

BAB V

PENUTUP

V.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada pekerja Pabrik Tahu X dan Y di Jakarta Selatan diperoleh kesimpulan penelitian sebagai berikut :

- a. Distribusi frekuensi tingkat keluhan *heat strain* pada pekerja Pabrik tahu X dan Y sebagian besar mengalami keluhan ringan (61,7%).
- b. Distribusi frekuensi umur pada pekerja Pabrik tahu X dan Y sebagian besar memiliki umur < 40 tahun (63.8%).
- c. Distribusi frekuensi IMT pada pekerja Pabrik tahu X dan Y sebagian besar memiliki IMT dengan kategori normal (72,3%).
- d. Distribusi frekuensi status hidrasi pada pekerja Pabrik tahu X dan Y sebagian besar merupakan kelompok berisiko (55,3%) karena memiliki status hidrasi < 11 gelas.
- e. Terdapat hubungan antara tekanan panas dengan keluhan *heat strain* pada pekerja Pabrik Tahu X dan Y di Jakarta Selatan tahun 2019 dengan nilai *P value* = 0,022.
- f. Tidak terdapat hubungan antara umur dengan keluhan *heat strain* pada pekerja Pabrik Tahu X dan Y di Jakarta Selatan tahun 2019 dengan nilai *P value* = 0.062.
- g. Tidak terdapat hubungan antara IMT dengan keluhan *heat strain* pada pekerja Pabrik Tahu X dan Y di Jakarta Selatan tahun 2019 dengan nilai *P value* = 0,199.
- h. Terdapat hubungan antara status hidrasi dengan keluhan *heat strain* pada pekerja Pabrik Tahu X dan Y di Jakarta Selatan tahun 2019 dengan nilai *P value* = 0,033.

V.2 Saran

Setelah meninjau hasil penelitian dan pembahasan, maka dirumuskan beberapa saran sebagai berikut :

a. Bagi Pabrik Tahu X dan Y

- 1) Perlu adanya perbaikan, perawatan, dan penyediaan exhaust fan di ruang produksi agar sirkulasi udara dapat mengalir dengan baik, sehingga panas di tempat kerja dapat dialirkan ke luar dengan lancar.
- 2) Memastikan ketersediaan air yang cukup bagi seluruh pekerja, dan menyediakan air minum yang mudah dijangkau oleh pekerja.
- 3) Pemberian informasi kepada pekerja mengenai pajanan tekanan panas sehingga pekerja tau gejala dan bahaya apa saja yang dapat terjadi akibat tekanan panas.
- 4) Serta penempelan poster di area kerja seperti anjuran untuk minum \geq 11 gelas setiap hari dan pentingnya mengkonsumsi air minum.

b. Bagi Pekerja Pabrik Tahu X dan Y

- 1) Dianjurkan untuk mengkonsumsi air minum \geq 11 gelas setiap hari, dimana 1 gelas diminum tiap 15-20 menit.
- 2) Diharapkan pekerja dapat mengenali keluhan *heat strain* dan mengetahui tindakan apa yang harus mereka lakukan ketika mereka atau rekan kerja mengalami keluhan tersebut.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

- 1) Diharapkan peneliti selanjutnya dapat meneliti faktor lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.
- 2) Disarankan untuk menambah jumlah sampel dan memperluas lokasi penelitian.