

## KUESIONER

No. Responden : .....

Area/Unit Pekerjaan : ..... #Tekanan Panas : .....

### Data Diri

Nama : .....

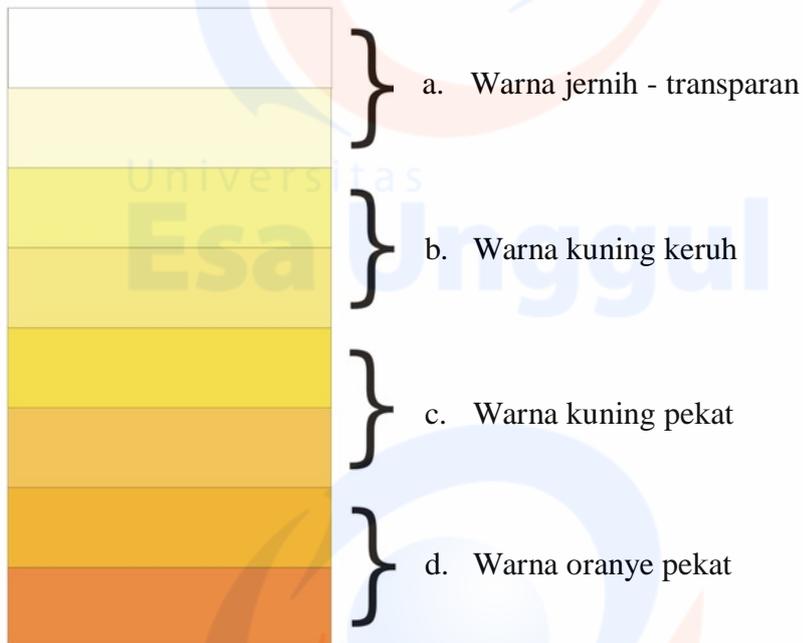
Usia (terhitung sampai saat ini) : ..... tahun

### Data Kesehatan

Riwayat penyakit yang diketahui dan didiagnosa oleh dokter :

- Diabetes Mellitus
- Hipertensi
- Jantung
- Tidak pernah mengalami penyakit Diabetes Mellitus, Hipertensi, dan Jantung

Manakah dibawah ini yang merupakan warna dari urine anda ?



# Tinggi Badan : ..... cm

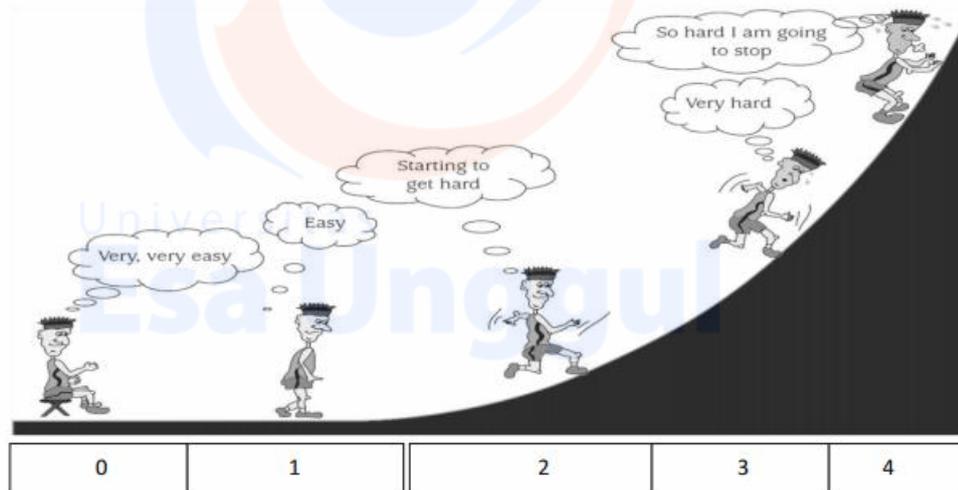
# Berat Badan : ..... Kg

Scale of Heat Strain Score Index (HSSI)

Isilah pertanyaan berikut ini dengan baik dan benar sesuai dengan kondisi yang anda rasakan saat bekerja!

1. Bagaimana perasaan anda tentang suhu udara di tempat kerja anda?
  - a. Sangat Dingin
  - b. Dingin
  - c. Sedikit dingin
  - d. Normal
  - e. Sedikit Panas
  - f. Panas
  - g. Sangat Panas
  
2. Bagaimana anda merasakan tingkat kelembaban di tempat kerja anda?
  - a. Kering (perasaan di mulut dan tenggorokan)
  - b. Tepat dan diinginkan
  - c. Kulit basah
  - d. Pakaian menempel ke permukaan kulit dengan keringat
  - e. Kehilangan keringat dari permukaan kulit
  
3. Bagaimana anda merasakan suhu permukaan yang berdekatan karena kontak dengan tangan anda?
  - a. Merasa terlalu dingin
  - b. Merasa dingin
  - c. Tidak merasa dingin dan panas
  - d. Merasa panas
  - e. Merasa terlalu panas
  
4. Bagaimana anda merasakan aliran udara di tempat kerja anda?
  - a. Adanya sirkulasi cuaca dingin
  - b. Keberadaan saat cuaca dingin
  - c. Aliran lembut dari udara
  - d. Aliran moderate udara hangat
  - e. Ekstrim saat cuaca panas

5. Sementara anda bekerja intensitas aktivitas fisik manakah yang anda lakukan seperti kondisi berikut?



6. Bagian mana yang berkeringat saat anda bekerja?
- Saya tidak merasa seperti berkeringat
  - Saya merasa berkeringat di ketiak dan pangkal paha
  - Saya merasa keringat di dada dan punggung
  - Berkeringat hingga pakaian basah
  - Berkeringat begitu parah hingga terasa di kepala dan wajah
  - Berkeringat begitu parah hingga mengalir diseluruh tubuh saya
7. Seberapa banyak kelelahan anda di tempat kerja?
- Tidak lelah samasekali
  - Sedikit lelah
  - Lelah
  - Sangat lelah
8. Berapa jumlah air yang anda konsumsi per hari?
- < 8 gelas per hari
  - > 8 gelas per hari
9. Bagaimana intensif anda menderita panas?
- Tidak terganggu
  - Agak terganggu
  - Terganggu
  - Sangat terganggu
10. Bagaimana perasaan anda tentang ukuran ruangan kerja?
- Luas
  - Sempit

11. Bagaimana sistem ventilasi di tempat kerja anda?
  - a. Ventilasi yang tepat
  - b. Ventilasi yang kurang
  - c. Tidak ada ventilasi
  
12. Dilingkungan mana anda melakukan tugas-tugas anda?
  - a. Dalam ruangan
  - b. Luar dan dalam ruangan
  - c. Luar ruangan
  
13. Apa jenis pakaian yang anda gunakan saat anda bekerja?
  - a. Kaos dan celana jeans (tidak ada pakaian kerja)
  - b. Pakaian kerja normal (pakaian kemeja + celana)
  - c. Jas lengkap
  - d. Pakaian berat atau wol
  - e. Pakaian pelindung kimia
  - f. Sepenuhnya tertutup baju dengan kerudung dan sarung tangan
  
14. Apa warna pakaian kerja anda?
  - a. Warna terang, contoh : putih, cream, biru muda, kuning, orange, dll
  - b. Warna gelap, contoh : hitam, coklat tua, merah tua, biru tua, dll
  
15. Terbuat dari bahan apakah pakaian kerja anda?
  - a. Cotton
  - b. Kapas dan serat sintetis
  
16. Selama bekerja, peralatan yang anda gunakan termasuk peralatan pelindung pribadi berikut?
  - a. Alat bantu pernafasan mandiri
  - b. Penuh wajah respirator
  - c. Setengah wajah respirator
  - d. Apron
  - e. Masker
  - f. Helm
  - g. Ear muff
  
17. Bagaimana posisi kerja anda selama bekerja?
  - a. Biasanya duduk
  - b. Biasanya berdiri dengan mobilitas rendah
  - c. Berdiri dengan mobilitas tinggi
  - d. Biasanya berjalan

18. Gejala apa yang anda alami selama bekerja?

- a. Ringan sakit kepala
- b. Pusing
- c. Lemas
- d. Nyeri otot
- e. Konsentrasi rendah
- f. Tidak ada