

# Hubungan Status Hidrasi dengan Daya Ingat pada Mahasiswa Program Sarjana Reguler Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Indonesia = The Correlation between Hydration Status and Memory among Undergraduate Students Faculty of Nursing Universitas Indonesia

Putri Utami Ambarsari, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20491860&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

### **ABSTRAK**

Status hidrasi merupakan komponen yang berperan penting dalam menjaga fungsi sistem tubuh. Memori merupakan salah satu domain fungsi kognitif otak yang dimiliki oleh manusia. Daya ingat memungkinkan manusia untuk dapat melakukan aktivitas sehari-hari dengan optimal. Penelitian ini menggunakan metode analitik komparatif dengan pendekatan cross sectional. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 152 siswa yang ditentukan dengan teknik simple random sampling. Pengukuran status hidrasi diperoleh dari penghitungan berat jenis urin menggunakan urinometer. Sedangkan pengukuran memori dilakukan dengan instrumen Everyday Memory Questionnaire (EMQ). Penelitian ini menggunakan uji T tidak berpasangan atau uji T independen untuk mengidentifikasi hubungan antara status hidrasi dan memori. Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara rerata skor daya ingat pada kelompok siswa yang tidak mengalami dehidrasi dengan kelompok siswa yang mengalami dehidrasi ( $p = 0,003$ ;  $t = 3,040$ ). Oleh karena itu keseimbangan hidrasi harus dijaga agar memori dapat bekerja secara maksimal.

### **ABSTRACT**

Hydration status is a component that plays an important role in maintaining the function of the body's systems. Memory is one of the cognitive function domains of the brain owned by humans. Memory enables humans to be able to perform daily activities optimally. This study used a comparative analytic method with a cross sectional approach. The number of samples in this study were 152 students who were determined by simple random sampling technique. Measurement of hydration status was obtained from calculating the specific gravity of urine using a urinometer. Meanwhile, memory measurements were carried out using the Everyday Memory Questionnaire (EMQ) instrument. This study used an unpaired T test or an independent T test to identify an association between hydration status and memory. The results of the research that have been conducted indicate that there is a significant difference between the mean memory score of the group of students who are not dehydrated and the group of students who are dehydrated ( $p = 0.003$ ;  $t = 3.040$ ). Therefore, the balance of hydration must be maintained so that the memory can work optimally.