

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN.....	iii
INTISARI.....	iv
ABSTRACT.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii

	Halaman
BAB I	PENDAHULUAN
A.	Latar Belakang..... 1
B.	Perumusan Masalah..... 7
C.	Tujuan Penelitian..... 8
D.	Manfaat Penelitian..... 8
E.	Keaslian Penelitian..... 9
BAB II	TINJAUAN PUSTAKA
A.	Telaah Pustaka
1.	Air..... 14
a.	Cairan Tubuh..... 14
b.	Kebutuhan Cairan..... 17
c.	Keseimbangan Cairan Dan Elektrolit..... 20
d.	Penyerapan Air..... 25
2.	Dehidrasi..... 27
a.	Pengertian Dehidrasi..... 27
b.	Mekanisme Dehidrasi..... 29
3.	Anatomi Fisiologis Ginjal..... 33
a.	Ginjal..... 33
b.	Proses Pembentukan Urin..... 36
c.	<i>Water Clearance</i> 41
4.	Minuman Isotonik..... 43
5.	Siwalan (<i>Borassus flabellifer</i> L.)..... 44
6.	Air Kelapa (<i>Cocos nucifera</i> L.)..... 48
7.	Status Hidrasi..... 51
8.	Rehidrasi..... 54
B.	Kerangka Teoritis..... 56
C.	Kerangka Konseptual..... 57
D.	Hipotesis..... 57
BAB III	METODOLOGI PENELITIAN
A.	Jenis Dan Rancangan Penelitian..... 58
B.	Lokasi Dan Waktu Penelitian..... 58
C.	Subjek Penelitian..... 59

1. Populasi Penelitian.....	59
2. Subjek Penelitian.....	59
3. Besar Sampel.....	59
4. Cara Pengambilan Sampel.....	60
D. Variabel Penelitian.....	60
E. Definisi Operasional.....	61
F. Instrumen Penelitian.....	63
G. Cara Analisis Data.....	64
H. Etika Penelitian.....	64
I. Jalannya Penelitian.....	65
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Hasil Penelitian.....	69
1. Karakteristik Subjek Penelitian.....	69
2. Hasil Pemeriksaan Osmolalitas Urin.....	71
a. Nilai Osmolalitas Urin Pada Kelompok Air Siwalan Kemasan.....	72
b. Nilai Osmolalitas Urin Pada Kelompok Air Kelapa Kemasan.....	73
c. Perbedaan Nilai Osmolalitas Urin Sebelum Dan Setelah Perlakuan Pada Kelompok Air Siwalan Kemasan Dan Air Kelapa Kemasan.....	74
d. Status Hidrasi Subjek Penelitian.....	76
e. Data Biokimia Urin Untuk Perhitungan Osmolalitas Urin.....	78
B. Pembahasan.....	80
1. Osmolalitas Urin Sebelum Perlakuan, Setelah Perlakuan, Dan Setelah Fase Rehidrasi.....	80
2. Perbedaan Nilai Osmolalitas Urin Pada Kelompok Air Siwalan Kemasan Dan Air Kelapa Kemasan.....	89
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	94
B. Saran.....	94
DAFTAR PUSTAKA.....	94
LAMPIRAN.....	105

DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 1. Distribusi Air Tubuh.....	14
Gambar 2. Ginjal dan Bagian-Bagiannya.....	34
Gambar 3. Pohon dan Buah Siwalan.....	45
Gambar 4. Persamaan Perhitungan Osmolalitas Urin.....	54
Gambar 5. Kerangka Teoritis.....	56
Gambar 6. Kerangka Konseptual.....	57
Gambar 7. Bagan Jalannya Penelitian.....	58
Gambar 8. Protokol Uji Rehidrasi.....	68
Gambar 9. Grafik Perubahan Nilai Osmolalitas Urin.....	71

DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 1. Komposisi Nira Siwalan.....	46
Tabel 2. Kandungan Gizi Air Siwalan Kemasan.....	47
Tabel 3. Komposisi Air Kelapa.....	49
Tabel 4. Komposisi Vitamin Air Kelapa.....	49
Tabel 5. Kandungan Gizi Air Kelapa Kemasan.....	50
Tabel 6. Perhitungan Sampel Berdasarkan Output Penelitian.....	60
Tabel 7. Gambaran Karakteristik Subjek Penelitian.....	69
Tabel 8. Hasil Uji Homogenitas Karakteristik Subjek Penelitian.....	70
Tabel 9. Perbedaan Nilai Osmolalitas Urin Kelompok Air Siwalan Kemasan.....	72
Tabel 10. Perbedaan Nilai Osmolalitas Urin Kelompok Air Kelapa Kemasan.....	73
Tabel 11. Perbedaan Nilai Osmolalitas Urin Kelompok Air Siwalan Kemasan dan Air Kelapa Kemasan.....	75
Tabel 12. Perubahan Perbedaan Penurunan Nilai Osmolalitas Urin Air Siwalan Kemasan Dan Air Kelapa Kemasan.....	75
Tabel 13. Status Hidrasi Subjek Penelitian.....	77
Tabel 14. Data Biokimia Urin Kelompok Air Siwalan Kemasan.....	78
Tabel 15. Data Biokimia Urin Kelompok Air Kelapa Kemasan.....	79

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran	Halaman
Lampiran 1. <i>Ethical Clearance</i>	106
Lampiran 2. Surat Izin Penelitian.....	107
Lampiran 3. Hasil Uji Kandungan Air Siwalan Kemasan.....	108
Lampiran 4. Formulir <i>Informed Consent</i>	109
Lampiran 5. Formulir <i>Subjective Hydration Assessment</i>	110
Lampiran 6. Formulir Pengambilan Data.....	111
Lampiran 7. Formulir Adaptasi Subjek Penelitian.....	113
Lampiran 8. Data Osmolalitas Urin.....	115
Lampiran 9. Hasil <i>Subjective Hydration Assessment</i>	116
Lampiran 10. Hasil Analisa Statistik.....	116
Lampiran 11. Dokumentasi Penelitian.....	122