

# Analisa Penerapan Rest Hour (Jam Istirahat) Berdasarkan Maritime Labour Convention 2006 Di Atas Kapal Mv. Meratus Batam

Ahmad Badri Hidayatullah<sup>1</sup>, Dr. Capt. Samsul Huda, M.M., M.Mar.<sup>1</sup>, Dyah Ratnaningsih<sup>1</sup>

<sup>1</sup>Politeknik Pelayaran Surabaya

Email: [ahmadbadri0208@gmail.com](mailto:ahmadbadri0208@gmail.com)

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan jam istirahat (rest hour) di atas kapal MV. Meratus Batam berdasarkan ketentuan dalam Maritime Labour Convention (MLC) 2006. Menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, penelitian ini dilaksanakan selama praktik laut dengan teknik pengumpulan data berupa observasi langsung, wawancara mendalam dengan kru kapal, serta analisis dokumentasi seperti Record of Hours of Rest dan Table of Shipboard Working Arrangement. Hasil penelitian menunjukkan bahwa meskipun kapal telah memiliki sistem pencatatan jam istirahat, dalam praktiknya masih terjadi pelanggaran seperti kelebihan jam kerja serta ketidaksesuaian jadwal kerja dengan standar MLC 2006. Faktor-faktor yang memengaruhi penerapan jam istirahat antara lain terbatasnya jumlah kru, tekanan operasional, rotasi jadwal jaga yang tidak proporsional, serta kurangnya pengawasan manajemen kapal terhadap kepatuhan regulasi. Penelitian ini menyimpulkan bahwa implementasi rest hour di atas kapal MV. Meratus Batam belum sepenuhnya memenuhi standar MLC 2006. Oleh karena itu, disarankan adanya evaluasi rutin sistem kerja kapal, penambahan kru jika diperlukan, serta peningkatan kesadaran dan pelatihan kru mengenai pentingnya manajemen kelelahan untuk menjamin keselamatan dan kesejahteraan pelaut.

**Kata kunci :** MLC 2006, jam istirahat, pelaut, MV Meratus Batam, keselamatan kerja.

## Pendahuluan

Dalam industri pelayaran, kelelahan kerja (fatigue) merupakan salah satu permasalahan serius yang berdampak langsung terhadap keselamatan pelaut dan operasional kapal. Pelaut sering kali bekerja dalam waktu yang panjang, dengan tekanan tinggi dan rotasi jadwal yang tidak seimbang, sehingga berisiko menurunkan konsentrasi dan meningkatkan kemungkinan terjadinya kecelakaan di laut. Untuk menjamin keselamatan dan kesejahteraan pelaut, Organisasi Perburuhan Internasional (ILO) menerbitkan Maritime Labour Convention (MLC) 2006 yang mengatur standar minimum waktu istirahat, yakni sekurang-kurangnya 10 jam dalam 24 jam dan 77 jam dalam 7 hari. Meskipun ketentuan ini telah diratifikasi oleh banyak negara, termasuk Indonesia, praktik di lapangan menunjukkan masih adanya kesenjangan antara regulasi dan implementasi. Manipulasi catatan jam kerja, kekurangan kru, serta beban kerja berlebih menjadi tantangan utama dalam penerapan aturan tersebut. Oleh karena itu, diperlukan kajian mendalam untuk mengevaluasi sejauh mana aturan rest hour benar-benar

dijalankan serta faktor-faktor yang memengaruhinya, sebagai dasar perbaikan manajemen waktu kerja pelaut secara sistematis dan berkelanjutan.

## Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, yang bertujuan untuk memahami dan mendeskripsikan penerapan rest hour berdasarkan MLC 2006 melalui data observasi, wawancara, dan dokumentasi yang dianalisis secara tematik.

Data dianalisis dengan pendekatan analisis tematik yang mencakup proses reduksi data, penyajian data, dan penarikan kesimpulan. Peneliti mengidentifikasi pola-pola tematik dari hasil wawancara, observasi, dan dokumentasi guna menemukan makna dari fenomena yang diteliti. Data dikumpulkan melalui tiga teknik utama:

- a. Observasi langsung di atas kapal.
- b. Wawancara mendalam dengan kru kapal (nakhoda, Chief Officer, Chief Engineer).
- c. Dokumentasi terhadap dokumen resmi kapal yang berkaitan dengan jam kerja dan istirahat.

Metode ini diharapkan dapat memberikan gambaran yang jelas mengenai penerapan jam istirahat berdasarkan MLC 2006 dan faktor-faktor apa saja yang mempengaruhi penerapan regulasi tersebut di atas MV. Meratus Batam. Memaparkan metode yang digunakan dalam penelitian, di antaranya: Variabel yang diteliti; Teknik pengumpulan data; Teknik pengambilan sampel; Metode analisis data yang digunakan; serta informasi lainnya yang penting untuk dipaparkan.

## Hasil dan Pembahasan

Penelitian ini dilaksanakan di atas kapal MV. Meratus Batam dengan pendekatan kualitatif deskriptif. Data diperoleh melalui observasi langsung, wawancara mendalam dengan kru kapal, serta analisis dokumen seperti Record of Hours of Rest dan Table of Shipboard Working Arrangement. Fokus utama adalah mengevaluasi sejauh mana implementasi waktu istirahat (rest hour) di atas kapal ini telah sesuai dengan ketentuan Maritime Labour Convention (MLC) 2006, khususnya Regulation 2.3.

Dari data yang dihimpun, ditemukan bahwa secara administratif kapal telah memiliki sistem pencatatan jam istirahat yang sesuai, baik dalam bentuk digital maupun cetak. Namun, temuan lapangan menunjukkan bahwa pencatatan tersebut tidak selalu mencerminkan realitas waktu kerja aktual. Beberapa kru mengaku bahwa waktu istirahat yang tercatat sering kali tidak sesuai dengan waktu istirahat aktual yang mereka jalani. Beberapa pelanggaran utama terhadap ketentuan MLC 2006 yang teridentifikasi antara lain:

- a. Jumlah jam kerja melebihi 14 jam dalam 24 jam pada situasi tertentu (khususnya saat sandar atau bongkar muat).
- b. Tidak terpenuhinya 10 jam istirahat dalam 24 jam secara riil akibat padatnya kegiatan operasional.
- c. Gangguan waktu istirahat akibat penjadwalan jaga malam yang tidak proporsional.
- d. Tidak tersedianya waktu istirahat kompensasi yang cukup setelah kegiatan darurat atau latihan keselamatan.

Dokumen Record of Hours of Rest menunjukkan adanya beberapa entri yang seragam antar kru, yang mengindikasikan kemungkinan keseragaman isian administratif tanpa mengacu pada jam aktual masing-masing individu.

#### Faktor Penghambat Implementasi Rest Hour

Berdasarkan wawancara dan dokumentasi, terdapat sejumlah faktor yang menghambat implementasi efektif dari ketentuan waktu istirahat:

- a. Terbatasnya jumlah kru kapal, menyebabkan beban kerja menumpuk pada awak yang ada.
- b. Rotasi jadwal jaga yang tidak seimbang, terutama pada pola jaga 6 jam kerja dan 6 jam istirahat yang menyebabkan siklus tidur terganggu.
- c. Tekanan operasional tinggi, khususnya saat kapal sedang sandar, bongkar muat, atau dalam kondisi cuaca buruk.
- d. Gangguan dari kegiatan operasional kapal, seperti latihan keselamatan, inspeksi, dan komunikasi dari kantor pusat yang dilakukan di luar jam kerja normal.
- e. Kebisingan dan kualitas akomodasi yang rendah, seperti ventilasi kurang baik, kasur tidak ergonomis, dan getaran dari ruang mesin yang memengaruhi kualitas tidur.
- f. Kurangnya pengawasan dari manajemen kapal, baik dalam hal pemantauan implementasi istirahat maupun edukasi kepada kru tentang pentingnya manajemen kelelahan.

#### Faktor Pendukung Kualitas Istirahat

Meski demikian, terdapat juga sejumlah aspek yang mendukung pelaksanaan waktu istirahat sesuai standar MLC 2006, di antaranya:

- a. Tersedianya sistem pencatatan jam istirahat berbasis digital.
- b. Pengetahuan kru tentang regulasi MLC 2006 yang sudah cukup baik secara teori.
- c. Komitmen sebagian perwira senior dalam menjaga rotasi jaga agar tidak saling membebani.
- d. Upaya pembagian tugas yang adil, meskipun masih belum konsisten diterapkan.

Temuan dalam penelitian ini mengonfirmasi adanya kesenjangan antara kebijakan dan implementasi rest hour di atas kapal. Penerapan jam istirahat pada MV. Meratus Batam secara formal telah mengacu pada MLC 2006, namun dalam praktiknya belum sepenuhnya memenuhi standar minimum. Hal ini memperkuat hasil studi terdahulu (Bäumler et al., 2021; Castro & Naquita, 2024) yang menunjukkan bahwa pelanggaran administratif dalam pencatatan waktu istirahat sering terjadi di sektor pelayaran. Ketidaksesuaian ini menunjukkan bahwa sistem pencatatan waktu kerja bukanlah jaminan terhadap kepatuhan substantif. Adanya tekanan dari manajemen, beban kerja berlebih, serta budaya kerja keras tanpa memperhatikan keseimbangan biologis menjadi akar masalah yang sistemik. Selain itu, lemahnya pengawasan dari pihak internal dan eksternal (misalnya syahbandar atau PSC) membuat pelanggaran ini terus berulang.

Kondisi ini menegaskan pentingnya penerapan Fatigue Risk Management System (FRMS) yang berbasis evaluasi menyeluruh terhadap ritme kerja dan kualitas istirahat kru, bukan hanya kepatuhan administratif. Tanpa sistem manajemen kelelahan yang terstruktur,

risiko kecelakaan kapal akibat kelelahan akan terus menjadi ancaman nyata bagi keselamatan pelayaran.

Oleh karena itu, peningkatan kualitas implementasi jam istirahat membutuhkan pendekatan holistik yang mencakup: perbaikan desain rotasi kerja, penambahan jumlah kru jika dibutuhkan, optimalisasi fasilitas akomodasi, serta pembentukan budaya keselamatan kerja yang menghargai hak-hak pelaut atas istirahat yang layak. Penelitian harus dipaparkan secara jelas dan menjawab rumusan masalah. Hasil dapat dilengkapi dengan gambar, tabel yang menyajikan data penelitian.

## Simpulan

Berdasarkan hasil analisis, dapat disimpulkan bahwa penerapan ketentuan Maritime Labour Convention (MLC) 2006 di kapal MV. Meratus Batam telah berjalan, namun belum sepenuhnya konsisten, terutama dalam aspek pemenuhan jam istirahat harian. Pelanggaran umumnya disebabkan oleh faktor operasional seperti padatnya aktivitas pelabuhan, serta faktor teknis seperti gangguan pada sistem mesin yang memaksa kru bekerja di luar jam yang dijadwalkan. Kepemimpinan di atas kapal, khususnya peran Nakhoda, Chief Officer, dan Chief Engineer, memiliki pengaruh besar dalam pengaturan serta pengawasan jam kerja dan istirahat. Meskipun sistem dokumentasi seperti Record of Hours of Rest dan Table of Shipboard Working Arrangement telah digunakan sebagai alat kontrol, aspek validitas dan keteraturan pencatatan masih perlu ditingkatkan agar lebih akurat dan sesuai dengan kondisi aktual di lapangan.

## Daftar Pustaka

- Anggreni, D., Ayu, I., Putri, J., & Imam, M. (2021). Optimalisasi Penerapan MLC (Maritime Labour Convention) di Atas Kapal KM Bukit Siguntang. 2(2), 125–130.
- Baumler, R., Bhatia, B. S., & Kitada, M. (2021a). Ship first: Seafarers' adjustment of records on work and rest hours. Marine Policy, 130, 104186. <https://doi.org/10.1016/j.marpol.2020.104186>
- Gilbert, C., Castro, L., Mae, L., & Naquita, M. (2024). IMPLEMENTATION OF THE MANDATORY HOURS OF WORK AND REST ONBOARD CONTAINER SHIPS. Ignatian International Journal for Multidisciplinary Research, 2(6). <https://doi.org/10.5281/zenodo.12098752>
- Jepsen, J. R., Zhao, Z., & Leeuwen, W. M. A. Van. (2015). Seafarer fatigue : a review of risk factors , consequences for seafarers ' health and safety and options for mitigation. 106–117. <https://doi.org/10.5603/IMH.2015.0024>
- Jurnal, K. ;, Pengetahuan, I., & Kelautan, T. (2023). Analysis of the Application of the Rest Hour Maritime Labor Convention 2006 on MV. Pan Energen Crews to Improve Working Conditions with Analytical Hierarchy Process (AHP) Method Namira Aprillia15, Imam Pujo Mulyatno15, Ocid Mursid15, Serliana Yulianti25. <http://ejurnal.undip.ac.id/index.php/kapal> <https://doi.org/10.14710/kapa1.v20i3.58807>
- Mery, M., Suhardono, A., & Herlambang, P. (2022). Penerapan Rest Hour Berdasarkan Maritime Labour Convention 2006 Di Atas Kapal MV. Dewi Ambarwati. Jurnal Sains Teknologi Transportasi Maritim, 4(2), 1–5. <https://doi.org/10.51578/j.sitektransmar.v4i2.51>

- Nazilah, S., Ali, M., Cioca, L., Kayati, R. S., & Saputra, J. (2023). A Study of Psychometric Instruments and Constructs of Work-Related Stress among Seafarers: A Qualitative Approach. 1–22.
- Oldenburg, M., & Jensen, H. J. (2019a). Maritime field studies: Methods for exploring seafarers' physical activity. International Maritime Health, 70(2), 95–99. <https://doi.org/10.5603/IMH.2019.0015>
- Rofiah, C. (2022). Analisis Data Kualitatif: Manual Atau Dengan Aplikasi? Develop, 6(1), 33–46. <https://doi.org/10.25139/dev.v6i2.4389>
- Suhardono, A., Herlambang, P., & Nautika AKMI Suaka Bahari Cirebon, P. (2022). PENERAPAN REST HOUR BERDASARKAN MARITIME LABOUR CONVENTION 2006 DI ATAS KAPAL MV. DEWI AMBARWATI. In Jurnal Sains Teknologi Transportasi Maritim (Vol. 4, Issue 1).
- Zhao, Z., Wadsworth, E., Jepsen, J. R., & van Leeuwen, W. M. A. (2020). Comparison of perceived fatigue levels of seafarers and management approaches in fatigue mitigation: Case studies from two Chinese and two European shipping companies. Marine Policy, 116, 103897. <https://doi.org/10.1016/J.MARPOL.2020.103897>