

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN	iii
PERSEMBAHAN	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
INTISARI.....	xiv
ABSTRACT	xv
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	7
D. Manfaat Penelitian	7
E. Keaslian Penelitian	7
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Tinjauan Pustaka.....	10
1. Dehidrasi	10
2. Cairan dan Elektrolit Tubuh.....	11
3. Ginjal	14
4. Regulasi Keseimbangan Cairan dan Elektrolit Tubuh	16
5. Rehidrasi	20
6. Minuman Isotonis.....	21
7. Pohon Siwalan (<i>Borassus flabellifer</i> L.).....	22
8. Air Kelapa (<i>Cocos nucifera</i> L.)	24
9. Sepak Bola	25
10. Metode Pengukuran Status Hidrasi dengan Elektrolit Urin	27
B. Kerangka Teori.....	28



C. Kerangka Konsep	29
D. Hipotesis.....	29
BAB III. BAHAN DAN METODE PENELITIAN.....	30
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	30
B. Subjek Penelitian.....	30
C. Variabel Penelitian.....	32
D. Definisi Operasional Variabel.....	33
E. Instrumen Penelitian	34
F. Manajemen dan Analisis Data	35
G. Etika Penelitian.....	36
H. Jalannya Penelitian	36
I. Kelemahan Penelitian.....	39
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	41
A. Hasil Penelitian.....	41
B. Pembahasan	48
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	57
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN.....	64

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Grafik Kompartemen Cairan Tubuh Manusia Dewasa	12
Gambar 2. Grafik Asupan dan Keluaran Cairan pada Manusia	14
Gambar 3. Struktur Internal Ginjal Manusia	15
Gambar 4. Respon Tubuh terhadap Penurunan Volume CES.....	17
Gambar 5. Respon Tubuh terhadap Peningkatan Volume CES	19
Gambar 6. Mekanisme Gangguan Keseimbangan Cairan dan Elektrolit Tubuh	28
Gambar 7. Kerangka Konsep Penelitian.....	29
Gambar 8. Protokol Penelitian Rehidrasi dengan Air Kelapa dan Air Siwalan	39
Gambar 9. Skema Desain Cross-Over dalam Penelitian	39
Gambar 10. Grafik Perubahan Kadar Na ⁺ Urin Sebelum dan Setelah Perlakuan...	46
Gambar 11. Grafik Perubahan Kadar K ⁺ Urin Sebelum dan Setelah Perlakuan.....	46

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Komposisi Rata-rata Urin.....	16
Tabel 2. Komposisi Nira Siwalan Pohon Jantan (per 100 ml)	23
Tabel 3. Komposisi Produk Air Siwalan (per 100 ml).....	24
Tabel 4. Komposisi Produk Air Kelapa (per liter)	25
Tabel 5. Jumlah Responden yang Dibutuhkan dalam Penelitian	32
Tabel 6. Gambaran Distribusi Subjek Penelitian.....	41
Tabel 7. Karakteristik Subjek Penelitian	42
Tabel 8. Hasil Uji Kadar Elektrolit Urin pada Kelompok Air Siwalan.....	43
Tabel 9. Hasil Uji Kadar Elektrolit Urin pada Kelompok Air Kelapa	44
Tabel 10. Perbedaan Hasil Uji Kadar Na ⁺ Urin Kelompok Air Siwalan dengan Air Kelapa dalam Urin pagi hari, Urin 1 Jam Fase Rehidrasi, dan Urin 2 Jam Fase Rehidrasi.....	47
Tabel 11. Perbedaan Hasil Uji Kadar K ⁺ Urin Kelompok Air Siwalan dengan Air Kelapa dalam Urin pagi hari, Urin 1 Jam Fase Rehidrasi, dan Urin 2 Jam Fase Rehidrasi.....	48

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Etika Penelitian
- Lampiran 2. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 3. Hasil Uji Kandungan Air Siwalan
- Lampiran 4. Naskah Penjelasan Penelitian
- Lampiran 5. Formulir *Informed Consent*
- Lampiran 6. Instrumen Penelitian
- Lampiran 7. Dokumentasi
- Lampiran 8. Hasil Uji Statistik