

ABSTRAK

PENGARUH PEMBERIAN AIR KELAPA MUDA TERHADAP PENURUNAN KELELAHAN KERJA PADA PEKERJA KOSNTRUKSI

Baby Tio Ivana Kumakauw

NIM: 173313010003

Sarjana Kesehatan Masyarakat

Fakultas Kesehatan Masyarakat

Universitas Prima Indonesia

Kelelahan kerja merupakan bagian dari permasalahan umum yang sering dijumpai pada tenaga kerja. Baik pekerjaan bersifat formal maupun informal semua jenis pekerjaan dapat menimbulkan kelelahan kerja. Kelelahan kerja itu sendiri dapat meningkatkan tingkat kesalahan kerja serta menurunkan kinerja seorang pekerja. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap penurunan kelelahan kerja pada pekerja konstruksi. Jenis penelitian yang digunakan adalah analitik dengan *Quasi Experimental*. Populasi penelitian ini adalah seluruh pekerja proyek Karimun Harmoni Indah dan proyek Dang Merdu Indah sebanyak 60 orang. Berdasarkan hasil uji statistik dengan uji *Wilcoxon* menunjukkan ada pengaruh variabel eksperimen yang diberikan air kelapa muda terhadap penurunan kelelahan kerja ($p\text{-value}=0,029$), dan variabel yang tidak berpengaruh adalah kelompok kontrol yang tidak diberikan air kelapa muda terhadap penurunan kelelahan kerja ($p\text{-value}=0,317$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap penurunan kelelahan kerja pada pekerja konstruksi. Saran untuk pekerja konstruksi adalah sebaiknya dapat mengonsumsi air kelapa muda pada saat bekerja untuk mengurangi terjadinya kelelahan kerja.

Kata Kunci : Kelelahan Kerja, Air Kelapa Muda, Pekerja Konstruksi
Daftar Pustaka : 20 (2013-2020)