Food and Agriculture Organization of the United Nations

Keselamatan di laut
Untuk nelayan skala kecil

BOBP

Keselamatan di laut
Untuk nelayan skala kecil

Food and Agriculture Organization of the United Nations
Rome, 2021

Required citation:
FAO. 2021. *Keselamatan di laut Untuk nelayan skala kecil*. Rome.

This work was originally published by the Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO) in English as Safety at sea for small-scale fishers. This Indonesian translation was arranged by the Ministry of Fisheries and Marine Affairs of Indonesia. In the event of discrepancies, the original language will govern.

The designations employed and the presentation of material in this information product do not imply the expression of any opinion whatsoever on the part of the Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO) concerning the legal or development status of any country, territory, city or area or of its authorities, or concerning the delimitation of its frontiers or boundaries. The mention of specific companies or products of manufacturers, whether or not these have been patented, does not imply that these have been endorsed or recommended by FAO in preference to others of a similar nature that are not mentioned.

The views expressed in this information product are those of the author(s) and do not necessarily reflect the views or policies of FAO.

ISBN 978-92-5-134955-7
© **FAO**, 2021

Some rights reserved. This work is made available under the Creative Commons Attribution-NonCommercial-ShareAlike 3.0 IGO licence (CC BY-NC-SA 3.0 IGO; https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/3.0/igo/legalcode).

Under the terms of this licence, this work may be copied, redistributed and adapted for non-commercial purposes, provided that the work is appropriately cited. In any use of this work, there should be no suggestion that FAO endorses any specific organization, products or services. The use of the FAO logo is not permitted. If the work is adapted, then it must be licensed under the same or equivalent Creative Commons licence. If a translation of this work is created, it must include the following disclaimer along with the required citation: "This translation was not created by the Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO). FAO is not responsible for the content or accuracy of this translation. The original [Language] edition shall be the authoritative edition."

Disputes arising under the licence that cannot be settled amicably will be resolved by mediation and arbitration as described in Article 8 of the licence except as otherwise provided herein. The applicable mediation rules will be the mediation rules of the World Intellectual Property Organization http://www.wipo.int/amc/en/mediation/rules and any arbitration will be conducted in accordance with the Arbitration Rules of the United Nations Commission on International Trade Law (UNCITRAL).

Third-party materials. Users wishing to reuse material from this work that is attributed to a third party, such as tables, figures or images, are responsible for determining whether permission is needed for that reuse and for obtaining permission from the copyright holder. The risk of claims resulting from infringement of any third-party-owned component in the work rests solely with the user.

Sales, rights and licensing. FAO information products are available on the FAO website (www.fao.org/publications) and can be purchased through publications-sales@fao.org. Requests for commercial use should be submitted via: www.fao.org/contact-us/licence-request. Queries regarding rights and licensing should be submitted to: copyright@fao.org.

Translation in Bahasa Indonesia: Umi Muawanah

Illustrations and Layout: S Jayaraj and Yugraj Singh Yadava (BOBP-IGO)

Daftar Isi

Pengantar v
Persantunan vi
Bab 1 Keselamatan Umum 1

Keselamatan umum 3
Keselamatan geladak 4
Rel dan tangga pengaman 14
Keselamatan kebakaran 18
Ventilasi 23
Penerangan 24
Penanganan tali dan kawat 25
Bendera isyarat maritim internasional 30

Bab 2 Keselamatan Pribadi 31

Keselamatan pribadi 33
Keselamatan dan kesehatan awak kapal 58
Tindakan pencegahan agar tidak terjatuh di laut 59
Perlengkapan Keselamatan 60
Keselamatan penyelaman 62

Bab 3 Stabilitas 65

Stabilitas 67
Menjaga stabilitas kapal 70

Bab 4 Bertahan hidup di laut 71

Tindakan jika terjadi kerusakan mesin 73
Life rafts dan jaket penyelamat 81
Alternatif alat pelampung 84
Bahaya paparan cuaca dingin (Teknik bertahan hiduo) 85
Hipotermia 86
Kaki Dingin (Immersion foot) 87
Kulit melepuh 88
Perlindungan Mata 88
Bisul karena air garam dan luka memar (Salt water boils and chafing sores) 88
Fungsi Normal tubuh 88
Dehidrasi 88
Kehilangan kesadaran dan gangguan mental 89
Kebersihan 89

Bab 5 Kesimpulan 91

Anjuran dan Larangan (Pemeriksaan dan Prosedur) 92
IPoin penting untuk diingat 95
Kesimpulan 97

Pengantar

"Utamakan Keselamatan" adalah sesuatu yang harus diingat oleh siapa pun yang bekerja di kapal penangkap ikan. Keselamatan harus menjadi prioritas utama. Tindakan pengamanan yang tepat akan menyelamatkan nyawa, melindungi kapal dari kerusakan, mencegah kecelakaan dan cedera serius, melindungi lingkungan, dan berkontribusi pada perikanan yang menguntungkan.

Pemilik, operator, dan nakhoda dari semua kapal penangkap ikan memiliki tanggung jawab untuk melatih awaknya tentang keselamatan. Manual ini memberikan contoh kecelakaan yang mungkin terjadi di atas kapal penangkap ikan dan saran-saran yang berguna untuk mencegah kecelakaan tersebut terjadi.

Panduan ini dibuat terutama untuk nelayan skala kecil yang menggunakan kapal dengan panjang kurang dari 12 meter. Di Indonesia, menurut Undang Undang No. 7/2016 tentang Perlindungan Nelayan, Pembudidaya dan Petani Gara, nelayan kecil adalah nelayan yang mempunyai kapal < 10 GT. Namun, sebagian besar saran juga berguna untuk kapal penangkap ikan yang lebih besar dengan panjang hingga 20 meter.

Panduan ini ditulis dan diilustrasikan dengan cara sederhana untuk meningkatkan budaya kesadaran akan keselamatan.

Persantunan

Manual tentang “Keselamatan di laut untuk nelayan skala kecil” ini disusun oleh Food and Agriculture Organization (FAO) Perserikatan Bangsa-Bangsa bekerja sama dengan the Bay of Bengal Programme Inter-governmental Organisation (BOBP-IGO).

Dokumen saat ini adalah versi terbaru dari manual yang dihasilkan sebagai bagian dari Program Rehabilitasi Tsunami tahun 2007, yang didukung oleh Pemerintah Italia. Dokumen asli dikembangkan oleh Mr S. K. S. Jayasinghe, Mr Lalith Senanayake, Mr Ari Gudmundsson and Mr Stefano Thermes. Versi Manual yang diperbarui ini disusun oleh Mr S Jayaraj dan Mr Yugraj Singh Yadava (BOBP-IGO) dengan bimbingan teknis dari Mr Raymon van Anrooy, Ms Iris Monnereau dan Ms Nicole Franz (FAO).

Manual ini disiapkan untuk mendukung implementasi "Panduan Sukarela untuk Mengamankan Perikanan Skala Kecil yang Berkelanjutan" dalam Konteks Ketahanan Pangan dan Pengentasan Kemiskinan (Panduan SSF). Produksi dokumen ini difasilitasi oleh kontribusi dari Pemerintah Norwegia untuk FAO Umbrella Programme for the Promotion and Application of the SSF Guidelines, and the Global Environment Facility (GEF) mendanai "Climate Change Adaptation in the Eastern Caribbean Fisheries Sector project (CC4Fish)".

Keselamatan Umum

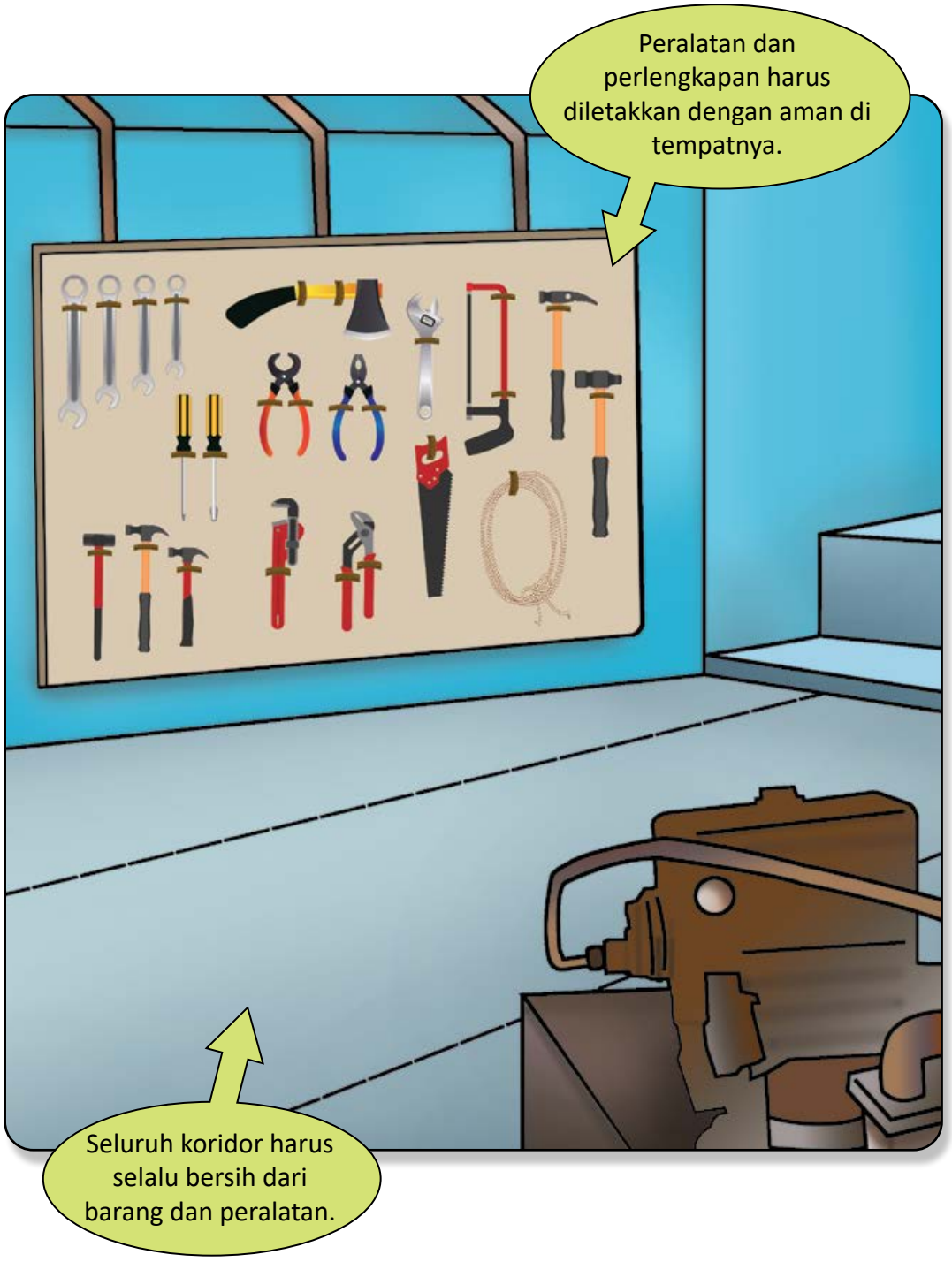
Keselamatan Umum

Ruang yang tersedia pada kapal penangkap ikan skala kecil sangat terbatas. Sejumlah peralatan, perlengkapan dan alat penangkap ikan yang diperlukan untuk operasi penangkapan ikan disimpan di dalam kapal. Berbagai persediaan seperti es, umpan, air tawar, bahan bakar, dan makanan yang dibutuhkan untuk perjalanan melaut juga disimpan di dalam kapal. Terkadang tidak terdapat ruang yang cukup untuk memasak dan menampung awak kapal. Ruang kerja dan ruang gerak yang memadai merupakan hal yang penting untuk keselamatan awak kapal. Pemeliharaan kapal juga merupakan faktor yang penting untuk keselamatan. Pemeriksaan rutin pada sistem kemudi dan bahan bakar, peralatan navigasi, lambung dan mesin, serta peralatan keselamatan sangat penting untuk keselamatan.

Waspada! Penyebab utama kecelakaan pada kapal penangkap ikan adalah sebagai berikut:

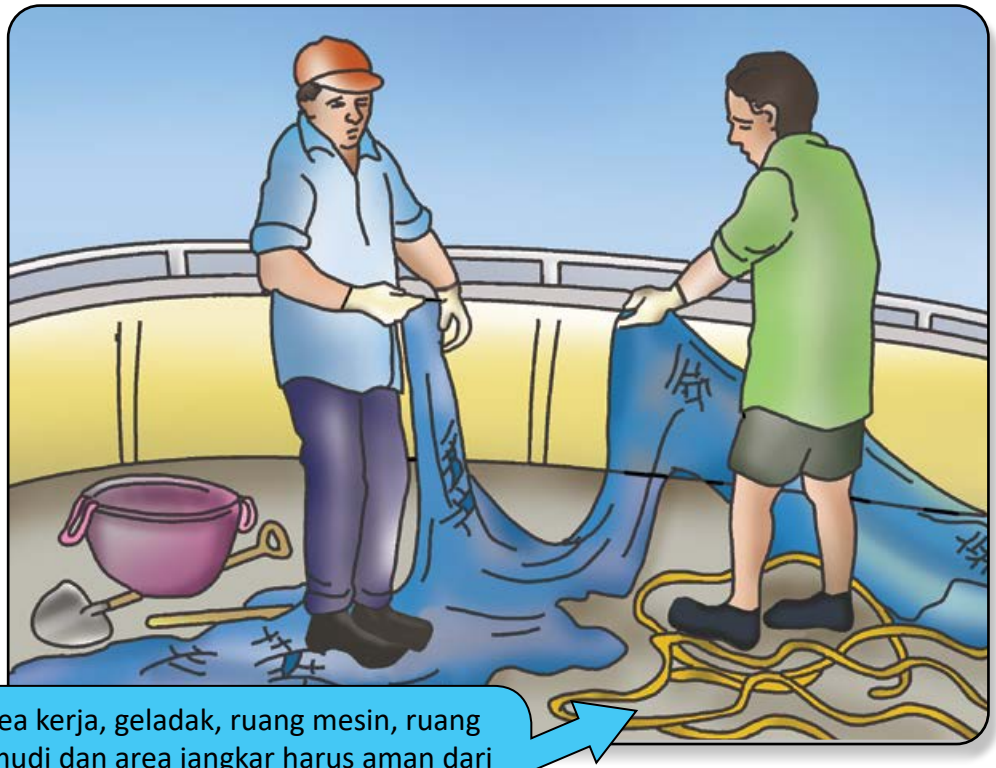
1. Api di dalam kapal
2. Orang yang terjatuh ke laut
3. Kecelakaan pribadi yang membahayakan awak kapal
4. Kebocoran air di lambung kapal
5. Kehilangan posisi dan terdampar
6. Kehilangan alat penangkap ikan
7. Kerusakan mesin
8. Kehilangan sistem kemudi
9. Kehilangan baling-baling
10. Kerusakan pada kotak roda gigi
11. Kekurangan bahan bakar
12. Topan
13. Kekurangan air minum dan perbekalan
14. Bertabrakan dengan kapal lain
15. Kehilangan komunikasi
16. Bajak Laut
17. Kandas
18. Ledakan
19. Angin dan arus yang kencang
20. Petir

Keselamatan Geladak


Peralatan dan perlengkapan harus diletakkan dengan aman di tempatnya.
Seluruh koridor harus selalu bersih dari barang dan peralatan.

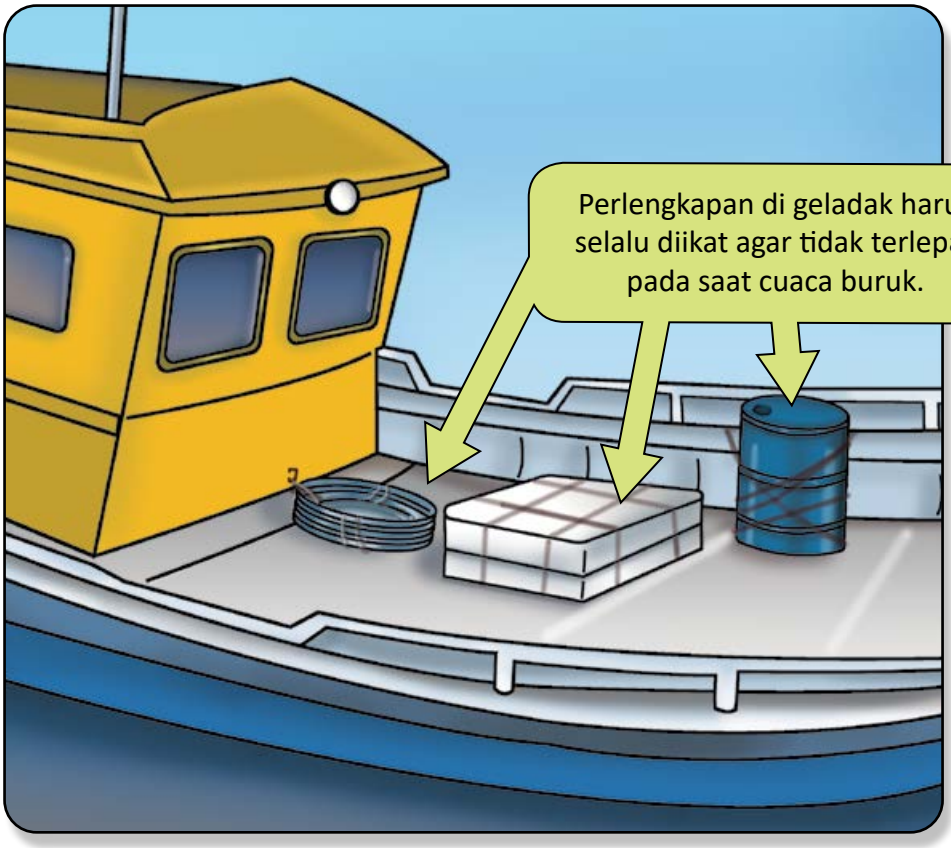
Siapkan alat pemotong kawat dan pisau untuk memotong tali, peralatan yang terbelit atau perlu dipotong. Alat pemotong juga berguna untuk melepaskan awak kapal yang terbelit jaring/tali/kail.

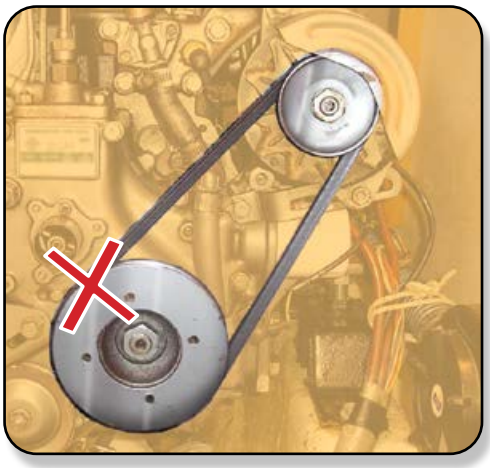
Jangan gunakan bensin atau cairan lain yang mudah terbakar sebagai bahan pembersih.

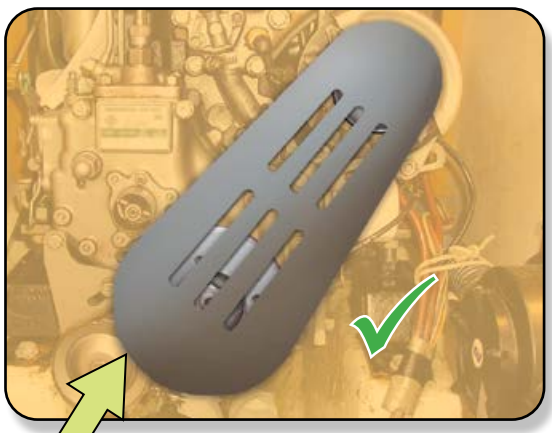


Area kerja, geladak, ruang mesin, ruang kemudi dan area jangkar harus aman dari unsur yang dapat menyebabkan seseorang terpeleset atau tersandung.

Geladak harus memiliki permukaan anti licin, kecuali permukaan halus yang diperlukan untuk penanganan ikan.

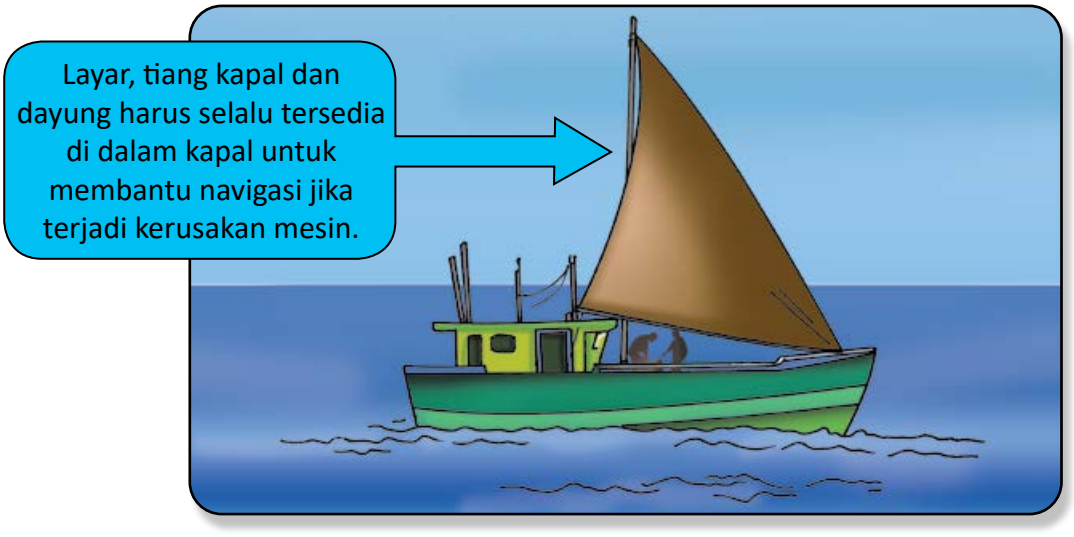






Seluruh sabuk dan bagian bergerak lainnya dari peralatan harus dilengkapi dengan pengaman yang tepat.

Tepi yang tajam tidak boleh dibiarkan terbuka terutama pada area kerja, tidur dan area aktif lain.

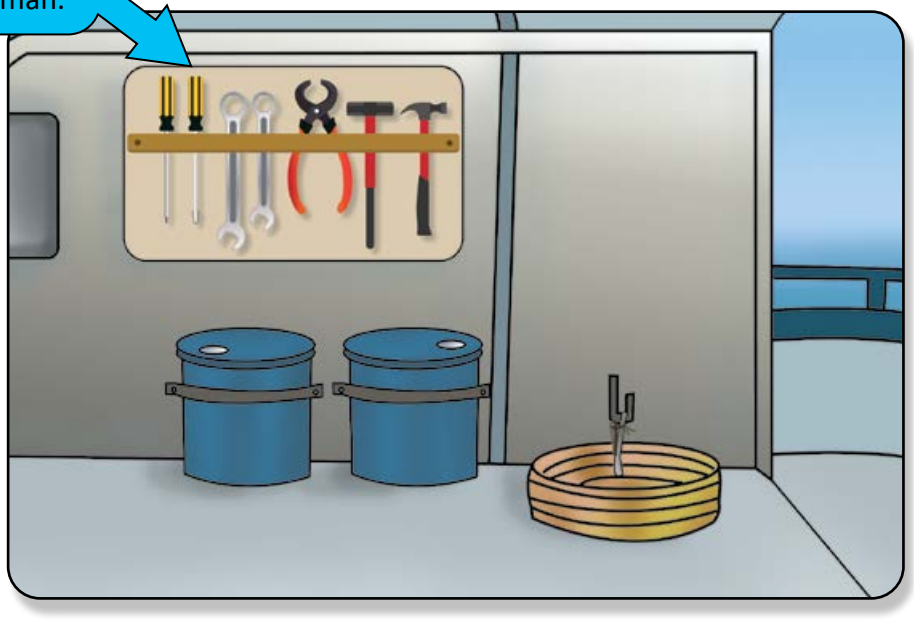

Layar, tiang kapal dan dayung harus selalu tersedia di dalam kapal untuk membantu navigasi jika terjadi kerusakan mesin.

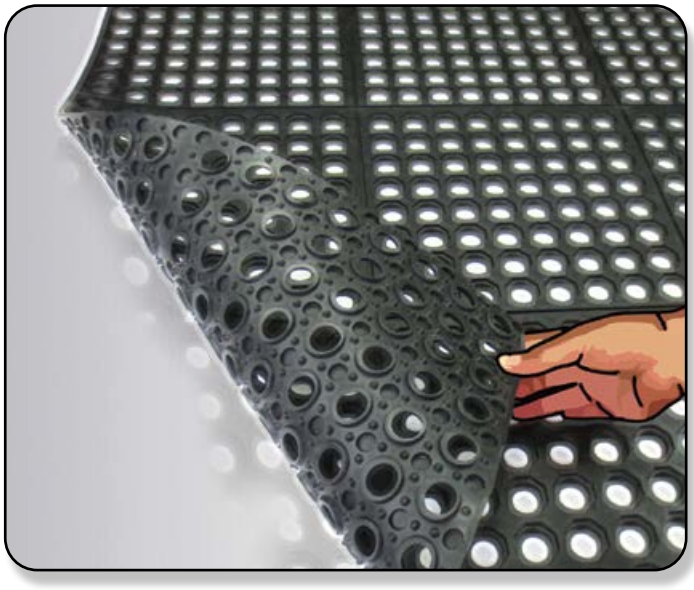
Saat kapal merapat di dermaga, Anda dapat keluar jika kapal sudah benar-benar aman. Jika Anda keluar terlalu cepat, Anda dapat terpeleset di antara dermaga dan kapal.

Ada orang disini?
Selalu pastikan tidak ada orang yang terjebak atau tertinggal di dalam palka, kompartemen, atau tangki sebelum ditutup.

Bersihkan geladak dan area lain secara teratur untuk membersihkan lendir ikan. Hal ini dapat mengurangi resiko tergelincir, tersandung dan terjatuh.

Atur dan simpan semua perlengkapan dengan aman.





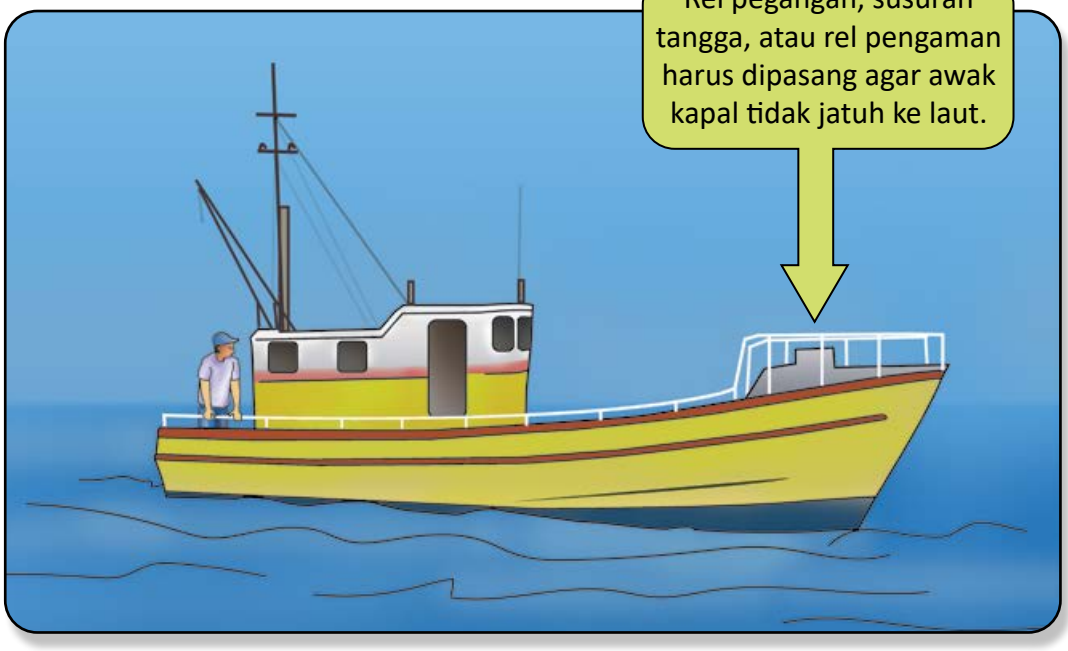
Jika memungkinkan, gunakan alas di geladak untuk memberikan pijakan yang baik.

Jangan menggunakan ember saat kapal sedang bergerak. Hal tersebut sangat berbahaya karena Anda dapat tertarik ke laut.

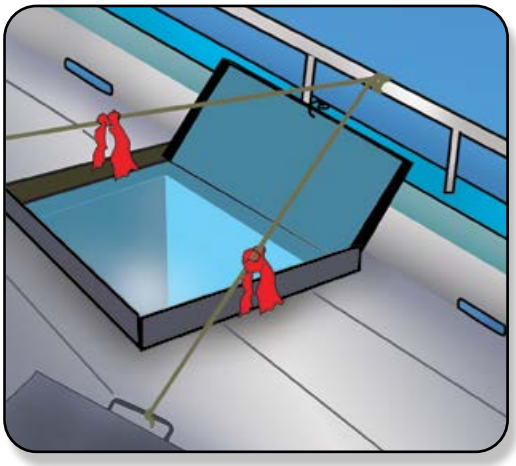
Gunakan sarung tangan untuk melindungi tangan Anda saat menarik/ mengulur tali.

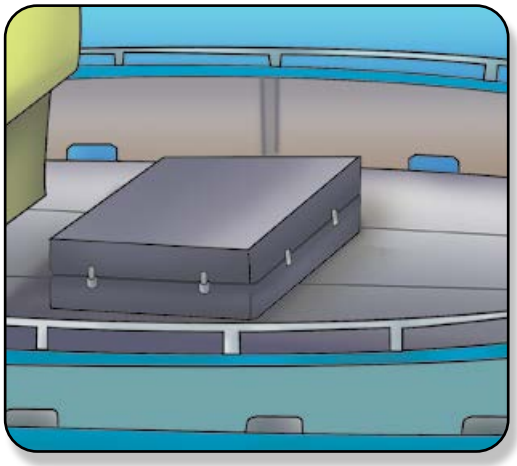
Matikan mesin kapal saat Anda berlayar sendiri dan hendak meninggalkan ruang kemudi. Jika Anda jatuh ke laut maka kecil kemungkinan kapal akan menjauh dari Anda.

Rel dan Tangga Pengaman

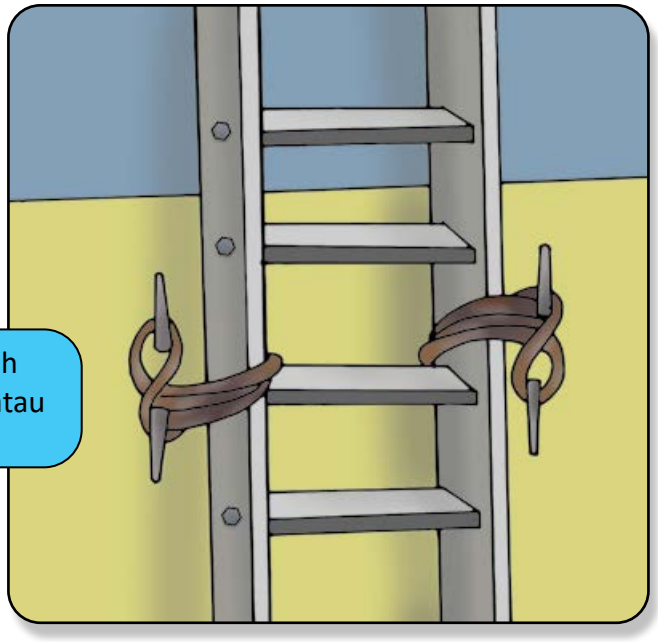


Bukaan geladak dan palka yang tidak digunakan harus ditutup untuk mencegah banjir dan mencegah awak kapal supaya tidak terjatuh. Pastikan penutup lubang ditutup dengan benar.





Jika tidak digunakan, ikatlah tangga dan tangga gantung atau simpan dengan aman.



Selalu periksa tangga sebelum digunakan. Pastikan untuk melakukan pemeriksaan rutin.

Hindari penggunaan tangga lipat. Jika menggunakan tangga lipat, pastikan tangga terikat dengan baik.

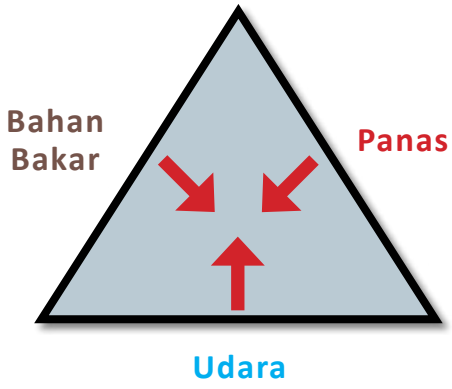
Jaga kebersihan tangga untuk mengurangi resiko tergelincir.

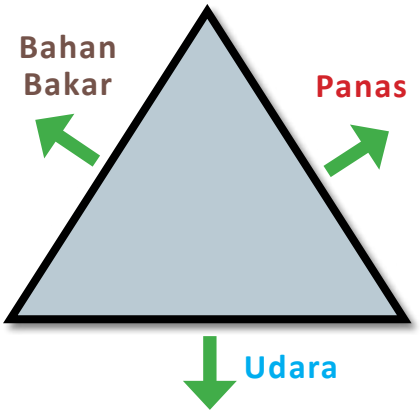
Ketika terdapat awak kapal yang sedang melakukan pekerjaan di dalam air, siapkan tangga atau tangga tali di geladak.

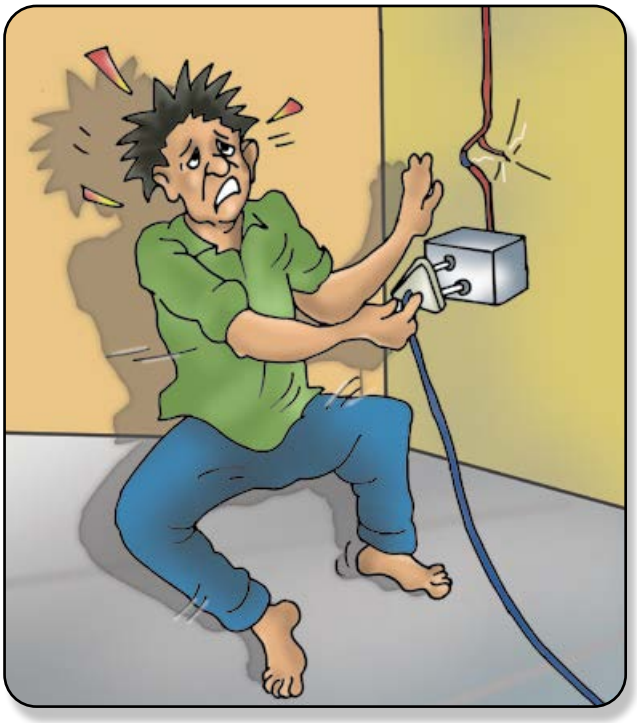
Gunakan kursi bosun ketika bekerja pada ketinggian.

Keselamatan Kebakaran

Di laut, api adalah elemen yang paling berbahaya dan mengancam nyawa. Jagalah selalu kapal Anda dari bahaya kebakaran. Jauhkan bahan bakar dari panas dan udara terbuka untuk mengurangi resiko kebakaran.







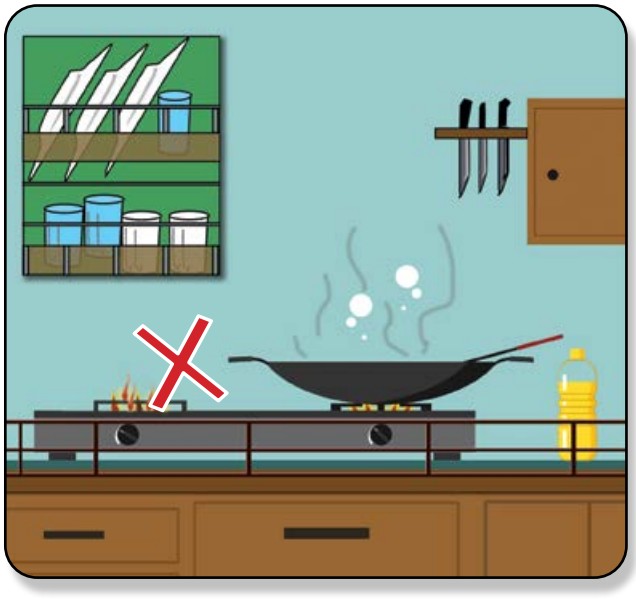
Pastikan sistem kelistrikan dalam keadaan baik. Segera ganti sambungan yang longgar, kabel listrik yang rusak dan terkelupas, stop kontak dengan beban berlebih dan sakelar yang rusak.

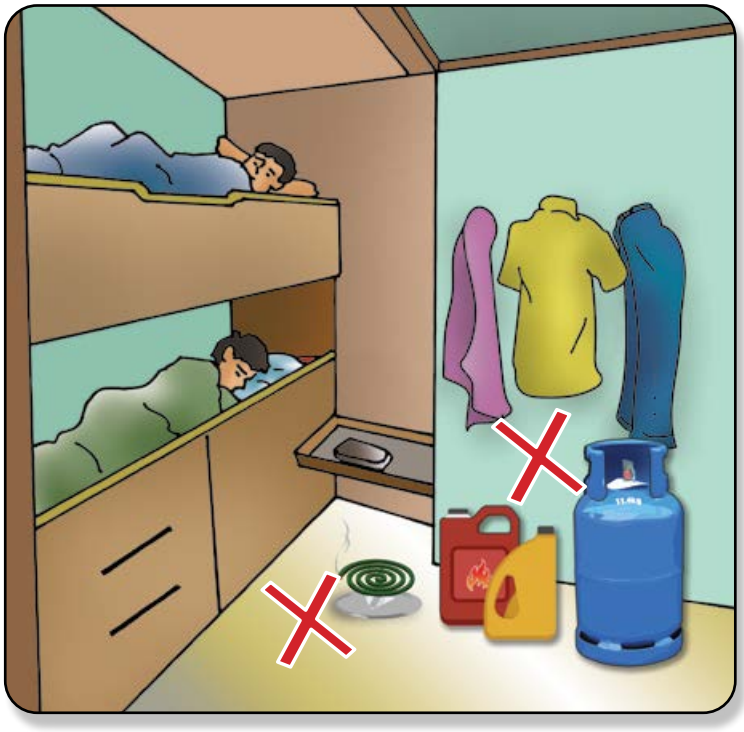
Ganti regulator gas yang berkarat. Ganti selang gas sebelum tanggal kadaluwarsa atau setiap tahun, terutama jika terpapar matahari.

Jika tidak digunakan, matikan kompor dan lepaskan regulator gas. Gunakan jenis selang dan regulator yang sesuai standar. Gas propana dan butana untuk memasak lebih berbahaya daripada bensin. Gas-gas ini lebih berat dari udara. Jika keluar dapat terkumpul di bagian bawah kapal dan sangat sulit untuk dihilangkan. Pastikan semua silinder terpasang dengan benar di geladak terbuka.

Gunakan pengaman yang tepat. Letakkan peralatan di rak atau laci dan gunakan pagar pengaman di atas kompor.

Jangan pernah meninggalkan kompor panas tanpa pengawasan. Gemuk atau oli dapat dengan mudah terbakar dan menyebabkan kebakaran besar.



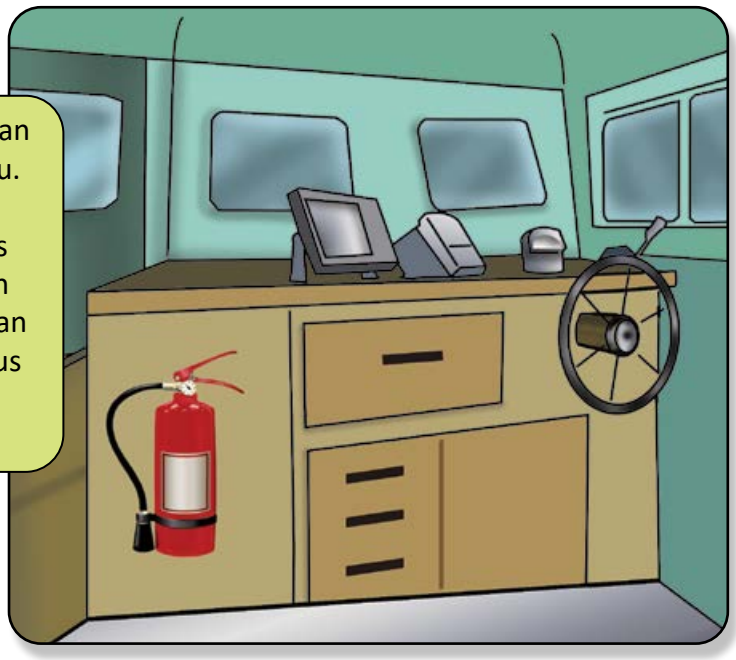


Bahan yang mudah terbakar harus diletakkan di tempat yang aman, jauh dari tempat aktivitas awak kapal dan tidak boleh diletakkan di dekat sumber api.

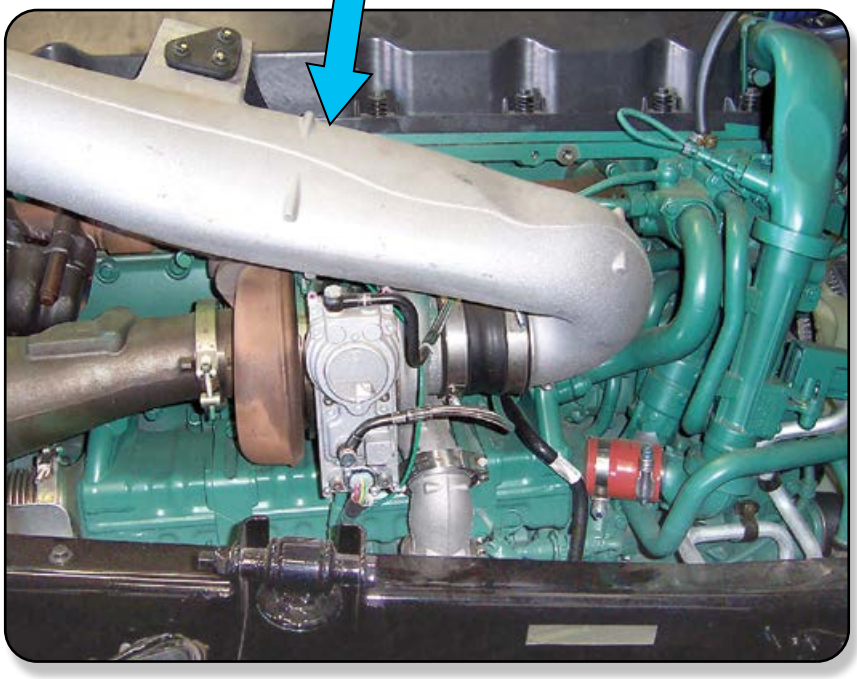
Selalu letakkan kain berminyak ke dalam wadah yang tidak mudah terbakar. Karena sewaktu-waktu dapat terbakar dengan spontan tanpa sumber panas lain.

Merokok hanya diperbolehkan di area kapal yang ditentukan. Alat pemadam kebakaran dan seember pasir harus ditempatkan di area merokok untuk memadamkan api dalam bentuk apa pun. Dilarang merokok di tempat tidur.

Alat pemadam kebakaran harus mudah dijangkau. Lokasi dan cara penggunaannya harus diketahui oleh seluruh awak kapal. Pemeriksaan dan servis berkala harus dilakukan sebelum tanggal kadaluwarsa.



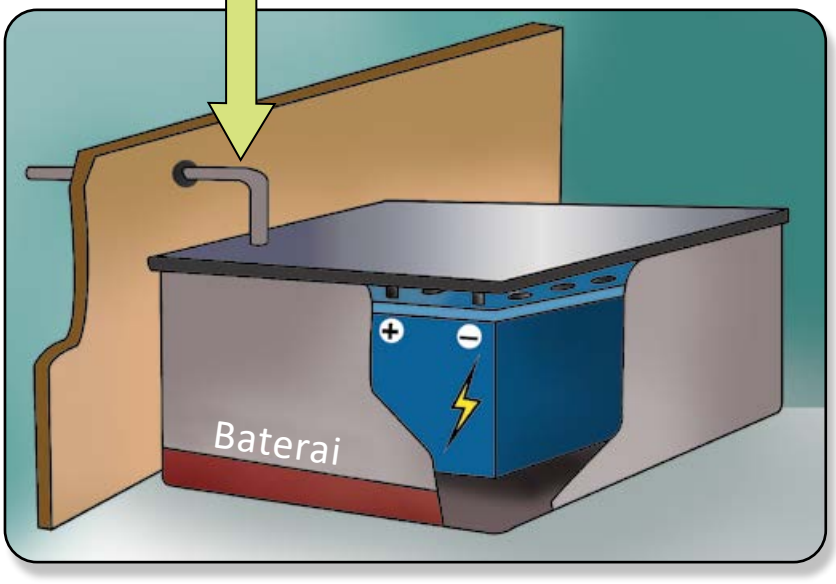
Tutupi pipa knalpot dari mesin dengan lembaran logam padat atau lembaran logam berlubang.



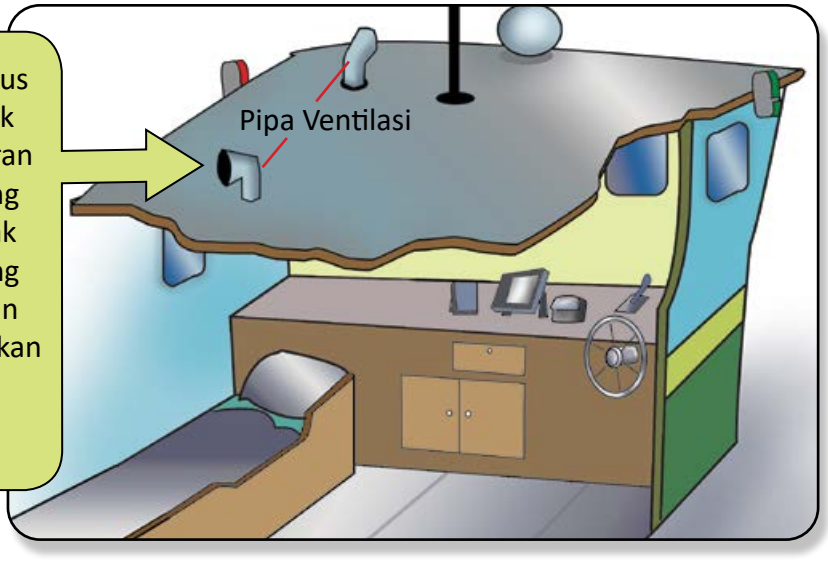
Jangan menggantung kain lap, sarung tangan, topi, atau barang lainnya di atas kompor karena dapat terjatuh ke atas kompor dan terbakar.

Ventilasi

Aki harus aman dan dirawat dengan baik di area berventilasi yang mudah dijangkau. Jauhkan baterai dari air. Jangan meletakkan baterai di tempat aktivitas awak kapal. Asap dan gas yang dikeluarkan dari baterai berbahaya jika terhirup.

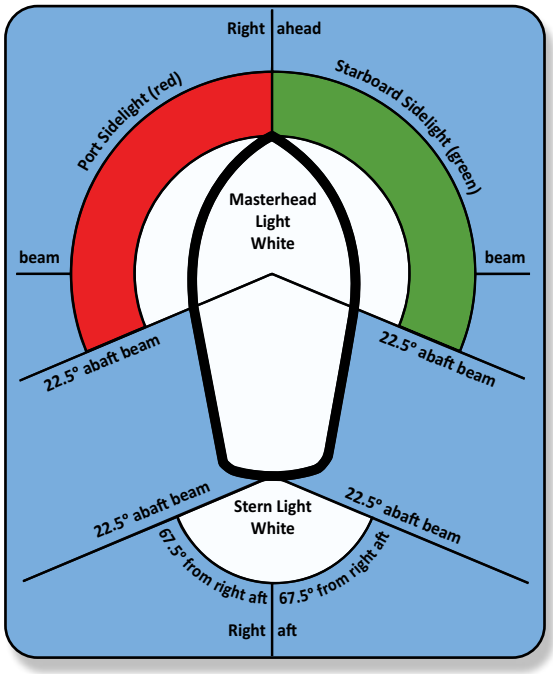


Ruang tidur harus dirancang untuk memperoleh aliran udara segar yang cukup bagi awak kapal. Gas buang dari ruang mesin dapat menyebabkan kematian jika dibiarkan menumpuk.



Penerangan

Selama operasi penangkapan ikan, penerangan di geladak tidak boleh dimatikan kecuali jika membutuhkan situasi yang gelap. Penerangan harus ditempatkan sedemikian rupa sehingga tidak menyilaukan pandangan atau mengganggu keefektifan lampu navigasi yang ditentukan.



Pada malam hari, selalu nyalakan lampu merah di sisi kiri kapal, lampu hijau di sisi kanan kapal dan lampur putih di tiang kapal, bahkan saat Anda sedang berlabuh dan tidak bergerak.

Seluruh area kerja harus memiliki penerangan yang cukup agar pekerjaan dapat dilakukan dengan aman. Pastikan terdapat penerangan yang cukup di tangga, di geladak dan juga di dekat tangga non permanen.

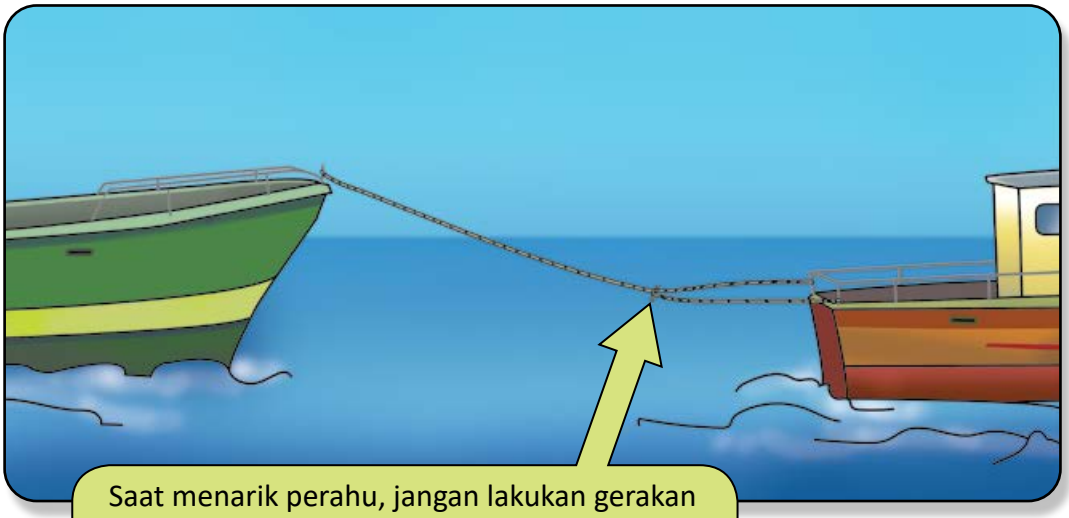
Penanganan tali dan kawat

Pengguna tangan kanan menarik tali yang diambil dari lilitan baru, harus ditarik dari dalam dan berlawanan arah jarum jam untuk mempertahankan lilitan.

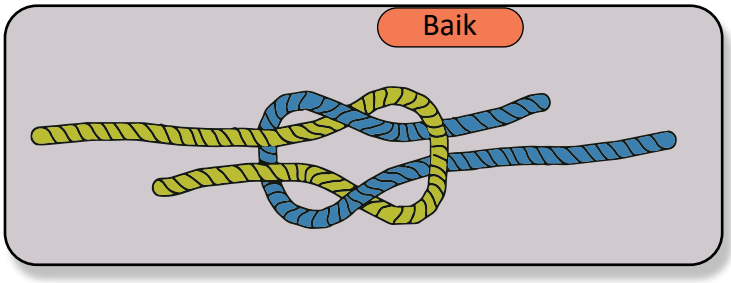
Tali yang terbelit harus selalu dilepas dengan lilitan yang benar - lilitan tangan kanan untuk tali pengguna tangan kanan.

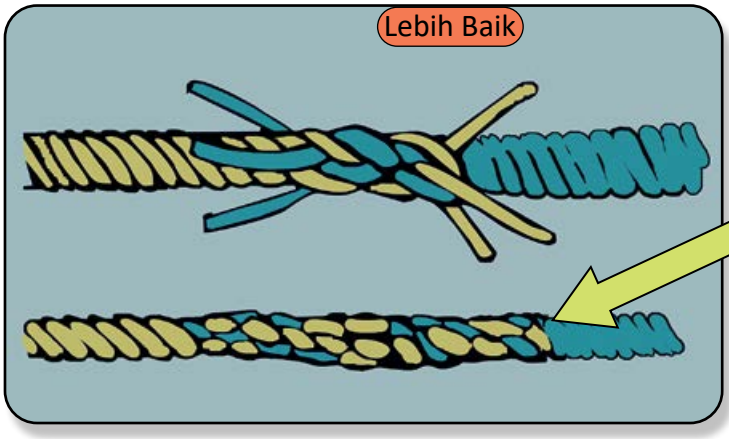
Ganti tali yang terbelit atau kawat yang bengkok sesegera mungkin.

Menarik tali yang terbelit atau kawat yang bengkok menggunakan katrol sangat berbahaya.

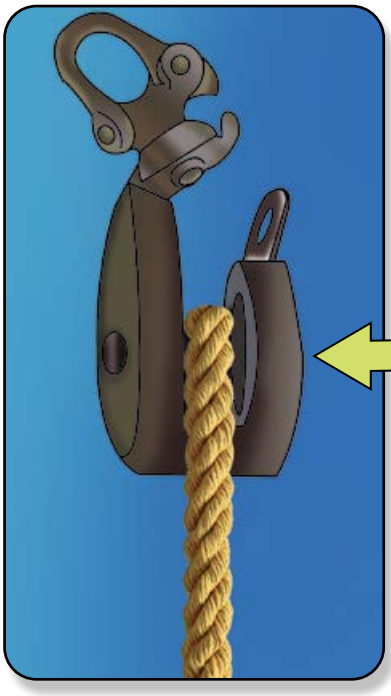


Saat menarik perahu, jangan lakukan gerakan menyentak atau menarik perahu secara tiba-tiba, karena dapat melemahkan tali.



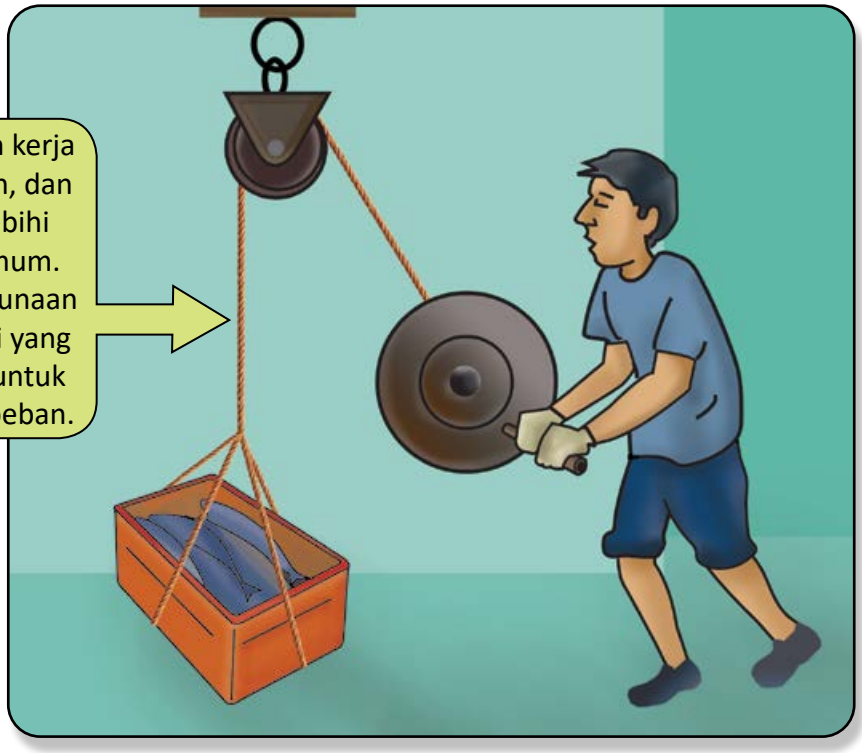


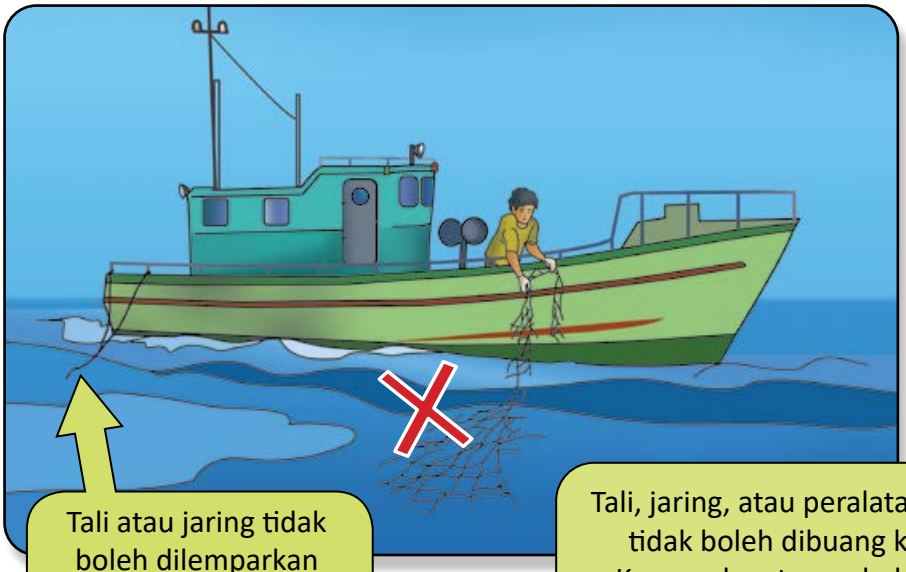
Jika memungkinkan, sambungan harus digunakan sebagai pengganti simpul karena simpul dapat melemahkan tali.



Seluruh katrol harus memiliki kekuatan dan ukuran yang cukup besar. Diameter katrol harus sesuai dengan ukuran tali.

Ketahui beban kerja tali yang aman, dan jangan melebihi batas maksimum. Hindari penggunaan kawat dan tali yang sudah lapuk untuk mengangkat beban.





Tali atau jaring tidak boleh dilemparkan sembarangan ke samping kapal, karena dapat merusak baling-baling.

Tali, jaring, atau peralatan lainnya tidak boleh dibuang ke laut. Karena dapat membahayakan kapal lain, menyebabkan ghost fishing dan mencemari laut.

Saat tidak digunakan, jaga agar tali tetap tergulung dan terikat sehingga Anda tidak tersandung.

Jauhkan tali dari minyak, bensin, cat, atau bahan kimia lainnya karena dapat merusak tali.

Jangan pernah "melipat" atau menekuk tali dengan tajam karena akan melemahkan serat tali.

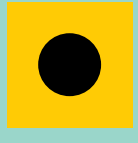
Bendera isyarat maritim internasional

“Jauhi saya; Saya kesulitan bermanuver.”

“Saya sedang merubah haluan ke kanan.”

“Mesin saya rusak; Adakan hubungan dengan saya.”

“Saya membutuhkan pemandu.” Kapal perikanan di dekat fishing ground: “Saya sedang menarik jaring.”



“saya sedang merubah haluan ke kiri.”

“Saya terbakar dan ada muatan berbahaya di kapal, Jauhi saya.” (atau) “Saya mengalami kebocoran muatan berbahaya.”

“Saya ingin berkomunikasi dengan anda.”

“Kapal saya berhenti dan kandas.”

“Ada orang jatuh ke laut.”

“Jauhi saya. Kapal ikan: “Jauhi saya; saya sedang memasang jarring pukat.”

“Saya memerlukan bantuan.”

“Saya memerlukan bantuan obat-obatan.”

“Saya sedang menarik jangkar.”

“Saya perlu ditarik” Kapal ikan di dekat fishing ground: “Saya sedang melempar jaring.”

Bab 2

Keselamatan Pribadi

Keselamatan Pribadi

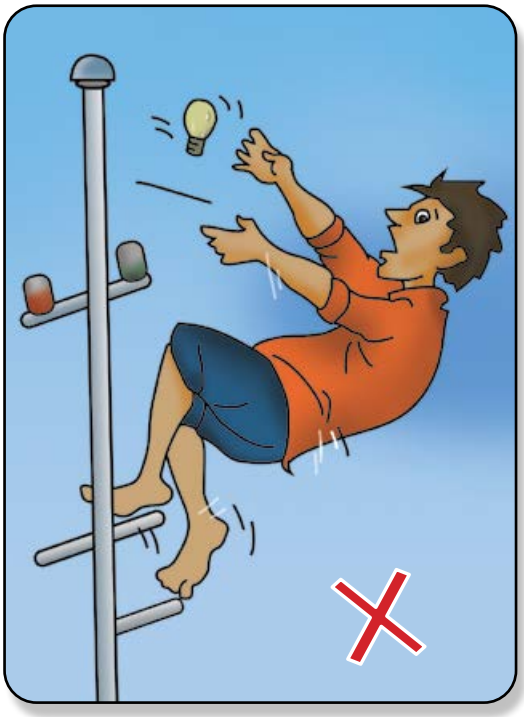
Jangan pernah berdiri tepat di bawah beban yang bergantung, tiang katrol, derek, dan katrol yang terletak pada ketinggian. Jangan gunakan kabel dan tali yang sudah lapuk untuk mengangkat beban.

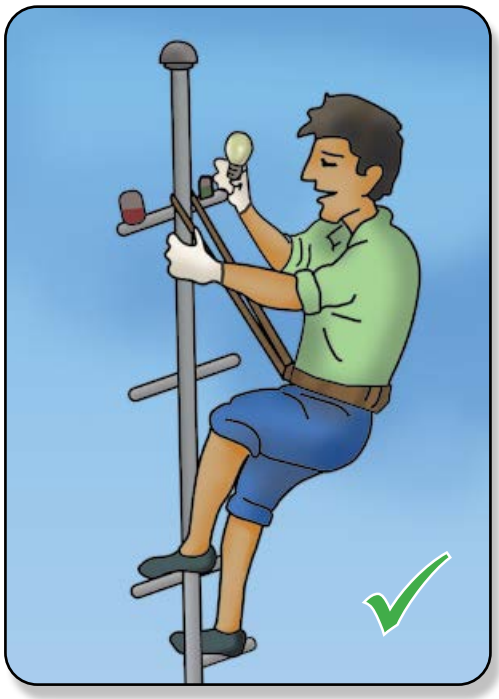
Hindari berdiri dekat dengan beban yang bergoyang, kecuali jika diamankan dengan baik.

Hindari berada sejajar dengan kawat atau tali yang tegang. Jika kawat atau tali tersebut putus, maka akan terlontar ke arah tarikan dan dapat membahayakan orang di sekitarnya.

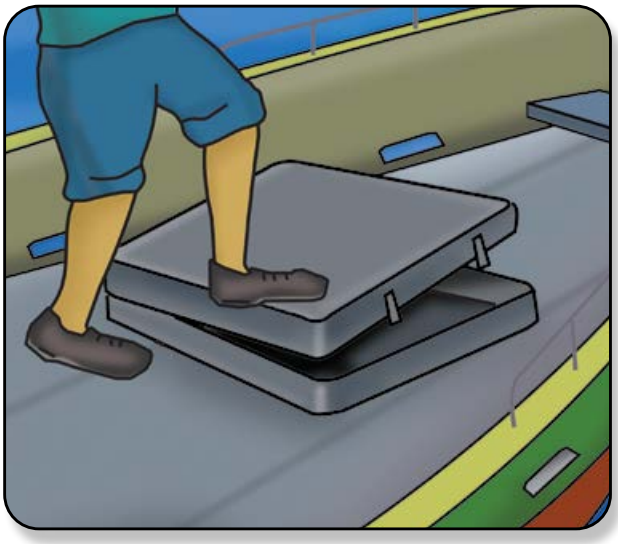
Jangan berdiri di atas kawat atau tali yang tegang. Jika terbelit, Anda bisa terluka.

Gunakan sabuk pengaman saat bekerja pada ketinggian. Jika terpeleset, sabuk pengaman akan mencegah Anda terjatuh.

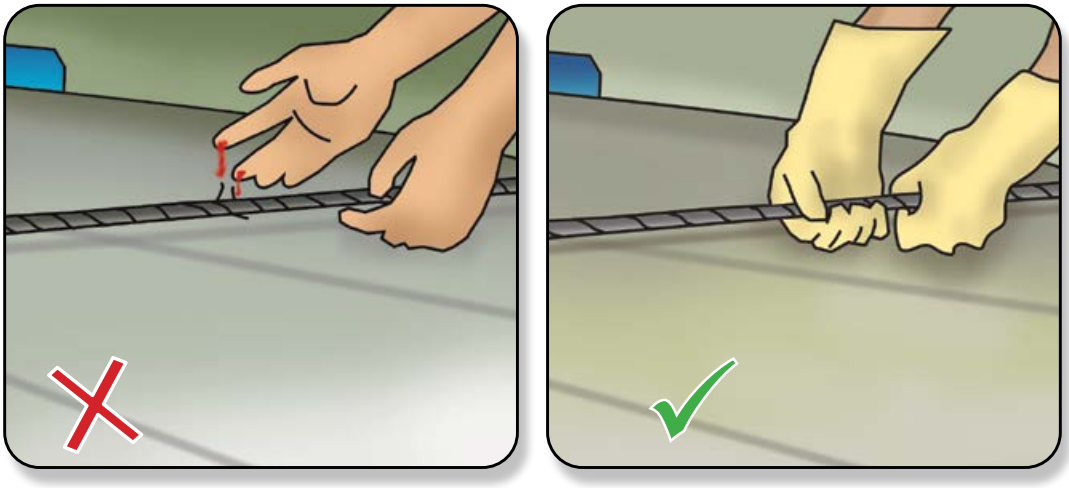




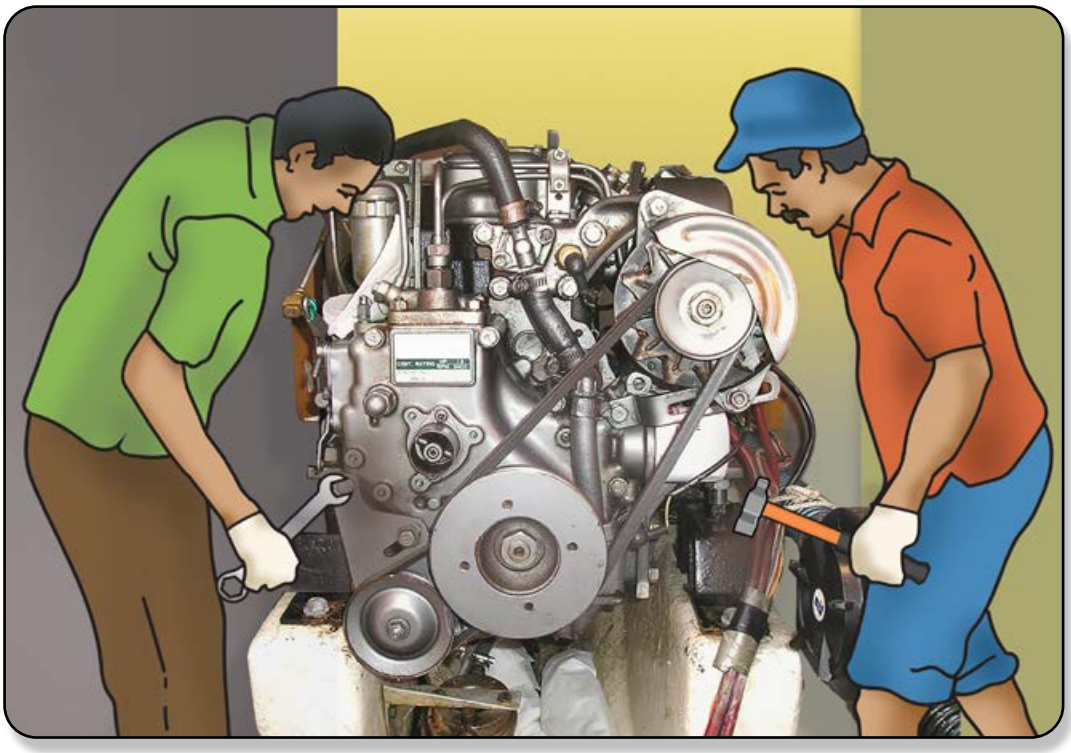
Jangan memakai sandal jepit atau tanpa alas kaki; gunakan alas kaki yang tepat supaya tidak terpeleset di geladak.



Jangan menginjak penutup palka atau lubang yang terbuka sebagian. Jika penutupnya bergeser, Anda dapat terjatuh ke dalamnya.

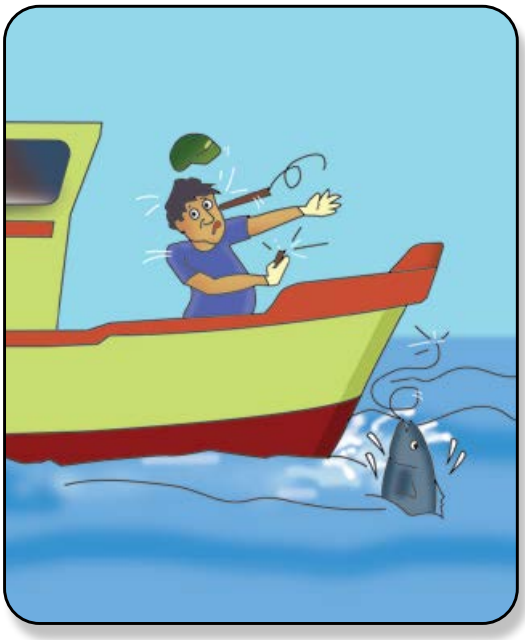


Gunakan sarung tangan saat memegang kawat atau tali.



Matikan dulu mesin sebelum dilakukan perbaikan atau pengaturan mesin.

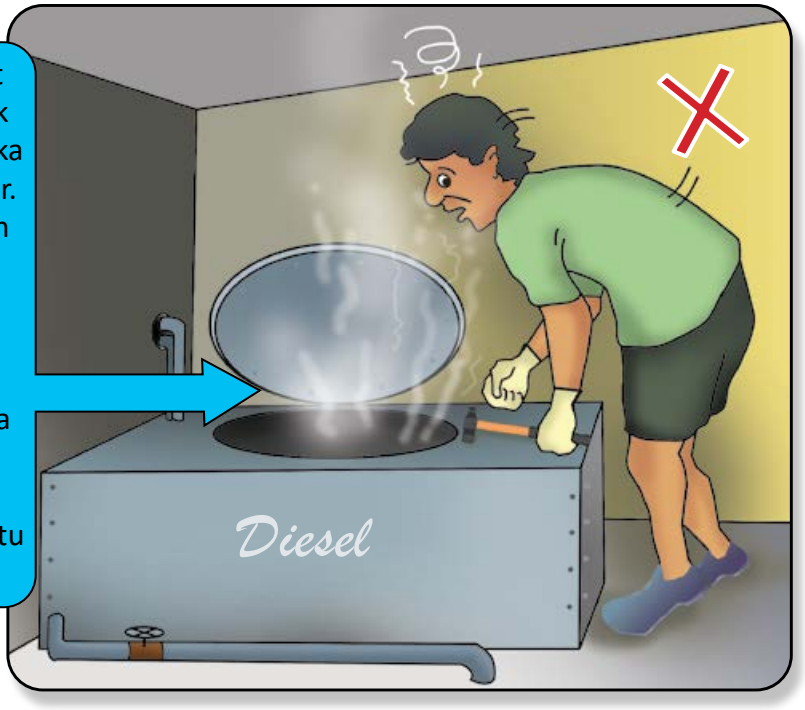
Hindari mengangkat ikan besar yang berat dengan posisi badan menghadap ke arah gerak kapal. Posisi badan harus membelakangi arah gerak kapal dan posisi ikan berada di belakang Anda. Dengan posisi tersebut, ikan akan selalu mengikuti pergerakan kapal.



Jangan duduk di pagar kapal agar tidak terjatuh ke laut.

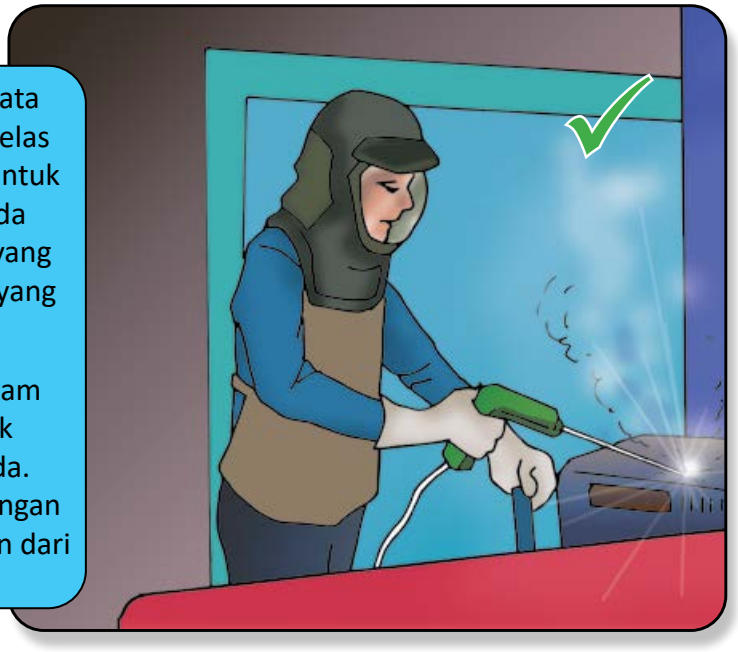
Jangan pergi sendiri ke geladak pada malam hari atau ketika cuaca buruk. Jika kondisi kerja mengharuskan, maka awak kapal harus memakai tali pengaman agar tidak terjatuh ke laut.

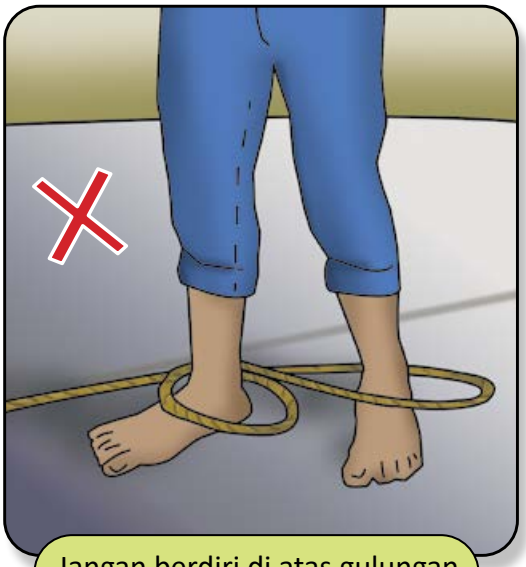
Pastikan terdapat ventilasi yang baik saat Anda membuka tangki bahan bakar. Asap tangki bahan bakar berbahaya dan buruk bagi kesehatan. Gas beracun seperti karbon monoksida dapat ditemukan di dalam tangki tertutup pada waktu yang lama.

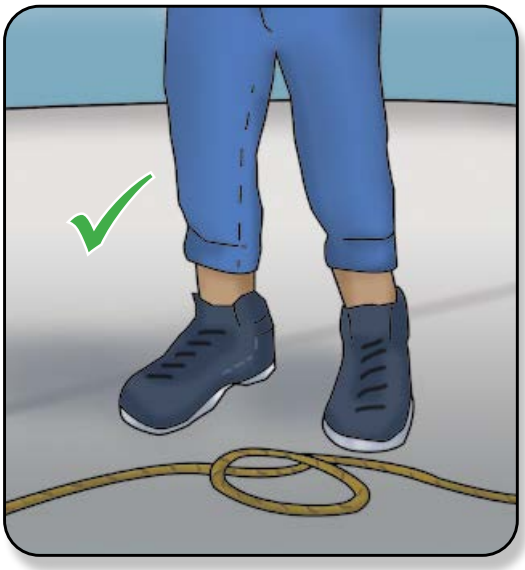


Kenakan pelindung mata yang sesuai saat mengelas logam dan mengecat, untuk melindungi mata Anda dari sinar las, partikel yang beterbangan, dan uap yang mengganggu.

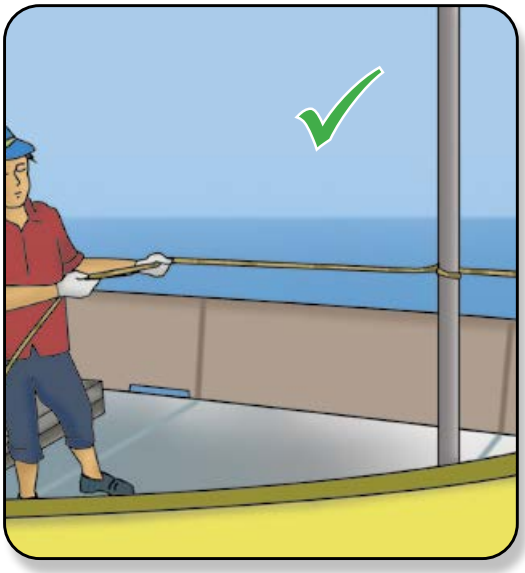
Kenakan kacamata hitam saat mengelas untuk melindungi mata Anda. Kenakan juga sarung tangan untuk melindungi tangan dari cedera.





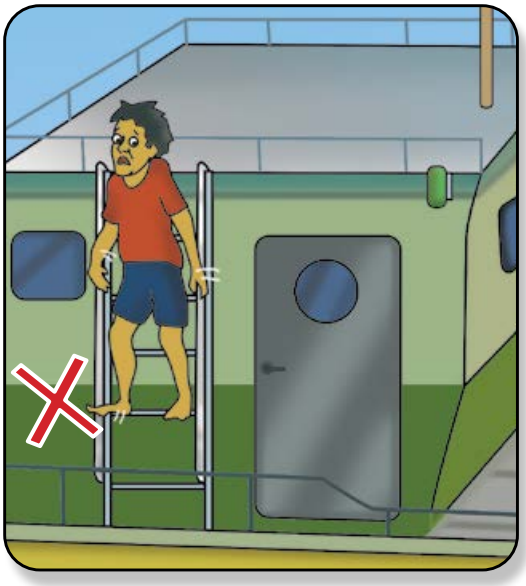


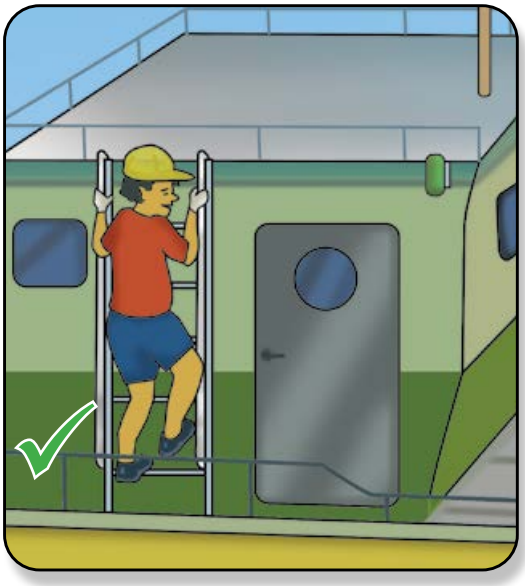
Jangan berdiri di atas gulungan tali atau kawat. Jika tiba-tiba tali/kawat mengencang, dapat menyebabkan cedera serius.



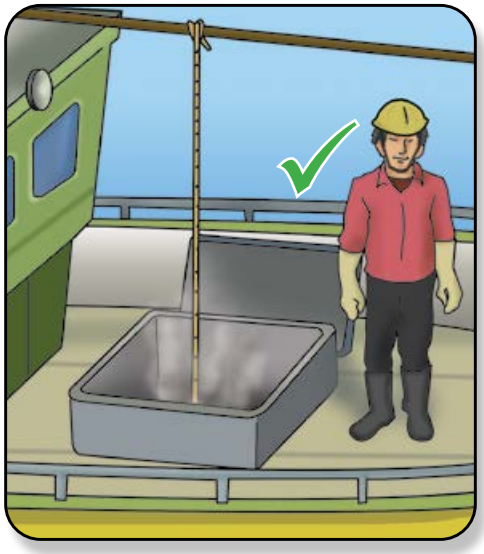
Saat menarik tali yang kendur, selalu jaga jarak aman dengan tonggak kapal.

Jangan berlari di geladak atau tangga. Anda dapat terpeleset, tersandung atau terjatuh. Dilarang melompat. Selalu gunakan tangga atau koridor saat naik atau turun dari kapal.





Saat menaiki atau menuruni anak tangga, Anda harus menghadap ke arah tangga sambil berpegangan dengan kuat. Perhatikan setiap langkah Anda. Posisi ini membantu Anda menjaga keseimbangan bahkan pada saat sedang mengangkat gulungan berat.



Saat menuju ke ruang penyimpanan es atau freezer (ruang pembekuan) di bagian bawah geladak, gunakan pakaian, sepatu/sepatu boot, sarung tangan dan helm yang tepat untuk melindungi diri Anda.

Hindari terkena sinar matahari secara langsung. Paparan sinar ultra violet yang berlebihan dapat menyebabkan masalah kulit bahkan kanker. Gunakan topi, baju lengan panjang dan tabir surya secara berkala.

Kenakan kacamata hitam ketika hari terik, karena paparan sinar matahari yang terus menerus berdampak buruk bagi mata.

Jangan pernah mengangkat beban berat dari posisi membungkuk. Sebaliknya, angkat beban dari posisi setengah jongkok, pegang beban dengan benar, jaga punggung tetap lurus dan berdiri dengan perlahan. Hal ini akan mencegah cedera punggung, yang dapat berakibat serius.

Pastikan pintu dan jendela dikaitkan dengan kencang saat kapal bergerak supaya tidak berayun dan menyebabkan cedera.

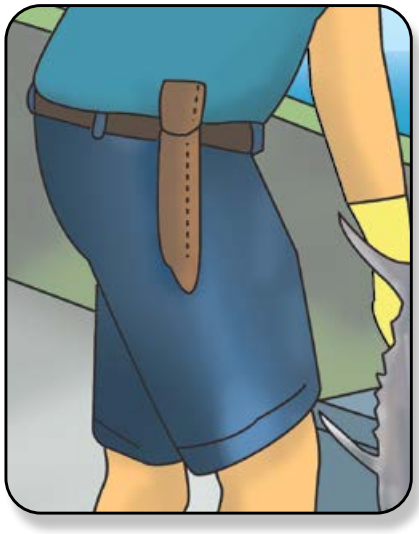
Jagalah dan lindungi tangan Anda dari kemungkinan cedera.

Selalu ingatkan awak kapal untuk melakukan seluruh tindakan pencegahan saat menangani kabel dan perlengkapan listrik sebelum mengerjakan sistem kelistrikan.

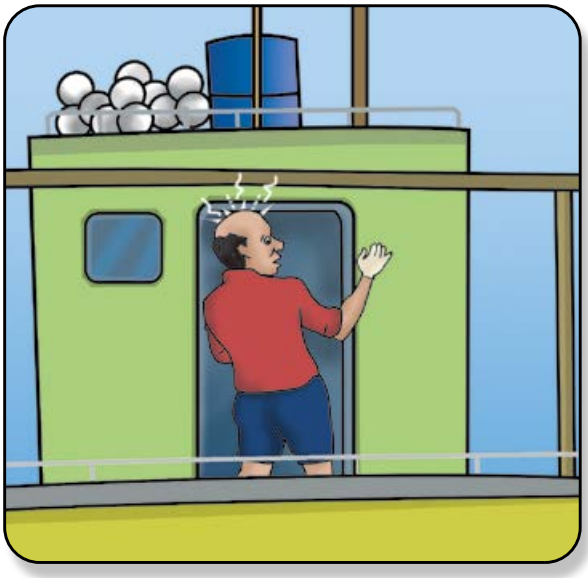
Tetaplah berada di dalam ruang kemudi yang terlindung oleh atap dan jangan berdiri di tempat terbuka ketika ada petir. Anda dapat tersambar petir karena Anda menjadi titik tertinggi.

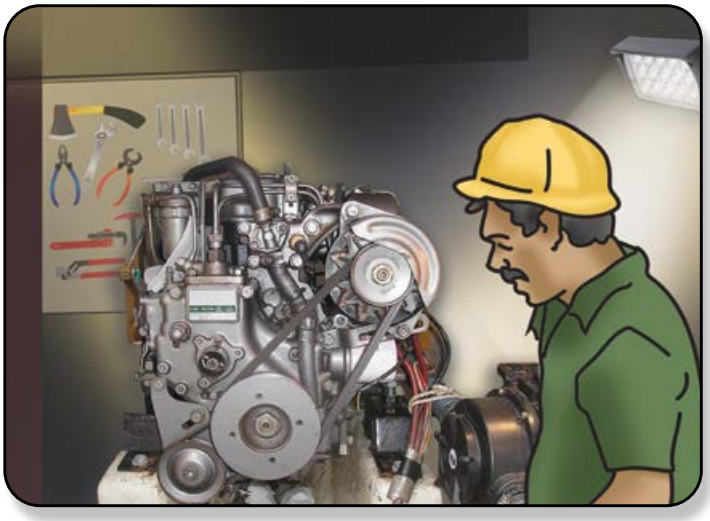
Kenakan pakaian yang kering, bersih dan rapi sesering mungkin. Kenakan pelindung kepala atau helm saat bekerja di bawah peralatan yang bergerak atau benda yang rentan terjatuh.

Selalu simpan pisau pelaut Anda di dalam wadah tertutup untuk mencegah terjadinya luka dan lecet yang tidak disengaja.



Selalu perhatikan kepala Anda saat masuk melalui pintu. Kusen pintu kapal lebih rendah dari kusen pintu rumah.

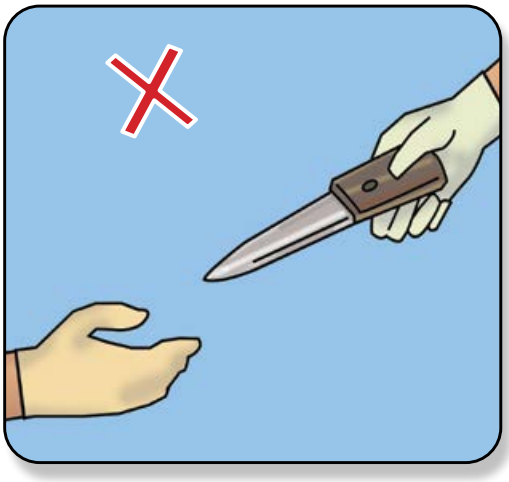


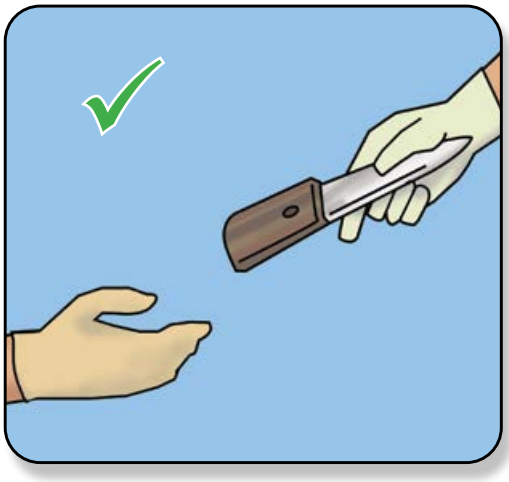


Jangan memasuki palka kecuali jika terdapat penerangan yang cukup. Lampu darurat harus selalu tersedia di ruang mesin dan ruang kemudi.

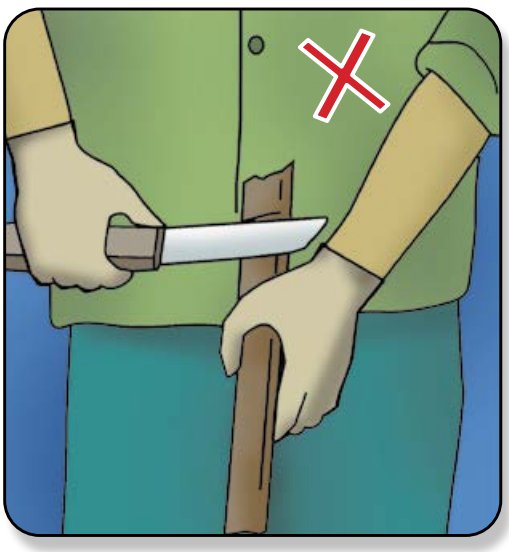
Penggunaan alkohol yang berlebihan atau penyalahgunaan obat-obatan merupakan ancaman bagi keselamatan kapal dan awak kapal. Jangan mengonsumsi minuman beralkohol racikan sendiri atau terlarang karena dapat menyebabkan kematian.

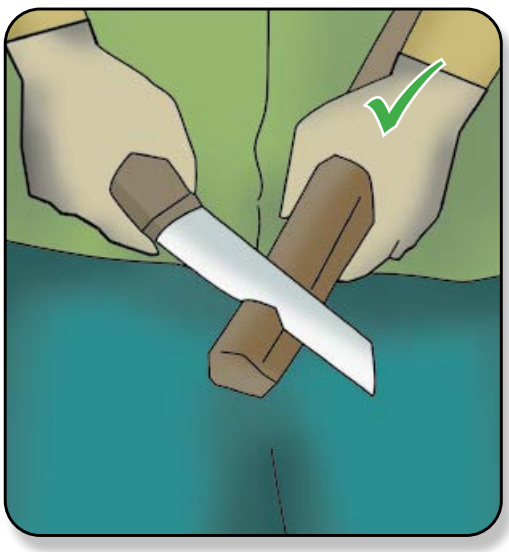
Saat memberikan benda tajam, selalu pegang ujung yang tajam dengan tangan Anda dan berikan bagian pegangan kepada penerima.

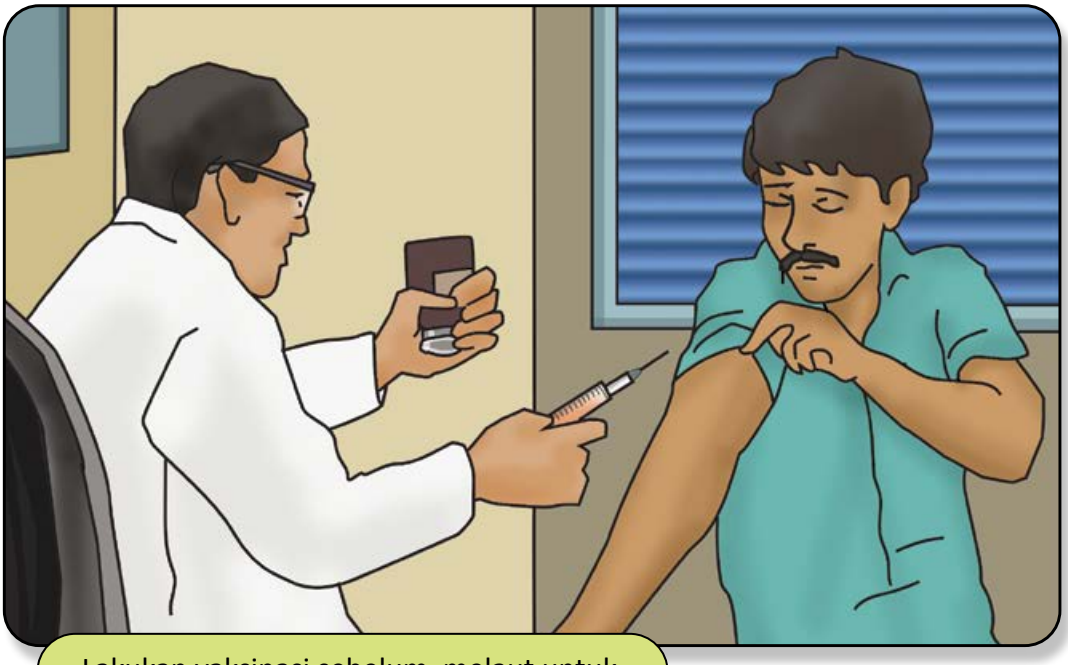




Jangan memotong benda keras atau umpan dengan pisau yang menghadap ke arah Anda. Lakukan gerakan memotong menjauhi badan Anda.







Lakukan vaksinasi sebelum melaut untuk mencegah terjangkit virus.

Jangan meminum air laut meskipun Anda sedang dalam keadaan darurat. Anda dapat bertahan hidup lebih lama tanpa minum, dibandingkan dengan meminum air laut.

Kenakan pakaian dengan ukuran yang sesuai, agar tidak tersangkut di alat derek atau mesin. Baju yang terbuka bisa tersangkut di jaring dan alat tangkap lainnya. Tutupi dengan plester untuk mengurangi risiko.

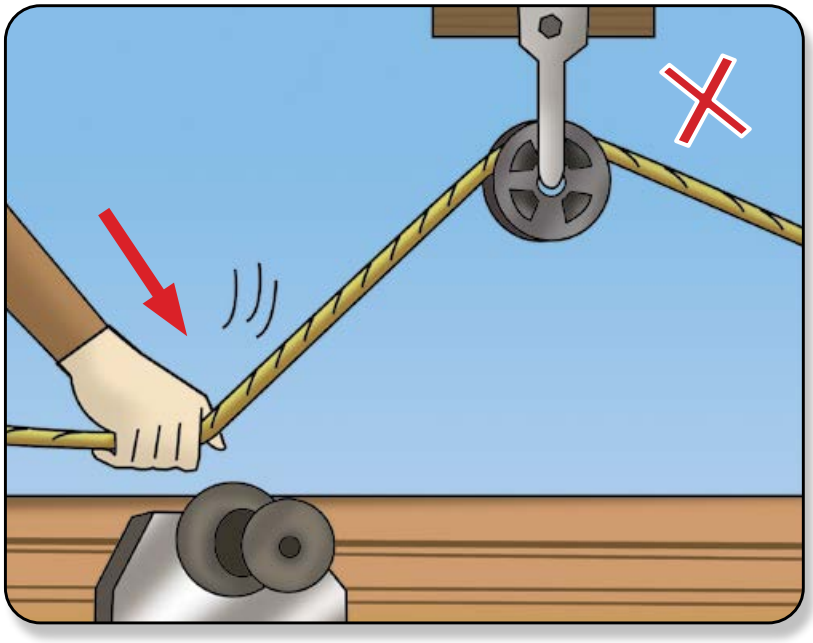
Selipkan rambut yang panjang di bawah topi. Dengan cara ini, rambut tidak akan tersangkut katrol, derek, dan peralatan lainnya.

Hindari memakai cincin dan gelang. Karena dapat tersangkut di dalam tali, jaring, dan perlengkapan lainnya.

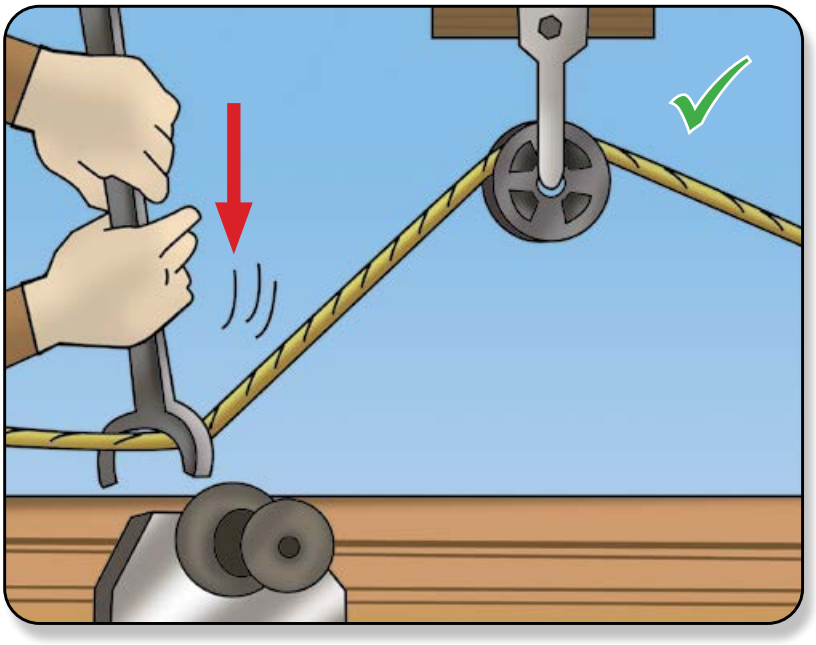
Berhati-hatilah saat penutup palka ruang mesin terbuka. Pada beberapa kapal, akses menuju ruang mesin berasal dari area akomodasi. Oleh karena itu, Anda dapat dengan mudah terjatuh ke ruang mesin jika Anda tidak melihatnya.

Ikat perkakas dan kaleng cat saat bekerja di ketinggian agar tidak jatuh dan melukai orang di bawahnya.

Jangan mencampuri pekerjaan orang lain kecuali diminta. Berpakaian dengan pantas saat berada di area kerja.



Jangan menarik tali katrol dengan tangan Anda. Gunakan tuas. Jangan memegang tali yang sedang bergerak.



Selama waktu istirahat, pastikan Anda berada jauh dari tempat kerja dan istirahat yang cukup.

Jangan mencoba bermain-main dengan ikan besar saat masih hidup. Mulut hiu kemungkinan masih berkontraksi untuk jangka waktu tertentu setelah mati. Ikan Pari memiliki duri beracun di tengah ekornya dan dapat berakibat fatal jika tersengat. Sebaiknya dimatikan terlebih dahulu.

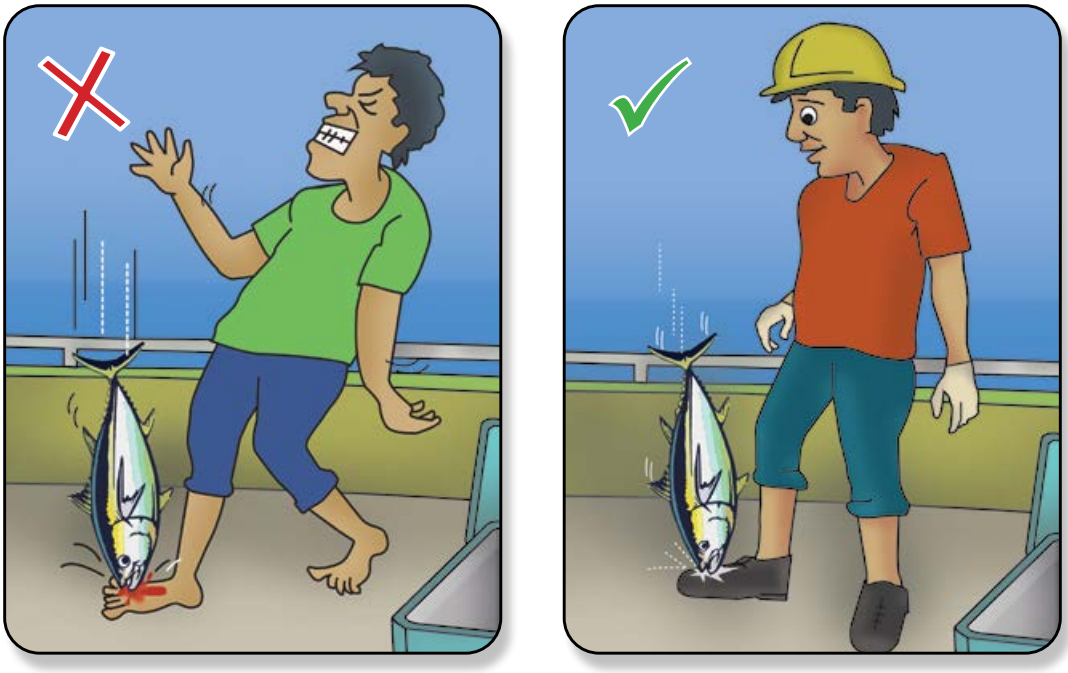
Jangan makan ikan buntal, karena mengandung racun. Ikan yang bersisik lebih aman untuk dimakan.

Jangan menyentuh ubur-ubur atau makhluk hidup lain yang terapung di permukaan air dengan tangan kosong. Karena dapat menyebabkan iritasi kulit saat disentuh.

Berhati-hatilah saat membersihkan ikan. Tulang, duri, gigi, dan sirip ikan yang tajam sangat berbahaya.

Lindungi mata Anda dari kail dengan memakai kacamata hitam atau kacamata pengaman.

Jangan pernah mengangkat ikan yang berat secara manual. Gunakan mesin derek atau katrol.



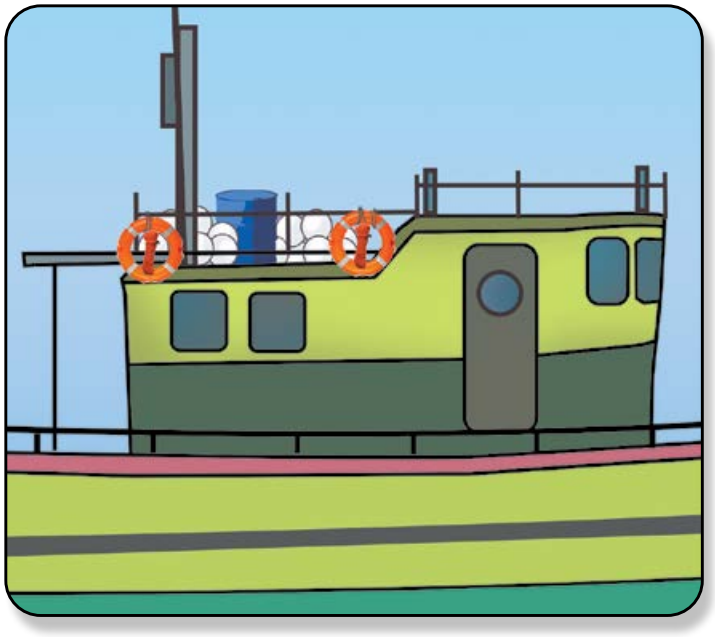
Kenakan sepatu pengaman ketika menangani ikan beku yang besar.

Keselamatan dan kesehatan awak kapal

- Nakhoda sebagai perwakilan pemilik kapal, memiliki tanggung jawab penuh atas keselamatan dan kesehatan awak kapal, dan keselamatan pengoperasian kapal penangkap ikan.
- Seluruh awak kapal harus bekerja sama dengan pemilik, nakhoda dan awak kapal lainnya untuk menjaga kesehatan dan keamanan baik pribadi maupun orang lain yang berada di kapal.
- Setiap awak kapal harus memberi tahu nakhoda dan seluruh tim tentang alergi apa pun terhadap jenis obat tertentu (jika ada) dan seluruh persyaratan medis lainnya.
- Jika ada awak kapal yang sedang dalam pengobatan, harus membawa perbekalan medis yang cukup selama melaut.
- Awak kapal harus bebas dari beban apapun yang menghalangi mereka untuk tetap berada di laut.
- Setiap awak kapal yang diduga sakit, tidak boleh ikut perjalanan melaut.

Tindakan pencegahan agar tidak terjatuh ke laut

- Selalu waspada untuk tidak terjatuh ke laut karena merupakan penyebab utama kematian di laut.
- Jika terjadi perubahan arah atau kecepatan kapal, peringatkan awak kapal untuk waspada.
- Tali pengaman (lifelines) harus diatur sesuai dengan kelas dan ukuran kapal untuk mencegah awak kapal terjatuh ke laut dalam cuaca buruk. Tali pengaman dengan tali (manrope) harus dipasang di area kerja.
- Saat terdapat risiko terjatuh di geladak atau ke laut, atau saat pekerjaan dilakukan di geladak dalam cuaca buruk, tali pengaman dengan tali pengaman (safetyline) harus terpasang dengan baik. Panjang tali pengaman (safetyline) harus disesuaikan agar tidak jatuh ke laut. Jika tali pengaman dan tali pengaman (safetyline) tidak dapat digunakan, kenakan jaket pelampung atau rompi keselamatan kerja sebagai gantinya.
- Pekerjaan di luar kapal saat kapal sedang berjalan harus dilakukan hanya jika benar-benar diperlukan dengan pengamanan ketat.



Perlengkapan Keselamatan

Jaket pelampung dengan tipe yang disetujui harus tersedia di kapal untuk setiap awak kapal.

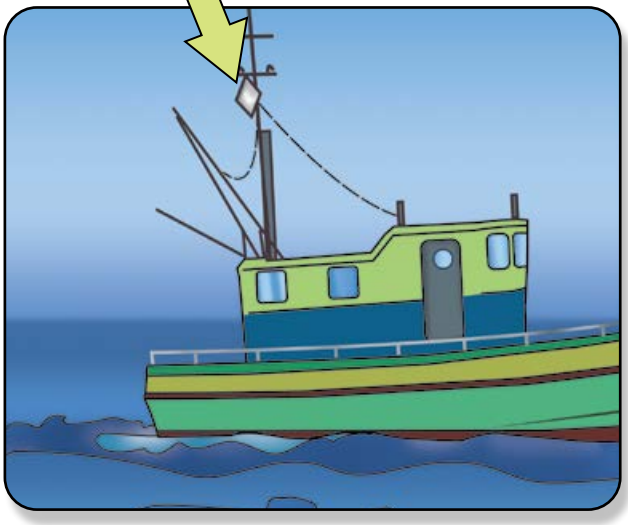
Kenakan jaket pelampung Anda saat bekerja di geladak. Peluang bertahan hidup di dalam air jauh lebih tinggi jika mengenakan jaket pelampung.

Jaket pelampung harus mudah dijangkau dan letaknya harus terlihat dengan jelas.

Pelampung harus tersedia di kapal. Siapkan pelampung yang dilengkapi dengan lampu otomatis atau tali pengaman yang dapat terapung.

Suar, sinyal asap, dan parasut harus tersedia di kapal untuk menunjukkan posisi Anda kepada kapal lain saat Anda memerlukan bantuan dalam keadaan darurat.

Reflektor radar memungkinkan posisi kapal Anda tertangkap radar kapal lain di sekitar Anda, sehingga memberi cukup waktu bagi kapal lain untuk menghindari kapal, tali dan jaring Anda. Reflektor radar juga memudahkan kapal penyelamat untuk menemukan lokasi kapal Anda dalam situasi darurat.



Keselamatan penyelaman

Nelayan skala kecil yang menggunakan peralatan selam permukaan maupun scuba harus dilatih dalam hal penggunaan peralatan dan prosedur yang diperlukan untuk kegiatan menyelam.

Persyaratan jumlah penyelam minimum harus dipenuhi untuk semua operasi penyelaman. Seorang pengawas selam harus berada di lokasi dan mengontrol aktivitas penyelaman.

Persyaratan lainnya meliputi:

1. Pemilik usaha harus memastikan bahwa semua penyelam telah menyelesaikan pelatihan bersertifikat dan memiliki pengetahuan yang memadai untuk menggunakan peralatan selam.
2. Saat penyelaman sedang berlangsung, penyelam cadangan harus siap dan berada di lokasi penyelaman setiap saat untuk memberikan bantuan darurat jika diperlukan. Penyelam cadangan harus mampu masuk ke dalam air dalam waktu satu menit.
3. Setiap kapal yang digunakan untuk operasi penyelaman harus memiliki radio atau telepon untuk memungkinkan kontak suara dengan layanan darurat.
4. Kapal penyelam harus memiliki semua peralatan pertolongan pertama yang diperlukan, mencakup unit terapi oksigen. Setiap penyelam harus memiliki kualifikasi pernapasan buatan (CPR) dan terapi oksigen.
5. Baik pengawas selam dan penyelam harus menyimpan catatan selam yang terpisah. Catatan harus mencakup jenis peralatan dan media gas, waktu, kedalaman maksimum, interval permukaan, tabel dekompresi yang digunakan, tanggal, dan keterangan. Catatan pengawas selam harus diketahui oleh pemilik usaha setelah penyelaman.
6. Kapal yang melakukan operasi penyelaman harus mengibarkan bendera kode internasional "Alpha" pada saat operasi penyelaman sedang berlangsung dan menurunkan bendera saat seluruh penyelam keluar dari air.

7. Setiap kapal penyelam harus memiliki daftar lokasi dan nomor telepon terbaru dari fasilitas ruang decompresi terdekat dan layanan darurat seperti penjaga pantai, angkutan udara medis, angkatan laut dan dokter yang kompeten dalam pengobatan selam.

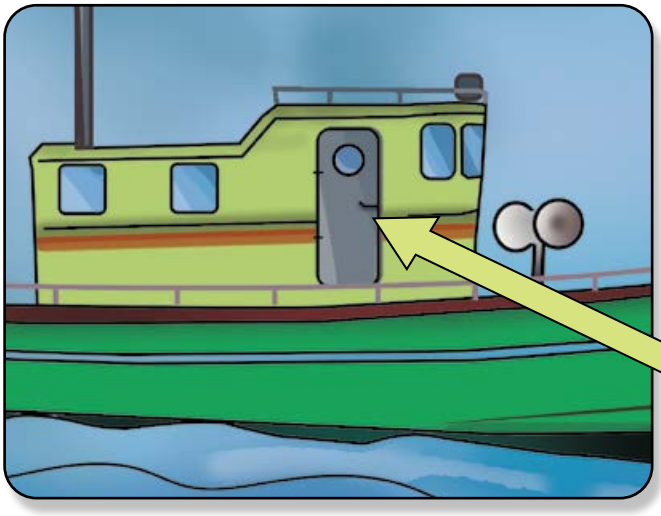
8. Penyelam berusia 40 tahun ke atas harus diperiksa setidaknya setahun sekali oleh dokter yang kompeten di bidang selam. Penyelam di bawah 40 tahun harus diperiksa setiap dua tahun sekali. Setiap selesai menyelam, penyelam harus memakai tanda peringatan medis setidaknya selama 24 jam yang menandakan penyelam rentan terhadap penyakit seperti dekompresi.
9. Sebuah tangga harus tersedia dan terjangkau dari dalam air sehingga seorang penyelam dapat dengan mudah naik kembali ke atas perahu.
10. Berhati-hatilah agar Anda tidak naik terlalu cepat ke permukaan, karena dapat menyebabkan dekompresi.
11. Setiap penyelam harus selalu berkomunikasi baik dengan rekan penyelamnya atau dengan permukaan melalui tali pengaman, pelampung, atau komunikasi suara.
12. Penyelam tidak boleh berada di kedalaman melebihi waktu maksimum yang telah direncanakan.
13. Penyelam tidak boleh menyelam lebih dari 40 meter (130 kaki)
14. Silinder scuba harus diperiksa secara visual setiap tahun. Silinder harus diuji secara hidrostatis setiap lima tahun.
15. Penyelam minimal harus menggunakan peralatan berikut seperti yang ditentukan oleh pengawas selam:
    - Unit scuba dengan tombol cepat lepas *(quick- release harness)* dan pengukur tekanan
    - Masker dan snorkel
    - Kaki katak dan/atau boots
    - Baju renang atau baju ganti
    - Sarung tangan
    - Pisau selam
    - Pengukur kedalaman, tekanan submersibel dan kompas
    - Alat pengontrol daya apung *(Buoyancy Control Device)* – BCD
    - Tangki udara dan regulator dengan dua buah mulut
    - Jam bawah air dengan indikator perjalanan waktu *(elapsed-time)* atau jam tangan selam *(dive computer)*
    - Sabuk pemberat dengan gesper yang mudah dilepas
    - Senter bawah air
    - Peralatan penanda di permukaan *(Surface Marker Signal/Buoy)* (SMB)

16. Penyelam dengan peralatan pernafasan *(surface-supplied)* harus mengetahui batas kedalaman dan waktu selam untuk menjamin keamanan penyelaman.
17. Penyelam dengan peralatan pernafasan *(surface-supplied)* harus memiliki rekan penyelam *(diver's tender)*.
18. Setiap saluran udara penyelam harus memiliki pengukur tekanan dan katup terpisah. Pengukur harus berada di hilir katup.
19. Selang *surface-supplied* harus dipasang ke tali pengaman *(lifeline)* untuk mencegah tekanan yang tidak semestinya pada selang suplai atau helm. *Lifeline* harus berdiameter 16 mm, terbuat dari polipropilen atau serat sintetis yang setara. Penyelam hanya boleh menggunakan selang yang dirancang dan sesuai untuk penyelaman *surface-supplied*.

Bab 3

Stabilitas

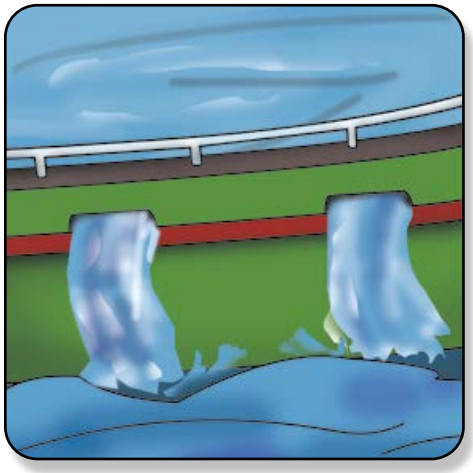
Stabilitas



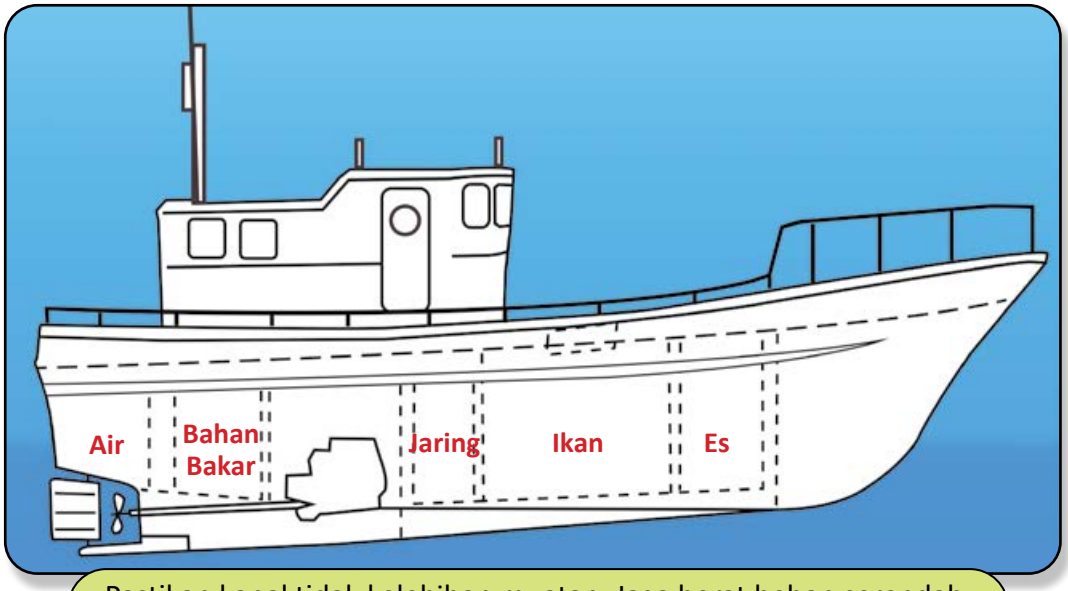
Tutup semua pintu kedap air kecuali jika benar-benar digunakan.

Pastikan pintu kedap air ini tertutup rapat, terutama saat cuaca diperkirakan buruk.

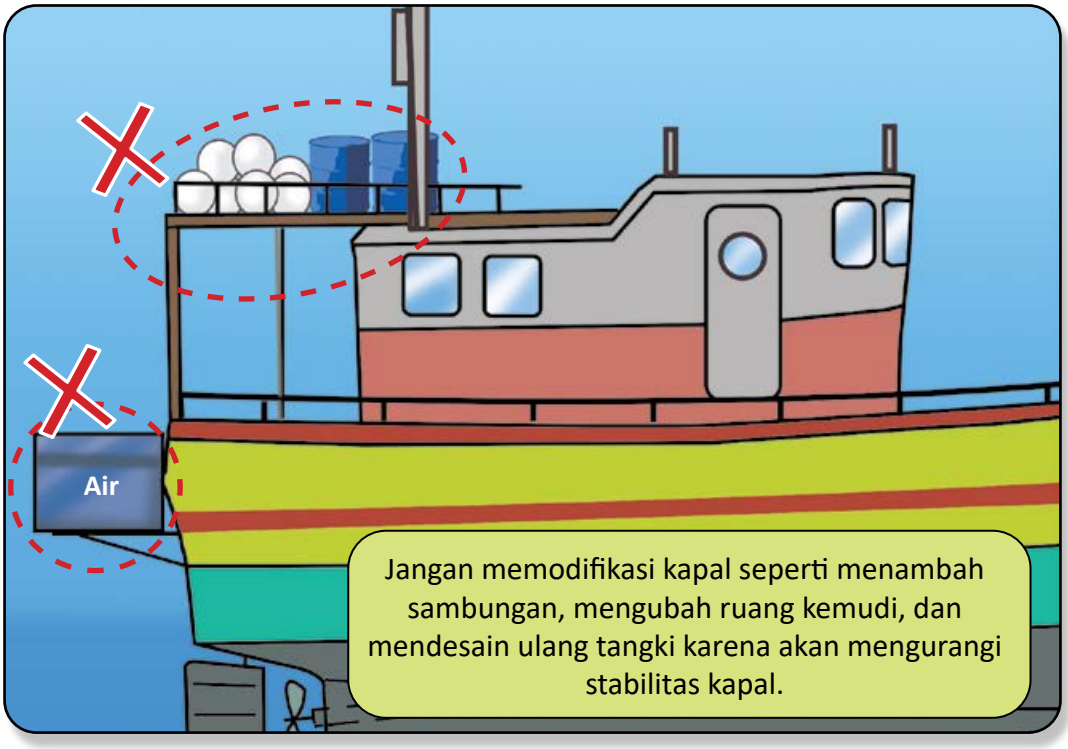
Lubang Pembuangan (Freeing ports) yang tersumbat menimbulkan bahaya serius bagi stabilitas kapal.



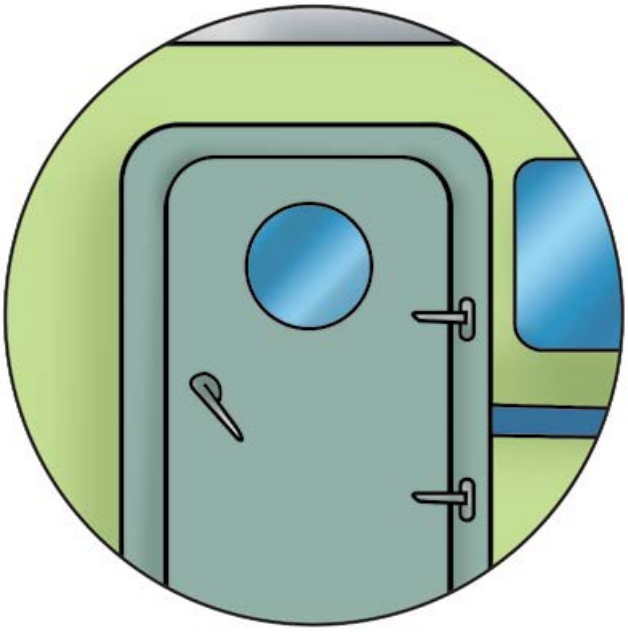
Pastikan seluruh lubang pembuangan (freeing ports) lancar agar air laut yang masuk ke geladak saat cuaca buruk dapat mengalir keluar dengan cepat.



Pastikan kapal tidak kelebihan muatan. Jaga berat beban serendah mungkin untuk meningkatkan stabilitas kapal dan meminimalisir kemungkinan kapal untuk terbalik.

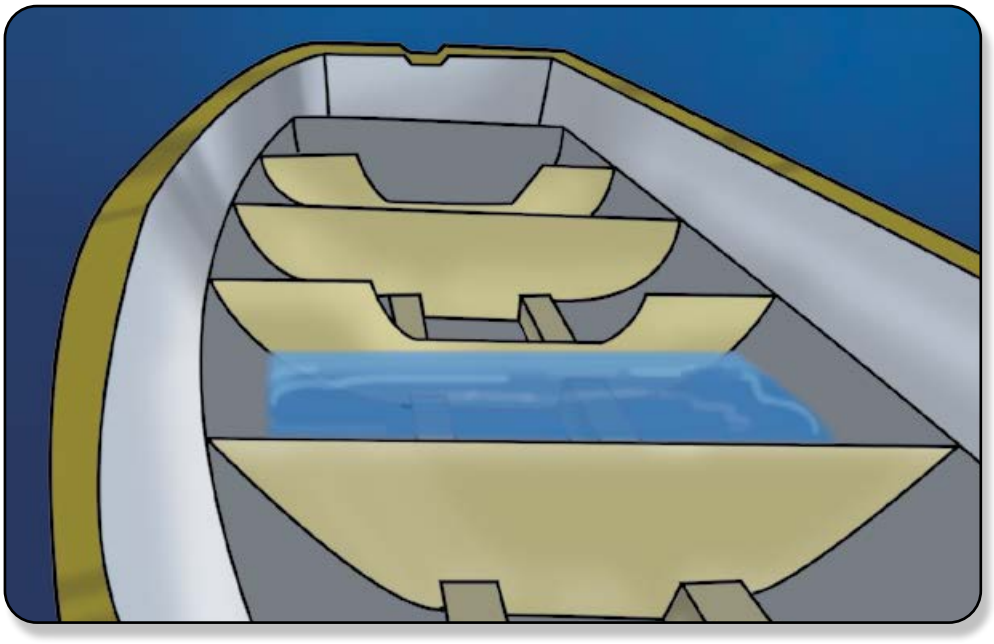


Jangan memodifikasi kapal seperti menambah sambungan, mengubah ruang kemudi, dan mendesain ulang tangki karena akan mengurangi stabilitas kapal.



Periksa dan olesi semua gagang pintu secara teratur.

Pastikan semua sekat kedap air.



Jalan menuju area memancing (fishing ground) dan kembali ke pelabuhan

Menjaga stabilitas kapal

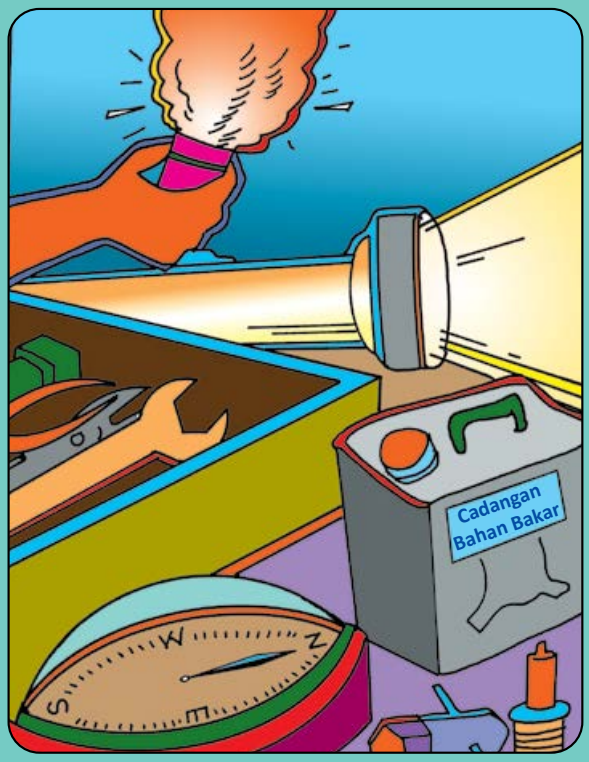
- Muatan kapal sesuai rekomendasi pada buklet stabilitas yang disediakan oleh pembuat kapal. Jangan membebani kapal secara berlebihan. Pemilik kapal harus memastikan bahwa kapal tidak kelebihan bahan bakar, es, dan ketentuan lain yang diperlukan untuk tetap berada di laut dalam waktu yang lama.
- Perjalanan melaut harus dihitung dan direncanakan sesuai dengan batas kapasitas kapal. Tanda daya dan garis muatan digunakan untuk menentukan apakah kapal kelebihan beban atau tidak.
- Jangan biarkan ikan melemah di geladak atau palka. Ikan yang dapat bergerak bebas dapat membuat kapal kurang stabil. Papan pemisah yang dapat dilepas dengan benar akan membantu menjaga muatan ikan tetap stabil.
- Jagalah stabilitas kapal dengan sangat baik saat mengangkut jaring insang atau pukat cincin dengan derek. Banyaknya ikan di jaring sangat mengurangi stabilitas kapal.
- Banyak kapal yang melaut beberapa hari menumpuk ikan kering hasil tangkapan di atas anjungan secara massal. Hal ini dapat mengurangi stabilitas kapal.
- Jika memungkinkan, jangan biarkan tangki bahan bakar dan palkah terisi setengah karena efek permukaan bebas mengurangi stabilitas kapal. Tangki sebaiknya benar-benar penuh atau kosong sama sekali.
- Usahakan untuk selalu menjaga kestabilan kapal dengan baik, tanpa harus terlalu lemah atau kaku.
- Pompa air dari kapal secara teratur dan pastikan kosong.

Anda berada dalam bahaya jika….

Kapal membutuhkan waktu yang lebih lama untuk menyelesaikan satu gulungan (menghadapi ombak) karena stabilitas menurun. Oleh karena itu, Anda harus selalu memperhatikan gerakan kapal Anda. Anda harus memperhatikan akhir gulungan kapal. Jika kapal menggantung di akhir gulungan dan tidak segera kembali ke posisi tegak, Anda berada dalam bahaya.

Bab 4

Bertahan hidup di laut



Bagaimana harus bertindak jika terjadi kerusakan mesin

Jika terjadi kerusakan mesin, Anda harus tahu bagaimana menangani situasi tersebut. Poin-poin berikut akan membantu Anda mengendalikan situasi.

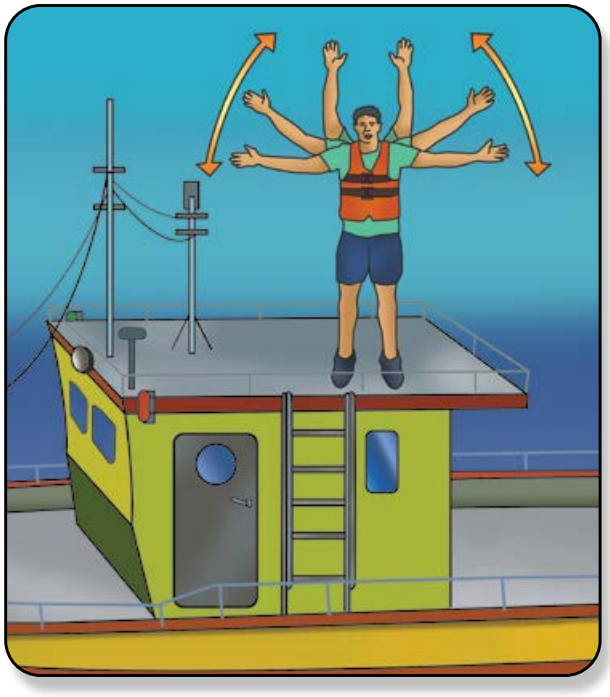
- Temukan posisi Anda yang paling tepat kemudian informasikan kepada pihak berwenang setempat dan kapal lain untuk meminta bantuan. Pastikan Anda menginformasikan posisi Anda yang sebenarnya.
- Tentukan posisi pada peta dan perhatikan arah arusnya. Jika Anda terbawa menjauh dari daratan gunakan jaring ikan Anda sebagai tali, kencangkan jangkar pada salah satu ujungnya dan jatuhkan ke laut. Hal ini akan membantu Anda meminimalkan pergerakan kapal dan mempertahankan posisi Anda lebih dekat ke posisi awal.
- Jatuhkan jangkar jika tersedia.
- Cobalah untuk memperbaiki mesin dengan menggunakan suku cadang yang ada jika perbaikan dapat dilakukan.

Anda dapat memberikan peringatan bahaya melalui:

- VHF saluran 16 untuk suara atau saluran 70 untuk DSC;
- MF/HF pada frekuensi 2 187.5 kHz, 8 414.5 kHz, 4 207.5 kHz, 6 312 kHz, 12 577 kHz atau 16 804.5 kHz

- Cari kapal lain di sekitar atau di dekat Anda yang dapat membantu jika perbaikan di luar kendali Anda.
- Minimalkan penggunaan radio untuk menghemat kekuatan baterai Anda.
- Informasikan otoritas lokal tentang posisi Anda setidaknya dua kali sehari.
- Nakhoda harus menjaga seluruh awak kapal dengan ketat di bawah satu komando dan tidak boleh panik.
- Biarkan kapal mengikuti arah arus, jika mengarah ke darat. Gunakan layar jika tersedia.
- Hemat air minum dan perbekalan Anda, untuk bertahan hidup di laut dalam waktu yang lebih lama.
- Tidak menugaskan awak kapal untuk melakukan pekerjaan rutin seperti perawatan kapal dan kerja keras lainnya untuk menjaga energi.
- Melakukan pengawasan untuk menemukan kapal lain yang dapat membantu Anda.
- Mengirimkan sinyal SOS atau MAY DAY di saluran 16 untuk menarik perhatian kapal lain jika radio VHF tersedia di kapal.
- Jika Anda dapat melihat kapal di sekitar Anda cobalah untuk menarik perhatian kapal tersebut dengan melakukan hal berikut:

Angkat dan turunkan lengan Anda perlahan dan berulang-ulang di atas ruang kemudi atau tempat lain yang terlihat jelas.

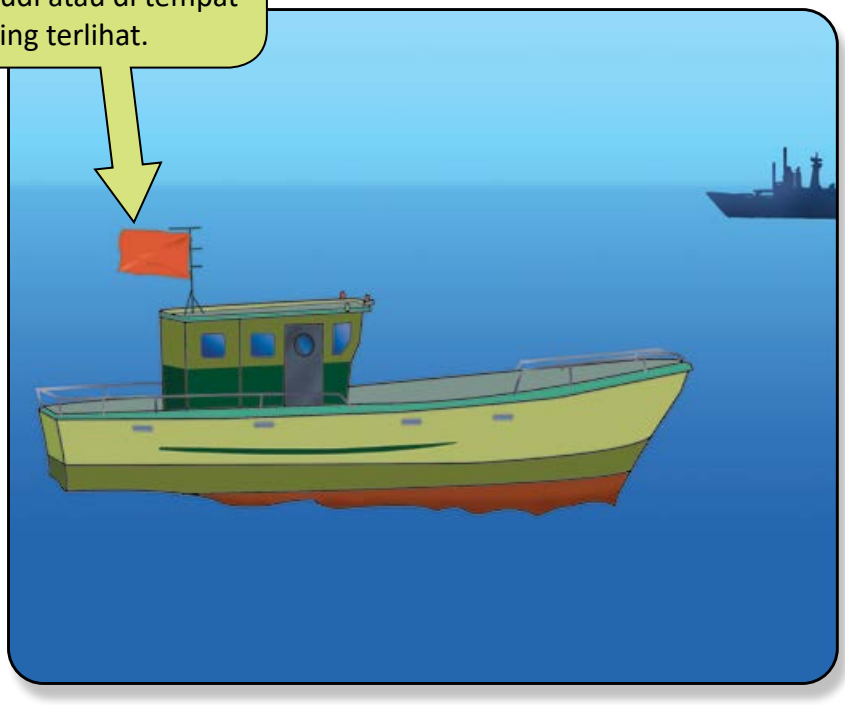


Buat asap dan api dengan membakar kain yang dibasahi minyak dalam wadah yang mengapung tidak jauh dari kapal di ujung garis apung sehingga kapal penyelamat dapat melihat lokasi Anda.

Pantulkan sinar matahari terus menerus ke kapal yang mendekat dengan menggunakan cermin atau benda pemantul lainnya.

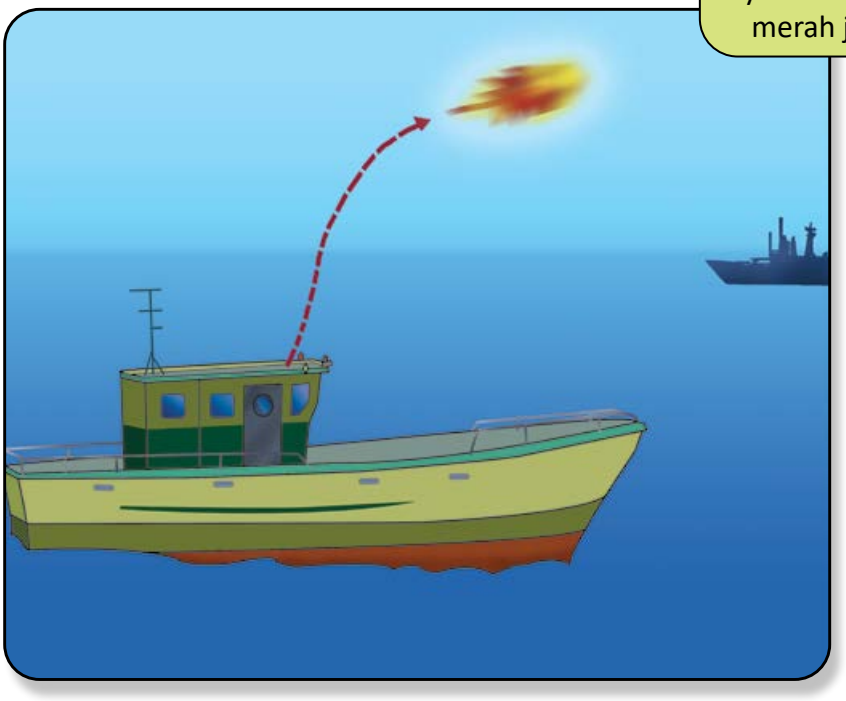
Berteriaklah secara berkelompok untuk menarik perhatian kapal yang lewat.

Gantung kain berwarna cerah di atas ruang kemudi atau di tempat yang paling terlihat.



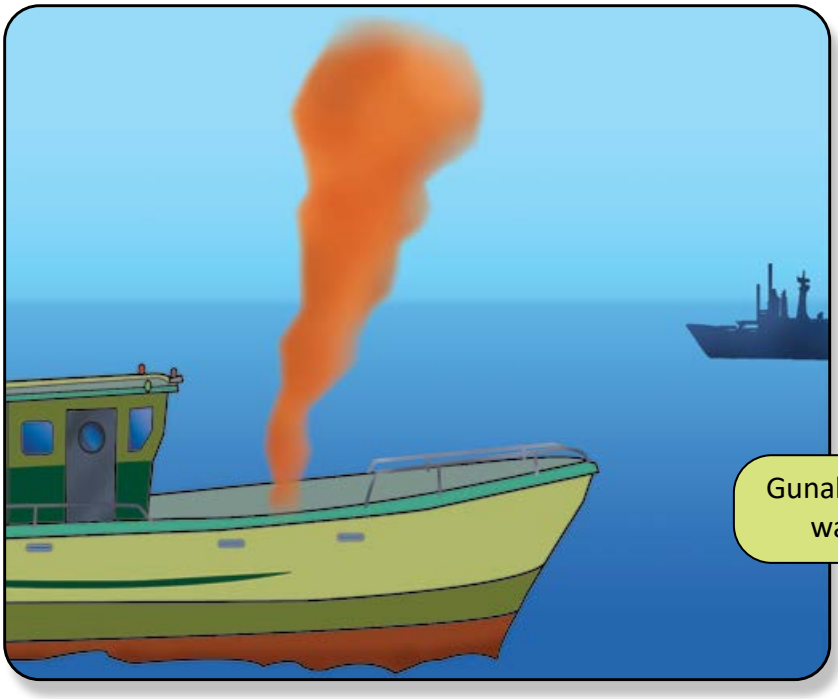
Gantung bendera persegi atau kain yang di atas atau di bawahnya terdapat bola atau apapun yang menyerupai bola.

Nyalakan suar berwarna merah jika tersedia.



Pasang bendera “November” dan “Charlie” pada tiang kapal.

Tiup peluit Anda terus menerus jika kapal yang mendekat masih dalam jangkauan.



Gunakan sinyal asap warna jingga.

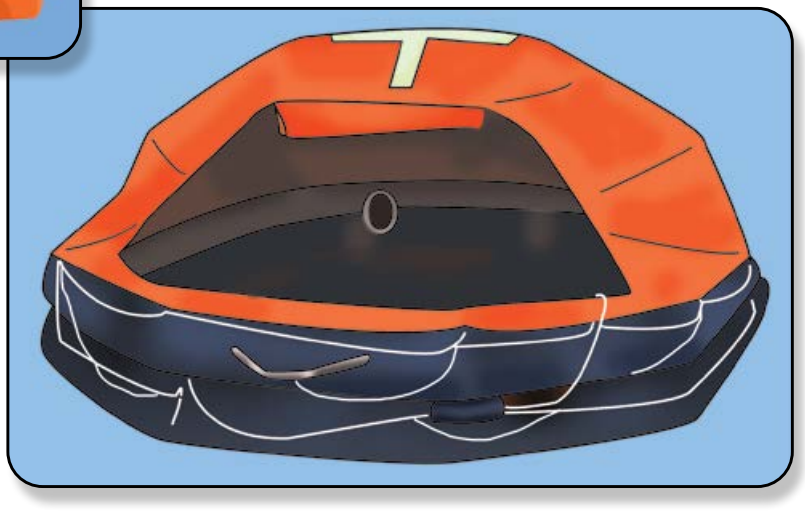
Nyalakan obor atau senter Anda langsung ke ruang kemudi kapal yang mendekat Berikan sinyal berikut secara konsisten ● ● ● – – – ● ● ● (SOS) pada kode Morse.

- Jangan pernah meminum air laut.
- Minimalkan paparan angin laut dan air laut.
- Jangan minum alkohol atau menuman memabokkan lainnya.
- Hindari makanan kaya protein karena akan membuat tubuh Anda dehidrasi. Konsumsi makanan kaya karbohidrat dan glukosa.
- Ingatlah bahwa satu liter air bersih sehari sudah cukup bagi seseorang untuk bertahan hidup di daerah tropis.
- Kumpulkan air hujan dalam wadah bersih dan simpan untuk digunakan di kemudian hari.
- Jangan merokok karena cenderung membuat tubuh Anda dehidrasi.
- Dalam situasi darurat, Anda dapat mengumpulkan plankton untuk melawan rasa lapar dengan menggunakan corong yang terbuat dari kain atau lengan kemeja. Ketika Anda menarik corong kain selama beberapa waktu, Anda dapat melihat endapan plankton. Ingatlah bahwa mengkonsumsi plankton atau rumput laut meningkatkan kebutuhan air bagi tubuh Anda. Cairan tulang belakang ikan juga mengandung air tawar dan dapat dikonsumsi dengan aman.
- Proses penyelamatan mungkin membutuhkan waktu yang lama sehingga diperlukan kesabaran yang tinggi.
- Jika kapal penyelamat hanya dapat menyelamatkan jiwa, maka selamatkan seluruh awak kapal dan tinggalkan kapal.

Sekoci dan jaket pelampung

Jaket pelampung sangat penting dan harus tersedia di dalam kapal karena dapat menyelamatkan nyawa dalam situasi darurat, misalnya saat harus meninggalkan kapal. Jaket pelampung memungkinkan seseorang mengapung dalam waktu yang cukup lama. Namun terlalu lama berada di laut dapat menyebabkan kelelahan, dehidrasi dan penurunan suhu tubuh yang berbahaya. Dalam situasi darurat, jaket pelampung sangat membantu untuk menjaga seseorang tetap bertahan sampai kapal penyelamat tiba.

Banyak sekoci tersedia di pasaran. Sebuah sekoci harus mampu menampung seluruh awak kapal. Sekoci sangat berguna di laut dalam yang memungkinkan awak kapal bertahan selama berminggu-minggu atau lebih. Dalam beberapa kasus, awak kapal berhasil bertahan hidup di dalam sekoci selama 100 hari atau lebih sampai mereka diselamatkan.



Sekoci terdiri dari:

- Tali penyelamat dan pelampungnya dipasang tidak kurang 30 meter dari garis apung.
- Satu pisau pengaman jenis non-lipat dengan pegangan apung dan tali pengikat terpasang dan disimpan dalam saku bagian luar kanopi dekat titik di mana tali penambat dipasang pada sekoci. Selain itu, sekoci harus dilengkapi dengan pisau pengaman kedua dan tidak harus berjenis non-lipat.
- Sekoci dengan kapasitas maksimal 12 orang harus memiliki satu wadah untuk membuang air yang masuk sekoci. Sementara sekoci dengan kapasitas 13 orang atau lebih harus memiliki dua wadah pembuang air.
- Dua buah spon (busa).
- Dua jangkar masing-masing dengan tali *hawser* tahan guncangan dan tali tripping. Salah satunya dipasang secara permanen pada sekoci sedemikian rupa sehingga ketika sekoci mengembang akan memiliki posisi yang paling stabil sementara itu jangkar yang lain menjadi cadangan. Kekuatan masing-masing jangkar, tali *hawser* dan tali *tripping* harus mampu menghadapi seluruh kondisi laut. Jangkar harus dilengkapi *swivel* pada setiap ujung tali.
- Dua dayung apung.
- Tiga pembuka kaleng.
- Satu kotak P3K dalam wadah tahan air yang dapat ditutup rapat setelah digunakan.
- Satu peluit atau sinyal suara yang setara.
- Empat roket peluncur parasut yang memenuhi persyaratan.
- Enam suar tangan yang memenuhi persyaratan.

- Dua sinyal asap yang memenuhi persyaratan.
- Satu obor listrik tahan air untuk sinyal Morse yang dilengkapi dengan satu set baterai cadangan dan satu bola lampu cadangan dalam wadah tahan air.
- Reflektor radar yang efisien.
- Satu cermin pemberi sinyal pada siang hari dengan petunjuk penggunaannya untuk memberi sinyal pada kapal dan pesawat terbang.
- Satu salinan sinyal penyelamat hidup pada kartu tahan air atau dalam wadah tahan air.
- Satu set alat pancing.
- Ransum makanan yang jumlahnya tidak kurang dari 10.000 Kilojoule (2.390 kalori) atau setara 2 hari kebutuhan makan per orang; ransum ini harus disimpan dalam kemasan kedap udara dan disimpan dalam wadah kedap air.

- Wadah kedap air yang berisi total 1.5 liter air bersih untuk setiap orang. 0.5 liter per orang dapat diganti dengan peralatan penyaring garam yang mampu menghasilkan air bersih dengan jumlah yang sama dalam dua hari.
- Satu bejana minum tahan karat.
- Satu cangkir minum.
- Enam dosis obat anti mabuk laut dan satu kantong mabuk laut untuk setiap orang.
- Petunjuk cara bertahan hidup.
- Instruksi untuk aksi cepat tanggap.
- Lembaran pelindung termal untuk minimal 2 orang.

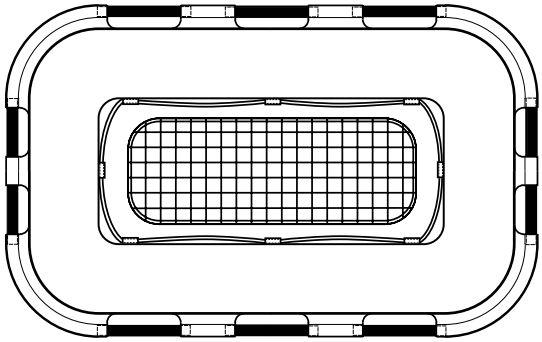
Pelampung penyelamat alternatif

Sabuk penyelaman terbuat dari pelampung jaring jika jaket penyelamat tidak tersedia *

Pelampung penyelamat Fibre-reinforced Plastic (FRP) untuk kapal yang lebih besar sebagai salah satu alternatif
Sekoci mengapung *

Life Float | Promoting Safety at Sea of Small-Scale Fisheries | BOBP-IGO

Saksikan video di atas Safety at Sea :
https://www.youtube.com/watch?v=rzkkgAS2VAQ



* Dikembangkan oleh the Government of Bangladesh/UNDP Project on 'Empowerment of Coastal Fishing Communities Livelihood Security (BGD/97/07)' in Cox's Bazaar, Bangladesh.

* Dikembangkan oleh the FAO Technical Cooperation Programme on 'Measures to Reduce Loss of Life During Cyclone (TCP/IND/6712)' in Andhra Pradesh, India.

HazardBahaya paparan cuaca dingin (Teknik bertahan hidup)

Penurunan suhu tubuh akibat terpapar air yang dingin merupakan penyebab kematian tertinggi di laut. Investigasi bencana kapal menunjukkan bahwa resiko meninggal akibat kondisi dingin (air maupun udara laut di malam hari) lebih besar daripada risiko tenggelam.

Penting untuk mengetahui bagaimana melindungi diri Anda dari paparan dingin dan bagaimana memperlakukan orang yang kedinginan. Seseorang mungkin menjadi lemah karena kedinginan dan lama kelamaan akan tenggelam. Suhu normal tubuh manusia adalah 37 °C. Seseorang yang mengalami kenaikan suhu hingga 40-41 °C dapat mengakibatkan mengigau. Jika suhu tubuh turun sampai 33 °C atau lebih rendah, akan kehilangan kesadaran. Jika turun hingga sekitar 25 °C dapat menyebabkan kematian karena jantung tidak dapat berdenyut pada suhu yang lebih rendah dari 25 °C.

Saat seseorang terjatuh ke air yang dingin, air akan langsung menembus pakaian. Lapisan isolasi udara pada pakaian akan tergeser oleh air dan kulit akan menjadi sangat dingin. Jika suhu air di bawah 30 °C, pembuluh darah di kulit akan menyempit sebagai upaya untuk mempertahankan panas, namun tindakan ini tidak dapat membantu korban untuk menjaga suhu tubuhnya.

Tubuh akan berusaha menghasilkan lebih banyak panas dengan mengencangkan otot dan menyebabkan seseorang menggigil. Jika suhu terus turun, menggigil berkurang, rasa dingin tidak terlalu kuat namun perlahan-lahan mulai masuk ke dalam fase kehilangan kesadaran.

Jika anggota awak kapal jatuh ke air dingin, anggota badannya akan membeku dan mungkin mengalami kelumpuhan. Kemungkinan awak kapal tersebut tidak mampu untuk menangkap atau memegang tali apapun yang dilemparkan untuk proses penyelamatan.

Jika Anda jatuh ke air dingin, Anda dapat melakukan hal berikut untuk bertahan hidup:

- Usahakan untuk menjauhkan bagian tubuh Anda dari air sebanyak mungkin. Harus diingat bahwa air mendingin 5-6 kali lebih cepat daripada udara, bahkan pada kecepatan angin yang tinggi.
- Jangan panik. Cobalah untuk mengontrol pernapasan Anda, dan hanya berteriak atau memberi sinyal untuk mendapatkan perhatian dari penyelamat.
- Jika Anda tidak mengenakan jaket pelampung, lihat sekeliling Anda. Jika Anda melihat ada benda yang terapung, ambil untuk dipegang atau dipanjat.
- Jika Anda mengenakan jaket pelampung, ambil posisi untuk mengurangi kehilangan panas, minimalkan gerakan sebisa mungkin, jauhkan kepala dan leher Anda dari air.
- Jika Anda harus berenang cobalah untuk menghemat tenaga dan minimalkan gerakan.
- Cobalah untuk tetap berkelompok jika Anda berada di dalam air dengan banyak orang.

Hypotermia

Hipotermia adalah kondisi suhu tubuh yang sangat rendah. Hal ini terjadi akibat kehilangan panas yang berkepanjangan karena berada lama di dalam air dingin atau pakaian/penutup yang tidak memadai saat berada dalam cuaca dingin, kondisi basah dan berangin. Semua orang yang selamat dan berada di alam terbuka kemungkinan besar akan mengalami hipotermia. Semua orang yang selamat harus tahu bahwa hipotermia dapat menyebabkan kematian. Serangannya bisa cepat dan jika tidak dikenali oleh korban atau orang di sekitarnya dapat menyebabkan kematian dalam waktu satu jam. Seorang korban hipotermia seringkali tidak menyadari kondisinya sehingga penting untuk mengetahui tanda-tanda hipotermia.

Hipotermia dapat diidentifikasi dengan:

- Tubuh menggigil untuk menghasilkan lebih banyak panas tubuh.
- Ketidaknyamanan, kelelahan, koordinasi yang buruk, mati rasa, gangguan bicara; disorientasi dan kebingungan mental.
- Indra peraba buruk, bicara tidak jelas, bibir, tangan, dan kaki mungkin membengkak.

Tindakan berikut dapat diambil untuk menangani hipotermia:

- Mencegah kehilangan panas lebih lanjut karena penguapan atau paparan. Melindungi korban dari kondisi basah dan angin.
- Dekatkan korban dengan sumber panas, seperti api.
- Tempatkan korban di samping orang lain untuk mendapatkan kehangatan. Berkerumun bersama di bawah selimut adalah cara yang lebih cepat untuk menghangatkan tubuh korban.
- Hindari kontak fisik yang tidak perlu dengan korban.
- Saat korban sadar, beri minuman manis yang hangat.
- Jangan lapisi korban dengan selimut kecuali suhu udara lebih rendah dari suhu air atau kecuali jika selimut sudah dipanaskan sebelumnya. (Selimut yang belum dipanaskan akan menghalangi permukaan tubuh yang dingin dari sumber panas).
- Jangan memijat tubuh atau anggota badan.
- Jangan berikan makanan padat atau cair kepada korban yang tidak sadarkan diri.
- Jangan berikan alkohol.

Kaki Dingin (Immersion foot)

Immersion foot dapat terjadi jika anggota tubuh terlalu lama berada di dalam air dingin. Anggota tubuh menjadi dingin dan basah, mengakibatkan sirkulasi yang buruk. Bagian yang terdampak akan terasa bengkak, mati rasa, nyeri dan kemudian kulit berubah warna atau pecah.

Penanganan immersion foot adalah sebagai berikut:

- Jaga agar korban tetap hangat dan pastikan untuk mengangkat bagian tubuh yang terdampak.
- Hangatkan tubuh korban terlebih dahulu, kemudian anggota tubuh dan jangan dipijat.
- Jika timbul bisul atau lepuh, tutupi dengan perban bersih.
- Lepaskan sepatu dan kaus kaki, keringkan kaki dan tungkai kemudian lakukan gerakan dengan anggota tubuh.
- Jaga kaki tetap kering dengan menggunakan bahan pakaian atau hangatkan di pangkuan orang lain.

Kulit melepuh

Anggota awak kapal yang bertugas di luar seperti pengawas, harus berhati-hati dengan paparan sinar matahari. Mereka harus menghindari sinar matahari sebanyak mungkin. Kulit yang terbakar sinar matahari cenderung menyebabkan kulit melepuh dan berisiko infeksi. Luka bakar akibat sinar matahari harus ditangani sebagai luka bakar ringan. Jangan tusuk lepuh apa pun, segera oleskan krim antiseptik kemudian ditutup.

Perlindungan Mata

Anggota awak kapal yang menghabiskan waktu lebih lama di geladak harus melindungi mata mereka dengan memakai kacamata hitam. Ketika sinar matahari menyentuh permukaan air, sinar tersebut dipantulkan kembali dengan intensitas yang lebih besar. Sinar matahari yang menyilaukan berbahaya bagi mata Anda. Lensa terpolarisasi memberikan perlindungan terbaik saat memancing karena dapat mengurangi silau, membantu mengurangi ketegangan mata sehingga tidak perlu memicingkan mata.

Bisul karena air garam dan luka memar (Salt water boils and chafing sores)

Hal ini kemungkinan terjadi pada kulit korban yang selamat yang dipenuhi dengan air asin, seperti saat duduk di dalam kapal atau kapal penyelamat. Kulit yang dibasahi air garam tidak tahan terhadap infeksi pada luka kecil dan goresan.

Jangan menekan bisul atau luka, tetapi tutupi dengan krim antiseptik dan perban.

Fungsi Normal Tubuh

Semua korban yang selamat harus sering buang air kecil untuk mengosongkan kandung kemih. Jika tidak, hal tersebut dapat berakibat serius karena ginjal akan terus memproduksi urin. Tidak ada manfaat dari menahan urin di kandung kemih, karena air tidak dapat dikembalikan dari bentuk urin ke sirkulasi umum. Tidak perlu khawatir jika mengalami sembelit pada beberapa hari pertama.

Dehidrasi

Tubuh manusia mengandung sekitar 40 liter air, dimana sekitar 25 liter diperlukan untuk mempertahankan kehidupan. Jumlah normal air yang hilang dari seseorang yang tidak makan atau minum adalah sekitar satu liter per hari.

Karena itu, seseorang seharusnya dapat bertahan hidup selama sekitar dua minggu jika tidak ada lagi air yang terbuang.

Air akan berkurang dengan cepat apabila menggunakan tenaga berlebih, berkeringat, muntah, diare, minum air seni, minum air laut, makan atau makan ikan. Penggunaan tenaga berlebih harus sangat dihindari untuk meminimalkan keringat khususnya di daerah tropis. Hindari muntah dengan mengonsumsi obat anti mabuk laut, karena muntah dapat menurunkan kadar air dalam tubuh.

Air seni mengandung bahan sisa beracun yang terlarut dalam air. Produk sisa ini tidak berguna bagi tubuh. **Air seni tidak boleh diminum meskipun dalam kondisi darurat**.

Tidak boleh minum air laut karena dapat menyebabkan dehidrasi yang terus berlanjut bahkan setelah selesai dikonsumsi. Minum air laut adalah kesalahan fatal. **Hindari keinginan menggunakan air laut untuk bibir kering dan pecah-pecah**.

Kehilangan kesadaran dan gangguan mental

Kehilangan kesadaran kemungkinan besar disebabkan karena minum air laut. Orang yang kehilangan kesadaran akan mengalami delusi dan terkadang mencoba melompat ke dalam air, kehilangan akal sehal sehingga perlu ditahan oleh orang lain. Korban yang selamat dari cedera, kelelahan, dll kemungkinan akan mengalami sakit kepala dan menjadi tidak rasional. Korban harus dihibur dan ditenangkan namun tetap diawasi untuk menghindari tindakan yang tidak diinginkan.

Kebersihan

Korban yang selamat harus menjaga kebersihan kulit dan mulutnya. Kulit kemungkinan besar terinfeksi karena garam dan kotoran yang menempel atau dari pakaian penuh garam yang bergesekan dengan kulit. Jika memungkinkan, mandilah dengan menggunakan air hujan, berjemur sebentar di bawah sinar matahari dan hirup udara segar. Pada saat mandi, badan harus terikat pada kapal penyelamat dan tidak boleh berenang karena dapat membuang tenaga. Selain itu, awasi adanya kikan-ikan besar di sekitar Anda.

Korban yang selamat cenderung menemukan bahwa bibir dan lidah mereka akan membengkak dan pecah-pecah karena kekurangan air dan air liur di dalam mulut. Bagian dalam mulut kemungkinan akan menjadi tidak nyaman dan terasa tidak enak.

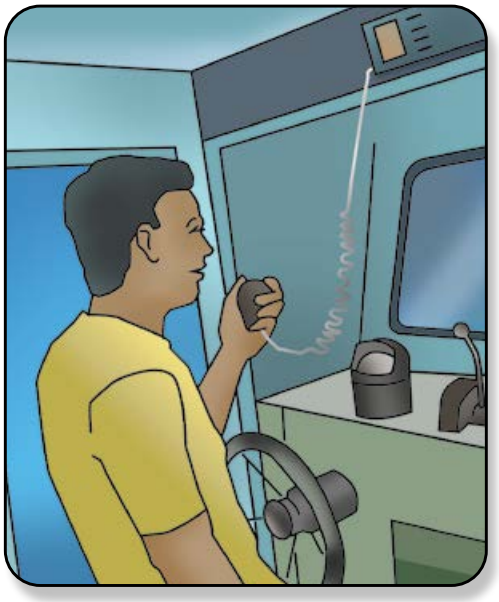
Bab 5

Kesimpulan

Anjuran dan Larangan (Pemeriksaan dan prosedur)

Anjuran

1. Informasikan rencana pelayaran Anda kepada otoritas pelabuhan sebagai catatan yang terdiri dari nama dan alamat awak kapal, nama pemilik kapal dan rincian kontak, nama dan nomor kapal yang terdaftar, area operasi penangkapan ikan, perkiraan tanggal kedatangan, peralatan komunikasi yang tersedia di atas kapal, dll.
2. Selalu perhatikan ramalan cuaca dan waspada terhadap cuaca buruk.
3. Pastikan peralatan keselamatan Anda seperti alat pemadam kebakaran, jaket pelampung, pelampung, sekoci, pompa dan selang kebakaran, posisi suar dan sinyal, dll berada dalam kondisi baik.
4. Pengetahuan dasar tentang pemadam kebakaran, bertahan hidup di laut dan pertolongan pertama adalah suatu keharusan bagi seluruh awak kapal.
5. Pastikan Anda memiliki bahan bakar, air bersih, persediaan makanan dan fasilitas pertolongan pertama yang cukup.
6. Suku cadang mesin dan motor, pelumas, perkakas, dll harus tersedia di kapal untuk digunakan dalam keadaan darurat atau pada saat terjadi kerusakan.
7. Periksa radio SSB atau VHF, GPS, dan *echo sounder* jika tersedia.
8. Periksa kondisi baterai dan sistem pengisian.
9. Periksa deviasi dan variasi kompas magnet. Simpan catatan arah yang diambil.
10. Hitung kecepatan angin dan arus eksisting dan yang diharapkan.
11. Peta harus tersedia di kapal. Peta menentukan rute pelayaran utama, area terlarang, zona ekonomi eksklusif (ZEE) negara yang berdekatan, dll. Peralatan untuk pemetaan harus tersedia.
12. Pastikan mesin dan motor dalam kondisi baik untuk menghindari masalah saat melaut.



13. 13. Periksa bagian luar lambung kapal dengan hati-hati untuk mengetahui keretakan, kerusakan serta kebocoran di dalam kapal.
14. Pastikan Anda memiliki dokumen identifikasi yang diperlukan untuk ditunjukkan di hadapan pihak berwenang.
15. Persiapkan jadwal jaga (daftar tugas) selama periode pelayaran. Hal ini dapat mengurangi tekanan bagi awak kapal.
16. Usahakan untuk tetap berkelompok dan berdekatan dengan kapal lain. Hal ini akan mempermudah Anda untuk mendapatkan bantuan dari kapal lain jika terjadi keadaan darurat.
17. Mintalah keterangan dari kapal lain yang telah kembali dari operasi penangkapan ikan. Pantau pergerakan kapal-kapal tersebut. Hal ini akan membantu Anda dalam menghadapi keadaan darurat, memprediksi kondisi cuaca dan penangkapan ikan.
18. Selalu gambar posisi Anda pada peta. Pastikan Anda memperbaruinya setiap jam saat berada di laut dan setiap 30 menit setelah kapal bergerak.
19. Hubungi stasiun radio pantai setidaknya dua kali sehari dan beri tahu mereka tentang posisi Anda. Kumpulkan seluruh informasi terkait cuaca.
20. Pastikan radio Anda selalu memantau saluran 16 (dan 70 jika memiliki DSC) jika perlu bantuan dan untuk mendengar jika ada kapal lain yang membutuhkan

bantuan Anda. Sertakan dalam pemindaian saluran radio Anda, saluran kerja yang disepakati dengan stasiun radio pantai di negara Anda.

21. Selalu waspada terhadap kapal lain yang berpapasan dan melintasi jalur Anda. Lakukan tindakan pencegahan yang diperlukan untuk menghindari tabrakan.

22. Usahakan untuk selalu melempar jaring dan tali pancing searah dengan angin dan menariknya berlawanan dengan angin. Hal ini akan membantu menjaga kapal tetap berada di belakang jaring dan tali pancing tanpa terbawa arus.

Larangan

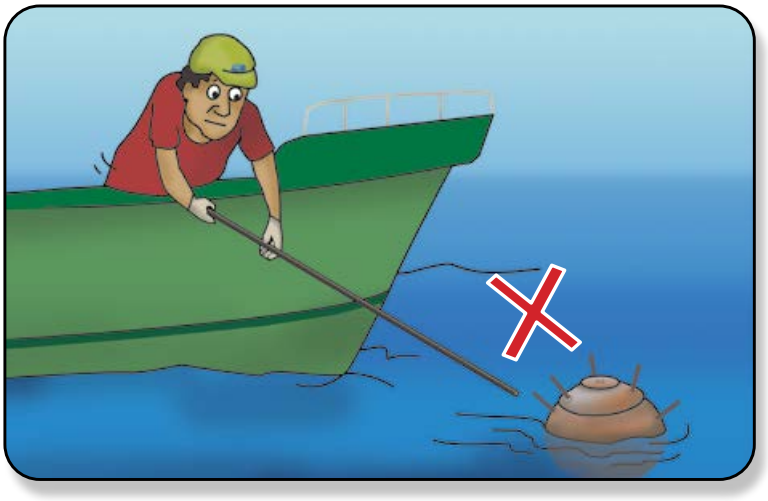
1. Jangan letakkan logam di dekat kompas magnet karena akan menambah deviasi pada kompas dan menyebabkan terjadinya kesalahan jalur pada kemudi Anda.

2. Jangan gunakan radio untuk percakapan yang tidak penting supaya dapat menerima panggilan darurat dari kapal lain. Hal tersebut harus dipatuhi dan dimengerti oleh seluruh awak kapal.

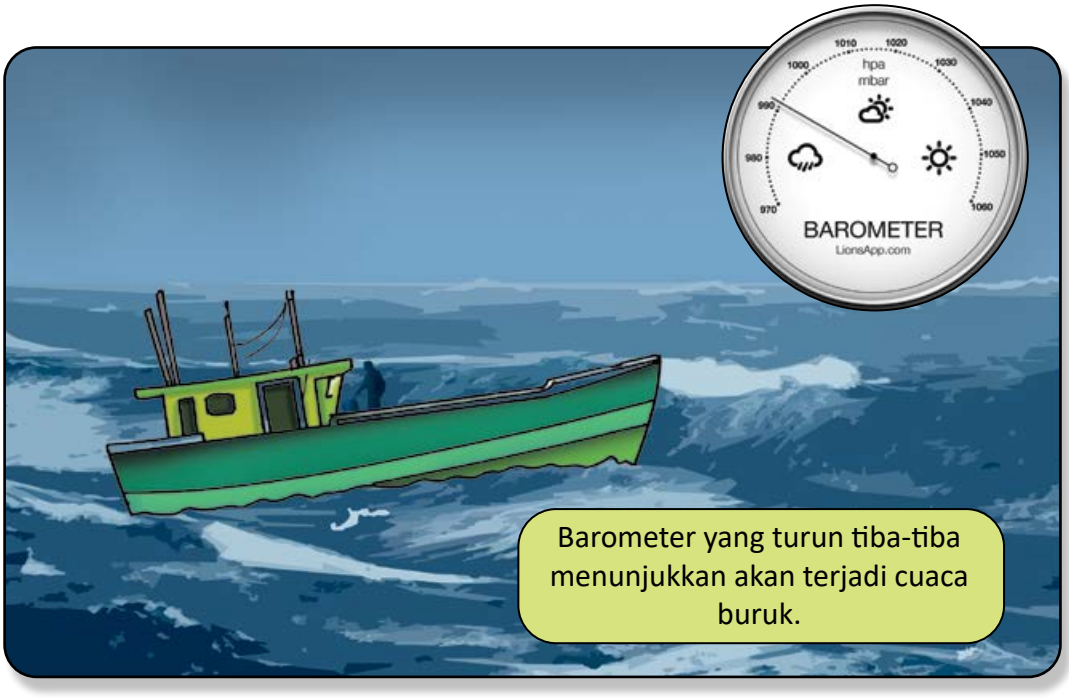
3. Jangan pernah mengangkat benda tak dikenal ke atas kapal. Karena kemungkinan benda tersebut adalah ranjau atau bahan peledak yang berbahaya. Penemuan benda tak dikenal di laut harus dilaporkan secepat mungkin.

4. Jangan menyimpan alat tangkap di geladak saat melanjutkan perjalanan ke tempat penangkapan ikan dan juga dalam perjalanan kembali.

5. Jangan bergerak berdampingan dengan kapal lain kecuali jika diperlukan.



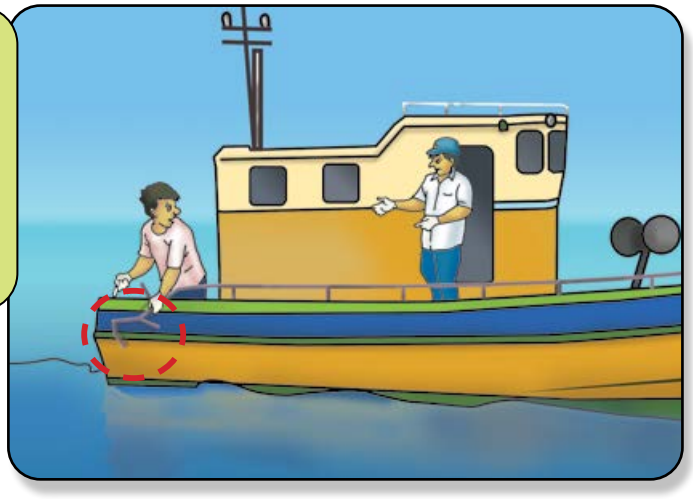
Poin penting untuk diingat



Barometer yang turun tiba-tiba menunjukkan akan terjadi cuaca buruk.

Pastikan suku cadang, kotak penyimpan khusus (gland packing) dan material untuk mengatasi kebocoran lambung tersedia di kapal sebelum berlayar.

Anggota awak kapal harus melaporkan semua kondisi yang tidak aman kepada nakhoda. Nakhoda akan memberi komando untuk memperbaiki kondisi tersebut secepat mungkin.



Kotak P3K di kapal harus terdiri dari:

P3K dasar	Pentingl	Recommended
Perban	X	
Band aids	X	
Perban steril	X	
Kain kasa steril	X	
Perekat	X	
Gunting	X	
Peniti	X	
Krim antiseptik	X	
Pinset	X	
Antiseptik cair		X
Pereda nyeri		X
Tabir surya		X
Pencuci mata		X
Buku P3K		X

Pertolongan pertama dapat menyelamatkan nyawa pawak kapal. Selalu pastikan kotak P3K Anda terjaga dengan baik dan semua awak kapal memiliki pengetahuan dan pemahaman tentang pertolongan pertama.

Jangan lupa untuk mengisi ulang kotak P3K jika sudah digunakan.

Harap pastikan bahwa kotak P3K selalu ditempatkan dalam penutup kedap air agar terlindung dari air.

Kesimpulan

FAO dan BOBP-IGO berharap pedoman keselamatan di laut bagi nelayan skala kecil ini berkontribusi pada budaya kesadaran akan keselamatan, membantu mencegah kecelakaan dan meningkatkan peluang bertahan hidup jika terjadi kecelakaan.

Manual ini memberikan panduan praktis dan sederhana tentang hal-hal keamanan yang terkait dengan pekerjaan di kapal penangkap ikan skala kecil (misalnya kebakaran, keamanan geladak), peralatan keselamatan (misalnya peralatan penyelamat jiwa, penerangan dan ventilasi), keselamatan pribadi dan keselamatan navigasi. Manual tersebut memberikan prosedur yang diperlukan dan harus diikuti oleh nelayan sebelum memulai perjalann melaut dan saran untuk bertahan hidup, jika terjadi kecelakaan.

Manual ini memberikan tips penting untuk kondisi kerja yang aman di kapal penangkap ikan skala kecil. Sangat disarankan agar setiap anggota awak kapal menerima pelatihan keselamatan di laut secara berkala setiap tahunan.

latihan keselamatan seperti itu sebaiknya mencakup:

- Jenis keadaan darurat yang dapat terjadi, misal tabrakan, kebakaran, kapal terbalik dan cedera serta prosedur untuk menanggapi keadaan darurat ini.
- Penggunaan jaket pelampung, pakaian selam (yang sesuai) dan/atau alat bantu apung.
- Penggunaan alat dan selang pemadam kebakaran.
- Penggunaan peralatan pensinyalan bahaya dan informasi kontak dari semua lembaga yang diperlukan.
- Bahaya alkohol dan konsumsi obat-obatan selama di kapal.
- Langkah-langkah pertolongan dasar pertama yang harus diambil jika terjadi kecelakaan.
- Istilah umum bahari dan aturan navigasi
- Penyebab dan efek hipotermia, pencegahan dan pengobatannya.
- Pentingnya menginformasikan pelabuhan atau asosiasi nelayan tentang daftar awak kapal dan rincian perjalanan sebelum melaut.
- Kesadaran keselamatan dasar tentang pekerjaan di atas kapal.

Panduan ini tidak dimaksudkan sebagai pengganti hukum nasional dan peraturan keselamatan dan bukan pengganti pelatihan keselamatan perikanan tingkat nasional dan kegiatan peningkatan kapasitas. Namun, pedoman ini dapat mendukung pelatihan keselamatan di laut dan kesadaran nelayan sehingga membuat operasi penangkapan ikan lebih aman.

"Utamakan Keselamatan" adalah apa yang harus diingat oleh siapa pun yang bekerja di kapal penangkap ikan dan diterapkan setiap hari.

***

Untuk informasi lebih detail dari keselamatan untuk kapal perikanan skala kecil, dapat mengunjungi tautan berikut:

1) FAO/ILO/IMO. ***Safety Recommendations for Decked Fishing Vessels of Less than 12 metres in Length and Undecked Fishing Vessels*** available at: *http://www.fao.org/3/i3108e/i3108e.pdf*
2) Fisheries operations. ***Best practices to improve safety at sea in the fisheries sector***. FAO Technical Guidelines for Responsible Fisheries. No. 1, Suppl. 3. Rome, available at: *http://www.fao.org/3/a-i4740e.pdf*
3) FAO/SIDA/IMO/BOBP-IGO. ***Safety Guide for Small Fishing Boats.*** BOBP/REP/112 available at: *http://bobpigo.org/webroot/img/uploaded/pdf/safety_guide-rep112.pdf*

Panduan keselamatan di laut bagi nelayan skala kecil ini bertujuan untuk berkontribusi pada budaya kesadaran keselamatan di kalangan nelayan, mengurangi jumlah kecelakaan dan meningkatkan peluang bertahan hidup jika terjadi kecelakaan. Manual ini memberikan panduan tentang masalah keselamatan yang terkait dengan pekerjaan di kapal penangkap ikan skala kecil (misalnya keselamatan kebakaran, keselamatan geladak, peralatan penyelamat, penerangan dan ventilasi), keselamatan pribadi dan keselamatan navigasi. Pemeriksaan dan prosedur yang harus dilakukan sebelum melaut, serta pedoman untuk bertahan hidup di laut, juga terdapat di dalam manual ini.

ISBN 978-92-5-134955-7

9 789251 349557

CA5772ID/1/11.21