

## **BAB V**

### **PENUTUP**

#### **V.1 Kesimpulan**

Hasil analisis yang berjudul “Hubungan Antara Beban Kerja Fisik dan Suhu Lingkungan dengan Gejala Dehidrasi pada Pekerja *Laundry* di Jakarta Selatan Tahun 2024” menghasilkan beberapa kesimpulan yang dapat diambil, diantaranya:

- a. Diketahui mayoritas pekerja di tempat *laundry* di Jakarta Selatan telah memiliki gejala dehidrasi berat pada saat bekerja yaitu sebanyak 48 pekerja (54,5%).
- b. Diketahui sebanyak 54 orang (61,4%) dari 88 responden memiliki beban kerja fisik sedang.
- c. Diketahui sejumlah 69 orang (78,4%) dari 88 responden memiliki suhu lingkungan tidak sesuai.
- d. Tidak terdapat hubungan beban kerja fisik dengan gejala dehidrasi pada pekerja *laundry* di Jakarta Selatan tahun 2024 (*p-value* 0,769).
- e. Terdapat hubungan suhu lingkungan dengan gejala dehidrasi pada pekerja *laundry* di Jakarta Selatan tahun 2024 (*p-value* 0,016).

#### **V.2 Saran**

- a. Bagi pemilik *laundry* diharapkan menyediakan galon air minum sehingga pekerja mudah menjangkau untuk mengambil air minum serta memberikan ruang khusus yang ber-AC sehingga pekerja tidak sering terpapar suhu panas dan juga memasang *exhaust fan* untuk pertukaran udara.
- b. Bagi Karyawan mungkin mengalami bibir kering dan kebutuhan minum cairan meningkat karena dehidrasi. Berhentilah sejenak dan minumlah banyak air atau cairan lain tetapi hindari minuman berwarna jika mengalami salah satu gejala dehidrasi.