

Perbedaan Kelelahan Sebelum Dan Sesudah Pemberian Air Kelapa Pada Pekerja Di Sebuah Industri Pengecoran Logam Di Cirebon (2008 - Skripsi)

Handra Permanah -- E2A004036  
(2008 - Skripsi)

Tenaga kerja yang selalu terpapar suhu panas selama bekerja akan mengalami dehidrasi dan selanjutnya menyebabkan kelelahan. Untuk mencegah dehidrasi dan kelelahan yang lebih berat maka tenaga kerja membutuhkan cairan yang mengandung elektrolit sebagai pengganti cairan tubuh yang hilang seperti air kelapa. Air kelapa mengandung mineral makro dan mikro yang baik bagi tubuh. Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui adanya perbedaan kelelahan sebelum dan sesudah pemberian air kelapa pada tenaga kerja pengecor logam. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian penjelasan dengan metode penelitian eksperimen semu. Populasi dalam penelitian ini adalah 31 pekerja di sebuah industri pengecoran logam di Cirebon. Sampel diambil secara total populasi. Pengambilan data untuk kelelahan obyektif dilakukan dengan menggunakan alat *reaction timer*. Analisa data menggunakan uji Wilcoxon dengan taraf signifikansi 0,05. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rerata kecepatan waktu reaksi setelah bekerja tanpa perlakuan adalah 421,4 mili detik, sedangkan dengan perlakuan adalah 316,9 mili detik. Dari uji statistik Wilcoxon didapatkan bahwa ada perbedaan kelelahan sebelum dan sesudah pemberian air kelapa ( $p= 0,001$ ). Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa terjadi penurunan kelelahan setelah pemberian air kelapa.

**Kata Kunci:** Kelelahan, Air Kelapa, Pengecoran Logam