

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN .....	ii
HALAMAN PERNYATAAN .....	iii
HALAMAN PERSEMBAHAN.....	iv
KATA PENGANTAR.....	v
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
INTISARI .....	xiv
<i>ABSTRACT</i> .....	xv
BAB I. PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	6
E. Keaslian Penelitian.....	6
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	9
A. Telaah Pustaka .....	9
1. Air Sebagai Zat Gizi Essensial .....	9
2. Keseimbangan Cairan dalam Tubuh .....	10
3. Status Hidrasi .....	12
4. Asupan Cairan.....	14
5. Pengukuran Status Hidrasi.....	15
6. Faktor Risiko Dehidrasi .....	18
7. Penyuluhan.....	21

B.	Kerangka Teoretis .....	26
C.	Kerangka Konseptual .....	27
D.	Hipotesis .....	27
BAB III. METODOLOGI PENELITIAN .....		28
A.	Jenis dan Rancangan Penelitian .....	28
B.	Lokasi dan Waktu Penelitian .....	29
C.	Populasi Penelitian .....	29
D.	Variabel Penelitian .....	31
E.	Definisi Operasional .....	31
F.	Instrumen Penelitian .....	32
G.	Jenis dan Cara Pengumpulan Data .....	33
H.	Manajemen dan Analisis Data .....	36
I.	Etika Penelitian .....	37
J.	Jalannya Penelitian .....	37
K.	Kelemahan Penelitian .....	39
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN .....		40
A.	Hasil .....	40
1.	Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....	40
2.	Karakteristik Responden .....	41
3.	Pengetahuan .....	42
4.	Asupan Cairan .....	42
5.	Status Hidrasi .....	43
B.	Pembahasan .....	46
1.	Pengaruh Penyuluhan Kebutuhan Air Minum Bagi Tubuh terhadap Pengetahuan Responden .....	46
2.	Pengaruh Penyuluhan Kebutuhan Air Minum Bagi Tubuh dan Pemberian Kartu PURI terhadap Asupan Cairan Responden .....	49



UNIVERSITAS  
GADJAH MADA

**PENGARUH PENYULUHAN KEBUTUHAN AIR MINUM BAGI TUBUH DAN PEMBERIAN KARTU PURI (PEMERIKSAAN URIN SENDIRI) TERHADAP PERUBAHAN PENGETAHUAN KEBUTUHAN AIR MINUM BAGI TUBUH, KECUKUPAN ASUPAN CAIRAN DAN TINGKAT HIDRASI PADA MAHASISWA NON KESEHATAN DI YOGYAKARTA**

CHORNELIA CITANINDYA, Dr. Siti Helmyati, DCN, M.Kes; Tri Siswati, SKM, M.Kes  
3. Status Hidrasi ..... 52  
Universitas Gadjah Mada, 2016 | Diunduh dari <http://etd.repository.ugm.ac.id/>

BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN ..... 55

DAFTAR PUSTAKA ..... 57

LAMPIRAN ..... 63



UNIVERSITAS  
GADJAH MADA

**PENGARUH PENYULUHAN KEBUTUHAN AIR MINUM BAGI TUBUH DAN PEMBERIAN KARTU PURI (PEMERIKSAAN URIN SENDIRI) TERHADAP PERUBAHAN PENGETAHUAN KEBUTUHAN AIR MINUM BAGI TUBUH, KECUKUPAN ASUPAN CAIRAN DAN TINGKAT HIDRASI PADA MAHASISWA NON KESEHATAN DI YOGYAKARTA**  
CHORNELIA CITANINDYA, Dr. Siti Helmyati, DGN, M.Kes; Tri Siswati, SKM, M.Kes  
Universitas Gadjah Mada, 2016 | Diunduh dari <http://etd.repository.ugm.ac.id/>

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Volume Air menurut Sumber dan Pengeluaran Tubuh.....	11
Tabel 2. Rata-rata Skor Pengetahuan.....	42
Tabel 3. Rata-rata Jumlah Asupan Cairan .....	42
Tabel 4. Rata-rata Status Hidrasi .....	43



UNIVERSITAS  
GADJAH MADA

**PENGARUH PENYULUHAN KEBUTUHAN AIR MINUM BAGI TUBUH DAN PEMBERIAN KARTU PURI (PEMERIKSAAN URIN SENDIRI) TERHADAP PERUBAHAN PENGETAHUAN KEBUTUHAN AIR MINUM BAGI TUBUH, KECUKUPAN ASUPAN CAIRAN DAN TINGKAT HIDRASI PADA MAHASISWA NON KESEHATAN DI YOGYAKARTA**  
CHORNELIA CITANINDYA, D. Sitti Helmyati, DGN, M.Kes; Tri Siswati, SKM, M.Kes  
Universitas Gadjah Mada, 2016 | Diunduh dari <http://etd.repository.ugm.ac.id/>

**DAFTAR GAMBAR**

Gambar 1. Indikator Warna Urin.....	17
Gambar 2. Kerangka Teoretis .....	26
Gambar 3. Kerangka Konseptual .....	27
Gambar 4. Diagram Status Hidrasi Kelompok Kontrol .....	44
Gambar 5. Diagram Status Hidrasi Kelompok Eksperimen.....	45

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat <i>Ethical Clearence</i> .....	64
Lampiran 2. Lembar Penjelasan Kepada Calon Subjek.....	65
Lampiran 3. Formulir <i>Informed Consent</i> .....	68
Lampiran 4. Formulir Data Diri .....	69
Lampiran 5. Kuisisioner Pengetahuan Kebutuhan Air Minum bagi Tubuh.....	70
Lampiran 6. Pedoman Pengisian Kuisisioner <i>3-days fluid diary</i> .....	72
Lampiran 7. Kuisisioner <i>3-days fluid diary</i> .....	73
Lampiran 8. Formulir Pencatatan Status Hidrasi.....	74
Lampiran 9. Kartu PURI (Pemeriksaan Urin Sendiri) .....	75
Lampiran 10. <i>Leaflet</i> Kebutuhan Air Minum Bagi Tubuh.....	76
Lampiran 11. Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Kuisisioner Pengetahuan .....	78
Lampiran 12. Hasil Analisis Pengetahuan.....	80
Lampiran 13. Hasil Analisis Asupan Cairan .....	85
Lampiran 14. Hasil Analisis Status Hidrasi.....	91