

ABSTRAK

Tekanan panas merupakan salah satu faktor bahaya fisik yang berada di tempat kerja. Tekanan panas yang melebihi nilai ambang batas dapat menimbulkan berbagai keluhan kesehatan akibat tekanan panas (*heat strain*). *Heat strain* dapat dicegah dengan mengkonsumsi air putih dengan jumlah yang adekuat, yaitu 250 ml setiap 30 menit.

Penelitian ini merupakan penelitian observasional dengan rancang bangun *cross sectional*. Populasi dan sampel pada penelitian ini adalah 16 pekerja pandai besi di Desa Bantaran, Kecamatan Bantaran, Kabupaten Probolinggo. Data terkait pengaturan waktu kerja setiap jam dan keluhan subjektif didapatkan dengan menggunakan lembar kuesioner. Tekanan panas diukur dengan menggunakan *Heat Stress Apparatus Quest Temp 36* sedangkan data terkait beban kerja dan konsumsi air minum didapatkan dengan menggunakan lembar pengamatan. Variabel yang digunakan pada penelitian ini adalah konsumsi air minum sebagai variabel independen dan keluhan subjektif akibat panas sebagai variabel dependen.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden (68,8%) bekerja dengan pengaturan waktu kerja sebesar 75%-100%. Sebagian besar responden (87,5%) bekerja dengan tekanan panas yang melebihi nilai ambang batas. Selain itu, sebagian besar responden (75,0%) mengkonsumsi air minum dengan jumlah kurang dari anjuran. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 56,3% dari jumlah responden memiliki frekuensi minum lebih dari atau sama dengan 16 kali/hari. Seluruh responden mengkonsumsi air putih pada saat bekerja dan lokasi air minum terjangkau oleh responden. Keluhan yang selalu dirasakan adalah keringat berlebih dan sebagian besar responden (87,5%) merasakan cepat haus. Hasil uji korelasi *Spearman* menunjukkan adanya hubungan antara kuantitas air minum dengan keluhan subjektif akibat tekanan panas ($p=0,011$, $r= -0,615$). Selain itu, terdapat hubungan antara frekuensi minum dengan keluhan akibat subjektif akibat tekanan panas ($p=0,043$, $r= -0,512$).

Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara konsumsi air minum dengan keluhan subjektif akibat tekanan panas, terutama kuantitas air minum dan frekuensi minum. Oleh karena itu, disarankan kepada pekerja pandai besi di Desa Bantaran, Kecamatan Bantaran, Kabupaten Probolinggo untuk mengkonsumsi air minum dengan jumlah 250 ml setiap 30 menit selama bekerja.

Kata Kunci : Konsumsi air minum, keluhan subjektif, tekanan panas