJA DI KAPAL

**MERATUS**  
SHIP MANAGEMENT  
MSM-PRO-CRW.06

### JAM ISTIRAHAT DAN KERJA DI KAPAL Rest and Working Hours on Board

- Faktor spesifik awak kapal (tidur dan istirahat).
- Faktor Manajemen (bagaimana kapal dikelola dan dioperasikan yaitu jadwal shift, lembur, persyaratan dokumen).
- Faktor kapal spesifik (desain kapal, umur kapal, kenyamanan fisik ruang akomodasi).
- Faktor-faktor lingkungan (paparan suhu tinggi, kelembaban, kebisingan yang berlebihan).
- Crew specific factors (sleep and rest).
- Management factors (how the ship is managed and operated i.e. shifts schedules, overtime, paperwork requirements).
- Ship specific factors (ship design, age of vessel, physical comfort of spaces for accommodation).
- Environmental factors (exposure to high temperature, humidity, excessive noise).

#### 7.2. Faktor Spesifik Awak Kapal

STCW Code mensyaratkan bahwa semua Perwira dan Rating yang melaksanakan tugas jaga di dek atau mesin berhak mendapatkan masa istirahat minimal 10 jam dalam 24 jam dan 77 jam dalam jangka waktu 7 hari, masa istirahat dapat dibagi tidak lebih dari 2 periode berturut-turut, salah satunya harus minimal 6 jam, dengan interval antara periode berturut-turut tidak melebihi 14 jam.

Sebagai pengecualian di atas, memberikan waktu istirahat tidak kurang dari 70 jam dalam jangka waktu 7 hari yang tidak diperkenankan selama lebih dari dua minggu berturut-turut dan interval antara dua periode pengecualian di kapal tidak kurang dari dua kali durasi pengecualian, mewarisi jam istirahat mereka dapat dibagi menjadi tidak lebih dari tiga periode, salah satunya harus paling sedikit 6 jam dan tak satu pun dari dua periode lainnya kurang dari satu jam. Interval antara periode berturut-turut istirahat tidak melebihi 14 jam. Pengecualian tidak melampaui dua periode 24 jam dalam jangka waktu 7 hari.

Setiap awak kapal wajib menggunakan waktu istirahatnya dengan sebaik-baiknya. Dengan istirahat yang cukup diharapkan awak kapal dapat bekerja dengan konsentrasi yang lebih baik.

#### 7.2. Crew Specific Factors

STCW Code requires that all Officers and Ratings carrying out watch, keeping duties on deck or engine are entitled to a period of rest of at least 10 hours in 24 hours and 77 hours in any 7 day period; the rest period can be divided in no more than 2 non consecutive periods, one of which must be of at least 6 hours, with interval between consecutive periods not exceeding 14 hours.

As an exception to the above, providing the rest period is not less than 70 hours in any 7-day period that shall not be allowed for more than two consecutive weeks and that intervals between two periods of exceptions on board shall not be less than twice the duration of the exception, inherit the hours of rest; they may be divided into no more than three periods, one of which shall be at least 6 hours in length and neither of the other two periods shall be less than one hour in length. The intervals between consecutive periods of rest shall not exceed 14 hours. Exception shall not extend beyond two 24-hour periods in any 7-day period.

Each crew must use their rest time properly. With adequate rest, the crew will be expected can work with better concentration.

#### 7.3. Faktor Manajemen

Dalam rangka untuk mengurangi kelelahan, Nakhoda, Muallim I dan KKM diminta untuk merencanakan beban kerja di awal, memeriksa frekuensi masuk ke pelabuhan, lama periode di pelabuhan dan saat bernavigasi, lalu lintas dan cuaca di perjalanan, alam dan beban kerja ketika di pelabuhan untuk mengatur jadwal jaga dan periode istirahat sesuai dengan persyaratan.

Latihan keselamatan yang dilakukan harus sedapat mungkin tidak mengganggu waktu istirahat.

Karena alasan di atas, Perusahaan menyediakan di atas semua kapal, formulir **MSM-FRM-CRW.06.01 "Tabel Pengaturan Kerja di Atas Kapal"** yang

#### 7.3. Management Factors

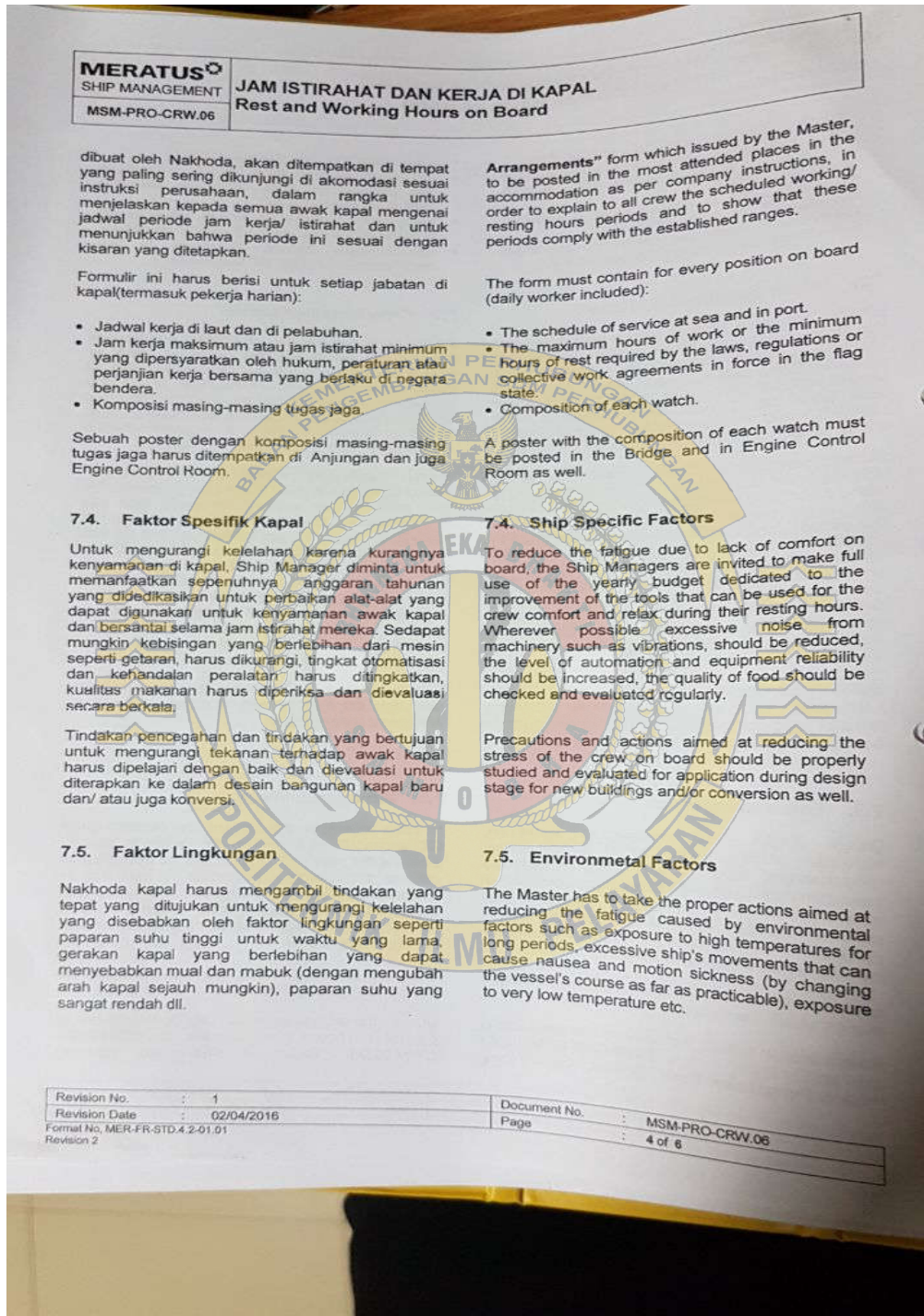
In order to reduce the fatigue, the Master, Chief Officer and Chief Engineer are invited to plan in advance the work load, examining the frequency of calls at ports, length of periods at port and in navigation, traffic and weather en route, nature and work load while in port in order to set the watch schedule and the period of rest in compliance with the requirements.

Drills are to be performed as much as possible limiting disruptions of rest time.

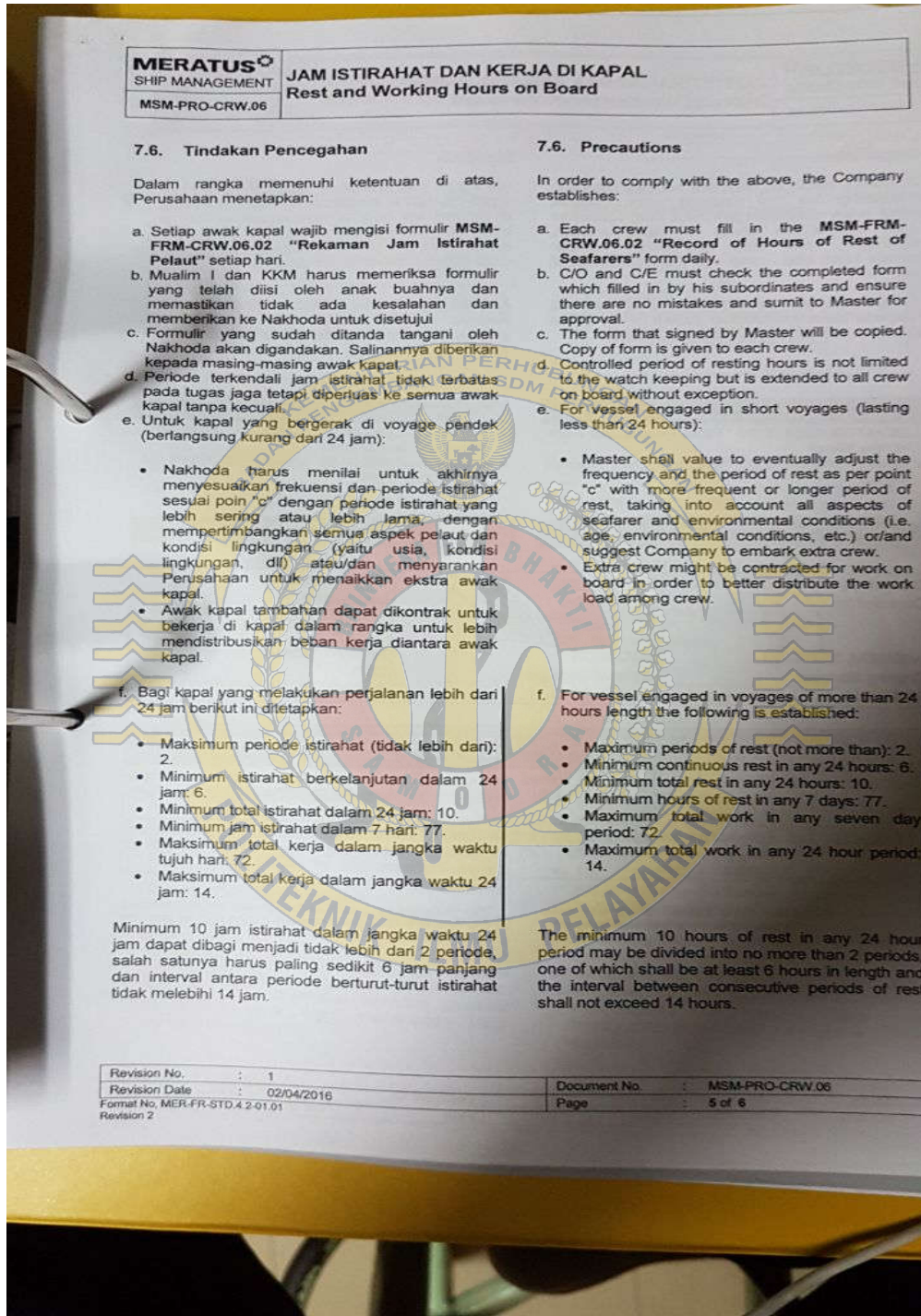
Due to the above reasons, the Company has to provide on board of all vessels, the **MSM-FRM-CRW.06.01 "Table of Shipboard Working**

Revision No.	: 1	Document No.	: MSM-PRO-CRW.06
Revision Date	: 02/04/2016	Page	: 3 of 6
Formal No. MER-FR-STD.4.2-01.01			
Revision 2			


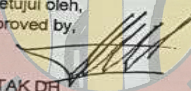
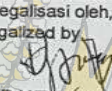
# LAMPIRAN IV : MSM-ISM JAM ISTIRAHAT DAN KERJA DI KAPAL



## LAMPIRAN IV : MSM-ISM JAM ISTIRAHAT DAN KERJA DI KAPAL



# LAMPIRAN IV : MSM-ISM JAM ISTIRAHAT DAN KERJA DI KAPAL

<b>MERATUS</b> SHIP MANAGEMENT MSM-PRO-CRW.06	<b>JAM ISTIRAHAT DAN KERJA DI KAPAL</b> <b>Rest and Working Hours on Board</b>									
<b>Pengecualian</b> Di dalam prosedur ini, tidak ada hal yang dianggap mengurangi hak dari Nakhoda untuk meminta pelaut untuk melakukan jam kerja yang diperlukan untuk keselamatan orang di kapal, muatan, lingkungan, kapal atau memberikan bantuan kepada kapal atau orang lain dalam kesulitan di laut.  Sesegera mungkin, setelah situasi normal kembali, Nakhoda harus memastikan bahwa setiap pelaut disediakan waktu yang cukup untuk istirahat.	<b>Exception</b> Nothing in this procedure shall be deemed to impair the right of the Master to require a seafarer to perform any hour of work necessary for the safety of persons on board, the cargo, the environment, the vessel or to give assistance to other ship or persons in distress at sea.  As soon as practicable, after the normal situation is restored, the Master shall make sure that any seafarers are provided with an adequate period of rest.									
<b>7. DOKUMEN TERKAIT</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>MSM-FRM-CRW.06.01 "Tabel Pengaturan Kerja di Atas Kapal"</li> <li>MSM-FRM-CRW.06.02 "Rekamian Jam Istirahat Pelaut"</li> </ul>	<b>7. RELATED DOCUMENTS</b> <ul style="list-style-type: none"> <li>MSM-FRM-CRW.06.01 "Table of Shipboard Working Arrangements"</li> <li>MSM-FRM-CRW.06.02 "Record of Hours of Rest of Seafarers"</li> </ul>									
<b>Tinjauan, Persetujuan &amp; Revisi</b>	<b>Review, Approval &amp; Revision</b>									
Dibuat oleh, Compiled by,  <b>ANDREAS SETYOKO</b> Crewing Manager 01/04/2016	Disetujui oleh, Approved by,  <b>SUTAK DH</b> General Manager 01/04/2016	Dilegalisasi oleh, Legalized by,  <b>KADJAT ASIACI</b> DPA 02/04/2016								
<table border="1"> <thead> <tr> <th>Tgl. Perubahan Revision Date</th> <th>Rev</th> <th>Item yang Berubah Changed Items</th> </tr> </thead> <tbody> <tr> <td>10/07/2015</td> <td>0</td> <td>Diterbitkan pertama kali. Isinya berasal dari prosedur MER-SOP-04 dengan berbagai perubahan isi.</td> </tr> <tr> <td>02/04/2016</td> <td>1</td> <td>Perubahan halaman 5 bagian f, minimum jam istirahat dalam 7 hari dari 96 jam menjadi 77 jam.</td> </tr> </tbody> </table>	Tgl. Perubahan Revision Date	Rev	Item yang Berubah Changed Items	10/07/2015	0	Diterbitkan pertama kali. Isinya berasal dari prosedur MER-SOP-04 dengan berbagai perubahan isi.	02/04/2016	1	Perubahan halaman 5 bagian f, minimum jam istirahat dalam 7 hari dari 96 jam menjadi 77 jam.	First issued. The contents are from previous MER-SOP-04 procedures with many changes in contents.  Revise page 5 section f, minimum hours of rest in any 7 days from 96 hours to 77 hours.
Tgl. Perubahan Revision Date	Rev	Item yang Berubah Changed Items								
10/07/2015	0	Diterbitkan pertama kali. Isinya berasal dari prosedur MER-SOP-04 dengan berbagai perubahan isi.								
02/04/2016	1	Perubahan halaman 5 bagian f, minimum jam istirahat dalam 7 hari dari 96 jam menjadi 77 jam.								
"Segala perbedaan dalam hal terjemahan antara terjemahan versi Indonesia dan Inggris, maka versi Indonesia yang akan digunakan/ dipakai."	"Any inconsistency or contradiction between text in Indonesian and English version, the Indonesian version shall be prevailed against any translation."									
Revision No. : 1 Revision Date : 02/04/2016 Format No. MER-FR-STD.4.2-01.01 Revision 2	Document No. : MSM-PRO-CRW.06 Page : 6 of 6									