

PENGARUH COVID-19 TERHADAP TINGKAT KEBUGARAN DAN KESEHATAN *CREW* KAPAL

(Studi kasus MV. Kartini Samudra)

Vega Fonsula Andromeda¹, Muhammad Miftakhul Solikh²

¹Program Studi Nautika, Politeknik Ilmu Pelayaran Semarang, Indonesia

*email : vega.meida@pip-semarang.ac.id

ABSTRAK

Tingkat kebugaran dan kesehatan merupakan faktor yang sangat penting dalam melakukan pekerjaan diatas kapal. Namun seiring dengan maraknya penyebaran wabah COVID-19 terdapat masalah dalam hal kebugaran dan kesehatan *crew* khususnya di kapal MV. Kartini Samudra. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh COVID-19 terhadap tingkat kebugaran dan kesehatan *crew* kapal MV. Kartini Samudra. Penelitian ini menggunakan olah data dengan menggunakan SPSS V 22.0 dengan media kuesioner atau angket dengan jumlah 27 responden. Data kuantitatif didapatkan dari hasil tabulasi kuesioner dari responden untuk diolah data. Hasil dari analisis olah tersebut didapatkan bahwa COVID-19 berpengaruh terhadap tingkat kebugaran dan kesehatan *crew* kapal. dari hasil uji reliabilits didapatkan hasil sebesar 0,924 untuk seluruh variabel dalam indikator penelitian. Untuk uji normlaitas didapatkan hasil 0,200 antara variabel COVID-19 (X1) dengan kebugaran (Y1) dan kesehatan (Y2). Dan untuk hasil uji koefisien determinasi didapatkan hasil sebesar 92,7% untuk variabel COVID-19 (X1) dengan kebugaran (Y1) dan 91.3% untuk COVID-19 (X1) dengan kesehatan (Y2). Serta dilakukan uji linearitas didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,788 untuk variabel COVID-19 (X1) dengan kebugaran (Y1) dan 0,884 untuk variabel COVID-19 (X1) dengan kesehatan (Y2). Hasil penelitian ini menggambarkan bahwa COVID-19 berpengaruh terhadap tingkat kebugaran dan kesehatan *crew* kapal jadi dalam hal ini, untuk seluruh *crew* kapal khususnya di kapal MV. Kartini Samudra untuk selalu menjaga kebugaran dan kesehatan .

Kata kunci : COVID-19, kebugaran, kesehatan, *crew* kapal

PENDAHULUAN

Indonesia adalah sebuah Negara dengan memiliki luas wilayah daratan dan lautan yang luas dimana secara letak geografis Indonesia di kelilingi oleh dua benua dan dua samudra, hal itu membuat Indonesia merupakan jalur yang strategis bagi alur pelayaran sebagai tonggak poros maritim dunia. Dengan posisi geografis dan letak lautan yang sangat luas, sehingga membuat Indonesia menjadi jalur yang ramai untuk pelayaran nasional dan internasional [1].

Sebagai poros maritim dunia tentunya Negara Indonesia memiliki peranan penting dalam perekonomian dan perdagangan melalui transportasi laut. Seiring dengan banyaknya perusahaan pelayaran di Indonesia membuat pelaut adalah sebuah profesi yang dapat memberikan pekerjaan bagi masyarakat Indonesia yang berprofesi sebagai pelaut [2]. Seiring dengan kemajuan teknologi akhir akhir ini, terdapat sebuah penyebaran wabah penyakit pada tahun 2019 di China, Provinsi Hubei yaitu Conavirus Disease dimana virus jenis ini merupakan jenis virus baru dari CoronaVirus. COVID-19 ini disebabkan oleh SAR-CoV2 [3]. Selain itu kasus penyebaran COVID-19 ini juga terjadi di dunia pelayaran,

dimana kasus tersebut dialami oleh crew kapal saat berada di atas kapal tentunya hal ini menjadi masalah bagi crew di kapal karena dapat menurunkan tingkat kebugaran dan kesehatan sehingga menyebabkan melemahnya kualitas imun dan kekebalan tubuh yang berdampak pada saat ketika bekerja dan beraktifitas di atas kapal [4]. Dampak lain yang ditimbulkan dengan adanya penyebaran COVID-19 adalah menurunnya tingkat pendapatan perusahaan pelayaran karena di berbagai Negara telah membatasi adanya operasi kapal dan dampak lain juga dirasakan oleh crew yang belum onboard dan menunggu proses yang lama, karena menunggu operasi kapal mulai berjalan sehingga dapat menghambat untuk pergantian crew baru untuk naik kapal [5]. Dengan adanya dampak penyebaran Corona Virus di atas kapal, maka dapat di rasakan oleh para crew di antaranya adalah masalah dan gangguan kesehatan seperti dapat menurunkan imun tubuh yang dapat mempengaruhi kualitas dan tingkat kesehatan dan kebugaran tubuh bagi crew pada saat bekerja di atas kapal. Sehingga dalam kasus penyebaran wabah pandemi COVID-19 sangat mempengaruhi kinerja para crew khususnya disektor maritim dan perusahaan pelayaran di Indonesia [6].

MATERI DAN METODE

Dalam permasalahan penelitian ini peneliti menggunakan metode kuantitatif dimana metode tersebut digunakan untuk menganalisis serta menguji berapa hubungan atau pengaruh antara variabel COVID-19 (X1) sebagai variabel independen, variabel kebugaran (Y1) sebagai variabel dependen, dan kesehatan (Y2) sebagai variabel dependen. Analisis dalam penelitian ini bertujuan untuk

mengetahui seberapa besar pengaruh antara variabel COVID-19 (X1) dengan variabel kebugaran (Y1) dan variabel COVID-19 (X1) dengan variabel kesehatan (Y2). Dalam penelitian ini peneliti menggunakan media angket atau kuesioner yang ditunjukkan kepada seluruh crew kapal MV. Kartini Samudra dengan jumlah 27 responden sesuai dengan jumlah crewlist kapal tersebut.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

Hasil dan pembahasan dalam penelitian ini berupa hasil dari uji olah data seperti uji validitas, uji reliabilitas serta uji

1. Hasil Penelitian Berdasarkan Usia

Berkut ini adalah bentuk deskripsi dari responden dalam penelitian ini dimana dalam kuesioner tersebut terdapat kelompok usia dan jenis kelamin. Dimana dalam kuesioner tersebut terdapat 27 responden atau crew kapal MV. Kartini Samudra dengan kelompok usia dari responden.

Dari hasil uji validitas COVID-19 atau (X1) didapatkan untuk nilai R tabel sebesar 0,396 maka seluruh item tersebut dikayakan valid.

Tabel 3. Uji Validitas Kebugaran (Y1)

asumsi klasik melalui hasil dari tabulasi data dari kuesioner penelitian yang sudah diolah data melalui SPSS V.22

R hitung	R tabel	Keputusan
0,914	0,396	VALID
0,914	0,396	VALID
0,551	0,396	VALID

Tabel 1. Statistik Deskriptif Responden

KATEGORI USIA

	Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid 20	1	3.7	3.7	3.7
21	25	92.6	92.6	96.3
40				
45	1	3.7	3.7	100.0
Total	27	100.0	100.0	

Sumber : Hasil Olah Data SPSS V 22.0

Dari hasil olah data statistik responden tersebut didapatkan untuk usia 20 tahun didapatkan nilai frekuensi sebesar 1 dengan nilai *valid percent* sebesar 3,7 dan untuk usia 25 sampai 40 tahun didapatkan nilai frekuensi sebesar 25 dengan hasil *valid percent* sebesar 92,6 dan untuk usia 45 tahun didapatkan hasil sebesar 1 dengan nilai *valid percent* sebesar 3,7.

2. Uji Validitas

Dari hasil uji validitas variabel kebugaran atau (Y1) didapatkan untuk nilai R tabel sebesar 0,396 maka untuk variabel tersebut karena nilai R hitung lebih besar dari R tabel maka item tersebut dikatakan valid.

Dari hasil uji validitas variabel kebugaran didapatkan untuk nilai R tabel sebesar 0,396 karena nilai R hitung lebih besar dari R tabel maka seluruh item pertanyaan dalam variabel kesehatan atau (Y2) dikatakan valid.

3. Uji Reliabilitas

Tabel 5. Uji Reliabilitas

Cronbach's Alpha	N of Items
.924	10

Sumber : Hasil Olah Data SPSS V 22.0

Dari hasil uji reliabilitas tersebut untuk seluruh jumlah pertanyaan sebanyak 10 didapatkan nilai *Cronbach's Alpha* sebesar 0,924 maka seluruh item tersebut dikatakan reliabel karena $0,924 > 0,6$.

4. Uji Normalitas

Dalam uji normalitas skripsi ini menggunakan uji normalitas Kolmogorov Smirnov Test dan dengan menggunakan analisis grafik. Dalam pengambilan dalam uji normalitas Kolmogorov Smirnov Tes dapat dilakukan dengan cara sebagai berikut :

a. Jika nilai signifikansi (Sig.) lebih besar dari 0.05 maka data penelitian berdistribusi normal.

berdistribusi normal atau tidak sehingga uji normalitas dapat dilakukan antara masing-masing dari variabel tersebut.

Berikut ini adalah uji normalitas antara variabel COVID-19 atau (X1) dengan variabel kebugaran atau (Y1).

Tabel 6. Uji Normalitas COVID-19 (X1) dengan Kebugaran (Y1)

Sumber : Hasil Olah Data SPSS V 22.0

Dari hasil uji normalitas tersebut didapatkan untuk nilai *Asymp.Sig* sebesar 0,200 sehingga variabel COVID-19 atau (X1) dengan variabel kebugaran (Y1) berdistribusi normal.

b. Jika nilai signifikansi (Sig.) lebih kecil dari 0.05 maka data penelitian dinyatakan tidak berdistribusi normal.

		Unstandardized Residual
N		27
Normal	Mean	.0000000
Parameters	Std. Deviation	.95067403
a,b		
Most	Absolute	.115
Extreme	Positive	.113
Difference	Negative	-.115
s		
Test Statistic		.115
Asymp. Sig. (2-tailed)		.200 ^{c,d}

Dalam uji normalitas ini digunakan untuk mengetahui hubungan antara variabel COVID-19 atau (X1) dengan variabel kebugaran atau (Y1) dan hubungan antara variabel COVID-19 atau (X1) dengan variabel kesehatan atau (Y2) apakah dalam setiap hubungan tersebut

Tabel 8. Uji Normalitas Variabel COVID-19 (X1) dengan Kesehatan (Y2)

ANOVA Table

	Sum of Squa res	D f	Mea n Squa re	F	Si g.
KEBUGA Betw (Combi RAN * een ned) COVID- Grou 19 ps	303. 874 300. 576	7 11 1 576	43.4 78.545 300. 576	40.8 32 282. 720	.0 00 .0 00
Deviati on from Linearit y	3.29 8	6	.550	.517	.7 88
Within Groups	20.2 00	1 9	1.06 3		
Total	324. 074	2 6			

Sumber : Hasil Olah Data SPSS V 22.0

Dari hasil uji normalitas antara variabel COVID-19 (X1) dengan variabel kesehatan didapatkan nilai *Asymp.Sig* sebesar 0,200 maka dapat diambil keputusan karena nilai signifikansi lebih besar dari 0,05 maka hubungan antar variabel tersebut berdistribusi normal.

5. Uji Linearitas

Uji linearitas digunakan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan

antara variabel bebas (independen) dengan variabel terikat (dependen).

One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

	Unstandar ized Residual
N	27
Normal Parameters ^{a,b}	Mean Std. Deviation
	.0000000 1.0303951 1
Most Extreme Differences	Absolute Positive Negative
	.119 .109 -.119
Test Statistic	.119
Asymp. Sig. (2-tailed)	.200 ^{c,d}

Dalam penelitian ini peneliti menggunakan 1 (satu) variabel bebas atau independen dan 2 (dua) variabel terikat atau dependen.

Tabel 9. Uji Linearitas COVID-19 (X1) dengan Kebugaran (Y1)

Sumber : Hasil Olah Data SPSS V 22.0

Dari hasil uji linearitas tersebut didapatkan hasil nilai *Deviation From Linearity* sebesar 0,788 karena nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05 maka variabel COVID-19 atau (X1) dengan variabel kebugaran atau (Y1) memiliki hubungan yang linear.

Tabel 10. Uji Linearitas COVID-19 (X1) dengan Kesehatan (Y2)

Sumber : Hasil Olah Data SPSS V 22.0

Dari hasil uji linearitas diatas didapatkan hasil *Deviation From Linearity* sebesar 0,814 nilai signifikansi tersebut lebih besar dari 0,05 maka variabel COVID-19 atau (X1) dengan variabel kesehatan (Y2) memiliki hubunga yang linear.

6. Uji Regresi

Analisis uji regresi adalah suatu kajian dati hubungan antar variabel, yaitu variabel yan diterangkan (the explained variable) dengan satu atau lebih variabel, yaitu variabel yang menerangkan (the explanatory). Dalam melakukan uji regresi syarat yang harus terpenuhi adalah data sudah valid dan reliabel serta sudah di uji dan data sudah normal dan linier. Berikut ini adalah hasil uji regresi antara variabel COVID-19 (X1) dengan kebugaran atau (Y1) dan variabel kesehatan (Y2). Berikut ini adalah dasar pengambilan keputusan uji regresi :

- Jika nilai signifikansi < 0.05 maka variabel X berpengaruh terhadap variabel Y.
- Jika nilai signifikansi > 0.05 maka variabel X tidak berpengaruh terhadap variabel Y.

Tabel 10. Uji Regresi COVID-19 (X1) dengan Kebugaran (Y1)

Model Summary			
R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
.963	.927	.925	.970

The independent variable is COVID-19.

Sumber : Hasil Olah Data SPSS V 22.0

ANOVA Table

	Sum of Squares	df	Mean Square	F	Sign.
KESEHATAN * COVID-19	293.885	7	41.984	33.283	.000
Deviation from Linearity	290.247	1	290.247	230.099	.000
Corrected Total	3.638	6	.606	.481	.814
Within Groups	23.967	19	1.261		
Total	317.852	26			

Dari hasil uji regresi variabel COVID-19 atau (X1) dengan variabel kebugaran atau (Y1) didapatkan hasil nilai *R Square* sebesar 0,927 atau jika dalam persen adalah 92,7% artinya adalah variabel COVID-19 atau (X1) dengan variabel kebugarana atau (Y1) memiliki tingkat hubungan sebesar 92,7%.

Tabel 11. Uji Regresi COVID-19 (X1) dengan Kesehatan (Y2)

Model Summary

R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
.956	.913	.910	1.051

The independent variable is COVID-19.

Sumber : Hasil Olah Data SPSS V 22.0

Dari hasil uji regresi antara variabel COVID-19 atau (X1) dengan variabel kesehatan atau (Y2) didapatkan hasil sebesar 0,913 atau dalam persen sebesar

91,3% maka antara variabel COVID-19 atau (X1) dengan variabel kesehatan atau (Y2) memiliki hubungan sebesar 91,3%.

7. Uji Korelasi

Dalam olah data uji korelasi bertujuan untuk mengetahui tingkat keeratan hubungan antar variabel yang dinyatakan dengan koefisien korelasi

Correlations			
		COVID-19	KESEHATA N
COVID-19	Pearson	1	.956**
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)		
	N		
KESEHATA N	Pearson	.956**	1
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)		
	N		

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed).

Sumber : Hasil Olah Data SPSS V 22.0

Dari hasil uji korelasi antara variabel COVID-19 (X1) dengan variabel kebugaran (Y1) didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,00 maka sesuai dengan pengambilan keputusan karena nilai signifikansi < 0,05 maka terdapat hubungan korelasi antara variabel COVID-19 (X1) dengan kebugaran (Y1). Dan untuk nilai *Pearson Correlation* sebesar 0,963.

(r). dasar pengambilan uji korelasi ini adalah sebagai berikut :

- a. Jika nilai signifikansi < 0.05 maka berkorelasi.
- b. Jika nilai signifikansi > 0.05 maka tidak berkorelasi.

Tabel 12. Uji Korelasi COVID-19 (X1) dengan Kebugaran (Y1)

Berikut ini adalah hasil uji regresi antara variabel COVID-19 atau (X1)

Correlations			
		COVID-19	KEBUGARAN
COVID-19	Pearson	1	.963**
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)		
	N		
KEBUGARAN	Pearson	.963**	1
	Correlation		
	Sig. (2-tailed)		
	N		

** . Correlation is significant at the 0.01 level (2-tailed). dengan variabel kesehatan atau (Y2)

Tabel 13. Uji Korelasi COVID-19 (X1) dengan Kesehatan (Y2)

Sumber : Hasil Olah Data SPSS V 22.0

Dari hasil uji korelasi antara variabel COVID-19 (X1) dengan variabel kesehatan (Y2) didapatkan hasil nilai signifikansi sebesar 0,00 maka sesuai dengan pengambilan keputusan karena nilai signifikansi < 0,05 maka terdapat korelasi antara variabel COVID-19 (X1) dengan variabel kesehatan (Y2) dan untuk nilai *Pearson Correlation* sebesar 0,956.

8. Uji Hipotesis

Dalam penelitian ini terdapat uji hipotesis yang dibagi menjadi dua yaitu uji T dan uji F serta koefisien determinasi. Dimana uji hipotesis tersebut digunakan untuk mengetahui nilai atau pengaruh dari suatu hipotesis penelitian serta pengambilan kesimpulan dari suatu variabel penelitian.

Sumber : Hasil Olah Data SPSS V 22.0

Dari hasil uji T untuk variabel COVID-19 (X1) dengan variabel kebugaran (Y1) didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,00 maka sesuai dengan keputusan $0,00 < 0,05$ maka dikatakan bahwa terdapat pengaruh antara variabel COVID-19 (X1) dengan variabel kebugaran (Y1). Dan untuk nilai uji T yaitu 17,883.

Tabel 15. Uji T COVID-19 (X1) dengan Kesehatan (Y2)

Sumber : Hasil Olah Data SPSS V 22.0

Dari hasil uji T antar variabel COVID-19 (X1) dengan kesehatan (Y2) didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,00 karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($0,00 < 0,05$). Dan untuk nilai uji T sebesar 16,213.

Berikut ini adalah hasil uji F variabel COVID-19 (X1) dengan variabel

Berikut ini adalah uji T dari variabel COVID-19 (X1) dengan variabel kebugaran (Y1) dan Kesehatan (Y2).

Tabel 14. Uji T COVID-19 (X1) dengan

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	-.109	.660		-.165	.870
COVID-19	.743	.046	.956	16.213	.000

a. Dependent Variable: KESEHATAN

Kebugaran (Y1)

kebugaran (Y1) dan variabel kesehatan

Coefficients ^a					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	T	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
1 (Constant)	-.178	.609		-.292	.773
COVID-19	.756	.042	.963	17.883	.000

a. Dependent Variable: KEBUGARAN

(Y2) :

Adapun pengambilan keputusan dari uji F yaitu sebagai berikut :

a. Jika nilai signifikansi $F < 0,05$ maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Artinya semua variabel bebas atau independen memiliki pengaruh signifikan terhadap variabel dependen atau terikat.

b. Jika nilai signifikansi $F > 0,05$ maka H_0 diterima dan H_1 ditolak. Artinya semua variabel bebas atau independen tidak memiliki pengaruh secara signifikan terhadap variabel dependen atau terikat.

Tabel 16. Uji F COVID-19 (X1) dengan Kebugaran (Y1)

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	300.576	1	300.576	319.784	.000 ^b
Residual	23.4985	25	.940		
Total	324.074	26			

a. Dependent Variable: KEBUGARAN

b. Predictors: (Constant), COVID-19

Sumber : Hasil Olah Data SPSS V 22.0

Dari hasil uji F antara variabel COVID-19 (X1) dengan variabel kesehatan (Y2) didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,00 karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($0,00 < 0,05$) maka terdapat hubungan yang simultan antara variabel COVID-19 (X1) dengan variabel kesehatan (Y2) dan untuk nilai uji F tersebut adalah 262,862.[13]

SIMPULAN DAN SARAN

Adapun pembahasan dalam penelitian ini setelah dilakukan olah data dapat disimpulkan bahwa adanya dampak dari COVID-19 terhadap tingkat dan kebugaran crew saat bekerja di atas kapal adalah sebagai berikut :

1. Pengaruh COVID-19 (X1) terhadap kebugaran (Y1)

Sumber : Hasil Olah Data SPSS V 22.0

Dari hasil uji F antara variabel COVID-19 (X1) dengan variabel kebugaran (Y1) didapatkan nilai signifikansi sebesar 0,00 karena nilai signifikansi lebih kecil dari 0,05 ($0,00 < 0,05$) maka terdapat hubungan yang simultan antara variabel COVID-19 (X1) dengan variabel kebugaran (y1) dan untuk nilai uji F sebesar 319.784.

Tabel 17. Uji F COVID-19 (X1) dengan Kesehatan (Y2)

ANOVA^a

Model	Sum of Squares	Df	Mean Square	F	Sig.
1 Regression	290.247	1	290.247	262.862	.000 ^b
Residual	27.605	25	1.104		
Total	317.852	26			

a. Dependent Variable: KESEHATAN

Setelah dilakukan olah data penelitian dengan menggunakan angket atau kuesioner tentang dampak COVID-19 (X1) terhadap kebugaran (Y1) didapatkan bahwa pengaruh tersebut sebesar 92,7% [14] hal ini dibuktikan dengan uji hipotesis antara variabel tersebut sehingga terdapat pengaruh yang signifikan antara COVID-19 (X1) dengan kebugaran (Y1). Berikut ini adalah upaya untuk mengatasi dampak COVID-19 terhadap kebugaran diantaranya adalah sebagai berikut [7] :

a. Pola hidup sehat dan baik

Pola hidup sehat adalah sebuah keadaan sejahtera dari badan, jiwa, dan sosial yang membuat kemungkinan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomi. Kesehatan kerja adalah kondisi dimana pekerja selalu dalam kondisi sehat tanpa

ada hal uang bisa menyebabkan penyakit, cidera atau kerusakan pada anggota tubuh.

b. Pola makan dan pemenuhan gizi yang baik

Ketika beraktivitas tentunya manusia membutuhkan asupan energi dalam sehari-hari. Energi didapatkan dari makanan dengan jumlah proporsi yaitu karbohidrat sebanyak 60%, lemak sebanyak 25%, dan protein sebanyak 15%. Makanan yang dikonsumsi harus mempunyai kandungan gizi yang baik bagi tubuh selain menjaga pola makan. Karena menjaga pola makan secara baik dan teratur dapat meningkatkan daya tahan tubuh.

c. Manajemen waktu istirahat yang baik

Dalam sehari-hari manusia tentunya tidak bisa melakukan pekerjaan secara terus menerus tanpa berhenti sepanjang hari. Setiap seseorang memiliki daya kemampuan masing-masing yang berbeda. Faktor kelelahan merupakan sebuah indikator keterbatasan fungsi pada manusia. Di dalam dunia

crew yang akan bekerja di atas kapal saat pandemi COVID-19 diantaranya adalah sebagai berikut :

a. Memberikan informasi kepada crew mengenai langkah-langkah dan pencegahan dan menerapkan protokol kesehatan sesuai dengan yang di atur oleh WHO dan IMO [9].

b. Siapkan alat perlindungan diri atau APD seperti (masker, pakaian perlindungan diri, kaca mata pelindung, sarung tangan, hand sanitizer, dan alat disinfektan) serta agar selalu memeriksa setiap kondisi dan tingkat sterilisasinya sebelum digunakan [10].

pelayaran waktu jam kerja sudah diatur setiap crew agar tidak mengalami jam kerja yang lebih atau overtime sehingga dapat menciptakan suatu pekerjaan yang efektif dan efisiensi kinerja crew kapal [8].

2. Pengaruh COVID-19 (X1) terhadap kesehatan (Y2)

Setelah dilakukan olah data penelitian dengan menggunakan angket atau kuesioner tentang dampak COVID-19 (X1) terhadap kesehatan (Y2) didapatkan bahwa pengaruh tersebut sebesar 91,3% hal ini dibuktikan dengan uji hipotesis antara variabel tersebut sehingga terdapat pengaruh yang signifikan antara COVID-19 (X1) dengan kesehatan (Y2) [15]. Dengan maraknya penyebaran wabah pandemi virus COVID-19 maka selaku organisasi maritim dunia (IMO), organisasi kesehatan dunia (WHO), dan organisasi perburuhan internasional (ILO) dibantu dengan pusat pencegahan dan pengendalian COVID-19 mengambil sebuah kebijakan dan arahan mengenai ketentuan umum bagi para pelaut atau

c. Untuk perwira jaga persiapkan dokumen keberangkatan dalam hal ini seperti crew list, marine declaration of health, ship condition, voyage passage plane, bill of lading, voyage memo, arrival and departure check list, ship particular, dan dokumen lainnya terkait pelaksanaan dalam operasional kapal [11].

d. Melaksanakan proses sterilisasi dan screening di atas kapal untuk mencegah penyebaran virus COVID-19 di ruangan kapal karena virus dapat mudah menyebar melalui ruangan karena virus dapat menyebar ke seluruh ruangan dan ruangan terbuka dalam suhu tertentu [12].

DAFTAR PUSTAKA

- [1] Bandonu, Adi, 'Penguasaan Dan Pengembangan Iptek Kemaritiman Guna Mewujudkan Indonesia Sebagai Poros Maritim Dunia', 14.3 (2021), 319–27
- [2] Rustam, Ismah, 'Tantangan ALKI Dalam Mewujudkan Cita-cita Indonesia Sebagai Poros Maritim Dunia', *Indonesian Perspective*, 1.1 (2016), 1–21 <<https://doi.org/10.14710/ip.v1i1.10426>>
- [3] Hairunisa, Nany, and Husnun Amalia, 'Review: Penyakit Virus Corona Baru 2019 (COVID-19)', *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 3.2 (2020), 90–100 <<https://doi.org/10.18051/jbiomedkes.2020.v3.90-100>>
- [4] Arifin, Mohammad Danil, 'Dampak Novel Coronavirus COVID-19 Terhadap Global Shipping Dan Industri Kemaritiman Di Indonesia Serta Penanganannya Berdasarkan Rekomendasi WHO Dan IMO Mohammad', May, 2020, 1–22
- [5] Asri, 'Tinjauan Pustaka Kebugaran Jasmani', *Poltekes Denpasar*, 2019, 8–25 <<http://eprints.uny.ac.id/9414/3/BAB2-10604227208.pdf>>
- [6] Atmojo, Joko Tri, Sri Iswahyuni, Rejo Rejo, Catur Setyorini, Kiki Puspitasary, Heni Ernawati, and others, 'Penggunaan Masker Dalam Pencegahan Dan Penanganan Covid-19: Rasionalitas, Efektivitas, Dan Isu Terkini', *Avicenna : Journal of Health Research*, 3.2 (2020), 84–95 <<https://doi.org/10.36419/avicenna.v3i2.420>>
- [7] Indriawati, Ratna, Idiani Darmawati, Tunjung Wibowo, Zulvan Arseta, Rahma Almira, Eva Nurhana, and others, 'Pengendalian Dan Pencegahan Covid-19 Melalui Edukasi Protokol Kesehatan Covid-19 Abstrak', 2021, 1108–11 <<https://doi.org/10.18196/ppm.43.643>>
- [8] H LUQMAN, 'Analisis Penerapan Rest Hour Management Untuk Meningkatkan Kinerja Crew Kapal Mv. Pan Energen', 2019, 2019, 66 <<http://repository.pipsemarang.ac.id/id/eprint/2059>>
- [9] Marlina, Reny, Yuliana Syam, and Bahtiar Bahtiar, 'Analisis Kepatuhan Penggunaan Alat Pelindung Diri Dalam Pelaksanaan Cegah Tangkal Penyakit Covid-19 Di Pintu Negara Pada Petugas Kesehatan Kantor Kesehatan Pelabuhan Kelas I Makassar', *Jurnal Keperawatan Allauddin*, 2.1 (2021), 49–65
- [10] Meirinawati, Meirinawati, and Indah Prabawati, 'Manajemen Keselamatan Dan Kesehatan Kerja Dalam Mewujudkan Zero Accident', *JPSI (Journal of Public Sector Innovations)*, 1.2 (2017), 73 <<https://doi.org/10.26740/jpsi.v1n2.p73-78>>
- [11] Erliyana, Sulida, and Evita Oktaviana, 'Optimalisasi Pelayanan Dokumen Kedatangan Kapal Asing Saat Terjadinya Covid-19', *Majalah Ilmiah Gema Maritim*, 22.2 (2020), 13539 <<https://doi.org/10.37612/gema-maritim.v22i2.10>>

- [12] Rizky, Abdullah, Eko Prastio, and M. Mahlil Nasution, 'Strategi Penerapan Protokol Kesehatan Pada Masa Pandemi Guna Mengurangi Penyebaran Virus Covid-19', *Jurnal Sains Teknologi Dalam Pemberdayaan Masyarakat*, 2.1 (2021),6774<<https://doi.org/10.31599/js tpm.v2i1.715>>
- [13] Anggraini, N. V., Hutahaeen, S., & Amalia, R. (2021). Peningkatan Kebugaran Tubuh Dalam Upaya Peningkatan Kesejahteraan Kerja Bagi Pekerja Di Masa Pandemi Covid 19. *IKRA-ITH ABDIMAS*, 4(3), 47-55.
- [14] Festiawan, R., Kusuma, I. J., Ngadiman, N., & Widanita, N. (2021). Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Kebugaran Jasmani dan Kesehatan Mental Di Era Pandemi Covid-19 Melalui Workshop Home-Based Training Program Berbasis Virtual Conference. *Jurnal Berkarya Pengabdian Masyarakat*, 3(2), 78-85.
- [15] SYAHRIAL,S. (2020). Dampak COVID-19 terhadap tenaga kerja di Indonesia. *Jurnal Ners*, 4(2), 21-29.