

## Hubungan status gizi dan faktor lainnya dengan status hidrasi pada remaja di 3 SMA Kota Bekasi tahun 2013 = Nutritional status and other factors in relation to hydration status of 3 senior high school s students at Bekasi 2013

Annisa Nursita Angesti, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20346181&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Air merupakan zat gizi penting yang dibutuhkan oleh tubuh. Kekurangan cairan tubuh dapat menimbulkan kondisi dehidrasi sehingga menyebabkan penurunan performa fisik, kognitif dan mental termasuk tingkat konsentrasi. Kondisi dehidrasi tidak hanya terjadi pada anak-anak dan dewasa, tetapi juga pada remaja.

Penelitian ini merupakan penelitian cross sectional untuk mengetahui hubungan status gizi dan faktor lainnya dengan status hidrasi pada remaja di 3 SMA di Kota Bekasi tahun 2013. Data yang dikumpulkan meliputi status hidrasi, status gizi, pengetahuan air dan dehidrasi, asupan air, kebiasaan minum, aktivitas fisik dan karakteristik responden (jenis kelamin, usia, jumlah uang saku).

Status hidrasi diukur menggunakan grafik warna urin, status gizi dengan antropometri, dan asupan air dengan food recall 2x24 jam. Pengetahuan air dan dehidrasi, kebiasaan minum, aktivitas fisik dan karakteristik responden (jenis kelamin, usia, jumlah uang saku) diukur menggunakan kuesioner.

Hasil penelitian menunjukkan dari 153 total responden terdapat 62,7% remaja yang mengalami dehidrasi. Faktor yang berhubungan secara bermakna adalah status gizi, pengetahuan air dan dehidrasi, asupan air, kebiasaan minum, jenis kelamin, dan usia. Proporsi remaja yang mengalami dehidrasi lebih tinggi pada remaja yang memiliki status gizi lebih, berpengetahuan air dan dehidrasi yang rendah, memiliki asupan air yang rendah, berjenis kelamin laki-laki dan berusia 16 tahun. Diperlukan perhatian atau upaya lebih untuk meningkatkan pengetahuan dan praktik mengenai gizi seimbang termasuk pentingnya memenuhi kebutuhan cairan tubuh.

.....

Water is an important nutrient required for the body. Loss of water can lead dehydration and decreased physical, mental, and cognitive performance. Dehydration not only occurs in children and elderly, but also in adolescents. The study was a cross sectional design to determine the relation between of nutritional status and other factors to hydration status of 3 senior high school's student at Bekasi 2013. Data include hydration status, nutritional status, knowledge of water and dehydration, water intake, drinking habits, physical activity, and characteristic of subjects (sex, age and amount of pocket money).

Hydration status was measured by urine color graph, nutritional status by anthropometri, and water intake by 2x24 hours food recall. Knowledge of water and dehydration, drinking habits, physical activity, and characteristic of subjects (sex, age and amount of pocket money) was measured by questionnaire.

With 153 subjects this study showed 62,7% of adolescents are dehydration. Factor associated are nutritional status, knowledge of water and dehydration, water intake, drinking habits, sex and age. However, dehydration higher at overnutrition adolescents, low level of knowledge, low of water intake, bad habit of drinking, male, and 16 years old. Required more attention and effort to improve knowledge and practical about nutrition balanced included the important fluid balance.