

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA ASUPAN CAIRAN DAN STATUS GIZI
DENGAN STATUS HIDRASI PADA PENGEMUDI OJEK ONLINE DI
KECAMATAN BUDURAN, SIDOARJO



Oleh :

FEDORA MICHEALA THOM

UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM SARJANA
PROGRAM STUDI GIZI
SURABAYA
2022

SKRIPSI

HUBUNGAN ANTARA ASUPAN CAIRAN DAN STATUS
GIZI DENGAN STATUS HIDRASI PADA PENGEMUDI OJEK
ONLINE DI KECAMATAN BUDURAN, SIDOARJO



Oleh :

FEDORA MICHEALA THOM
NIM. 101811233060

UNIVERSITAS AIRLANGGA
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
PROGRAM SARJANA
PROGRAM STUDI GIZI
SURABAYA
2022

PENGESAHAN

Dipertahankan di Depan Tim Penguji Skripsi
Program Sarjana Program Studi Gizi
Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga dan
Diterima untuk memenuhi salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Gizi (S.Gz)
Pada tanggal 5 September 2022

Mengesahkan
Universitas Airlangga
Fakultas Kesehatan Masyarakat

Dekan,

Dr. Santi Marlini, dr., M.Kes
NIP.196609271997022001

Tim Penguji :

- a) Prof. Dr. Sri Sumarmi, S.KM., M.Si.
- b) Dr. Siti Rahayu Nadhiroh, S.KM., M.Kes
- c) Endah Budi Permana Putri S.T.P., M.PH

SKRIPSI

Diajukan sebagai salah satu syarat guna memperoleh gelar
Sarjana Gizi (S.Gz.)
Program Studi Gizi
Departemen Gizi
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Airlangga

Oleh :

FEDORA MICHEALA THOM
NIM. 10181123300

Surabaya, 28 September 2022

Menyetujui,
Pembimbing,



Dr. Siti Rahayu Nadhiroh, S.KM., M.Kes
NIP. 197505312006042001

Mengetahui,

Koordinator Program Studi,

Ketua Departemen



Emyr Reisha Isaura, S.Gz., M.PH., Ph.D
NIP. 198812032019083201



Dr. Siti Rahayu Nadhiroh, S.KM., M.Kes
NIP. 197505312006042001

SURAT PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Fedora Micheala Thom
NIM : 101811233060
Program Studi : Gizi
Fakultas : Kesehatan Masyarakat
Jenjang : Sarjana (S1)

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan olagiat dalam penulisan skripsi saya yang berjudul :

Hubungan Asupan Cairan dan Status Gizi Dengan Status Hidrasi Pada Pengemudi Ojek Online Di Kecamatan Buduran, Sidoarjo

Apabila suatu saat nanti terbukti melakukan tindakan plagiat, maka saya akan menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Surabaya, 28 September 2022



Fedora Micheala Thom
NIM. 101811233060

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya sehingga dapat terselesaikannya Skripsi dengan judul "HUBUNGAN ANTARA ASUPAN CAIRAN DAN STATUS GIZI DENGAN STATUS HIDRASI PADA PENGEMUDI OJEK ONLINE DI KECAMATAN BUDURAN, SIDOARJO", sebagai salah satu persyaratan akademis dalam rangka menyelesaikan kuliah di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga.

Dalam skripsi ini dijabarkan tentang hubungan antara asupan cairan dan status gizi dengan status hidrasi pada pengemudi ojek *online* di Sidoarjo. Penelitian ini bertujuan untuk melihat dan mengoptimalkan gizi kerja dan produktivitas serta untuk mengetahui status hidrasi dari pengemudi guna menekan prevalensi dehidrasi akibat aktivitas kerja.

Pada kesempatan ini disampaikan terimakasih dan penghargaan yang setinggi-tingginya kepada Dr. Siti Rahayu Nadhiroh, S.KM., M.Kes selaku dosen pembimbing yang telah memberikan petunjuk, koreksi serta saran hingga terwujudnya skripsi ini.

Terimakasih dan penghargaan juga disampaikan pula kepada yang terhormat :

1. Dr. Santi Martini dr., M.Kes selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga
2. Dr. Siti Rahayu Nadhiroh, S.KM., M.Kes selaku Ketua Departemen Fakultas Kesehatan Masyarakat
3. Emyr Reisha Isaura, S.Gz., M.PH., Ph.D selaku Koordinator Program Studi Gizi Fakultas Kesehatan Masyarakat
4. Seluruh dosen dan staff Fakultas Kesehatan Masyarakat
5. Orang tua dan seluruh keluarga yang telah memberikan dukungan dalam penyelesaian studi saya.
6. Seluruh responden pengemudi ojek *online* di Kecamatan Buduran, Sidoarjo yang telah bersedia berpartisipasi dalam penelitian.

Semoga Allah SWT memberikan balasan pahala atas segala amal yang telah diberikan dan semoga skripsi ini berguna baik bagi diri kami sendiri maupun pihak lain yang memanfaatkan.

Surabaya, 28 September 2022

(Fedora Micheala Thom)

ABSTRACT

The health of the workforce certainly affects increasing productivity and work safety. While working, workers get pressure from the environment such as the heat of the physical environment. A hot environment can cause dehydration. Research reports that 42.5% of adults face a mild degree of fluid deficiency. Several studies have shown that the fluid intake of workers is still insufficient to meet their needs, thus increasing the incidence of dehydration. Currently, many field workers are online motorcycle taxi drivers. This study aimed to analyze the relationship between fluid intake and nutritional status on the hydration status of online motorcycle taxi drivers in Sidoarjo.

This research is an observational study to see the relationship between the independent variables and the dependent variables without any treatment given to the respondents with a cross-sectional research design. The research sample is 98 people. Data collection includes interviewing the characteristics of respondents, interviewing 24-H food recall, measuring body weight and measuring hydration status through urine. Data analysis used in this research is a descriptive analysis of cross-tabs and Spearman correlation.

The results showed that there was a relationship between fluid intake ($p=0.000$) and nutritional status (0.012) with hydration status. Meanwhile, the length of exposure to sunlight ($p=258$), the average distance traveled ($p=234$), and drinking habits ($p=270$) had no relationship with hydration status.

This study concludes that the lower the fluid intake, the higher the risk of dehydration in online motorcycle taxi drivers. Someone with obesity is also more at risk of becoming dehydrated. Therefore, there needs to be educated regarding fluid intake according to needs and maintaining normal nutritional status to avoid dehydration and increase the work productivity of online motorcycle taxi drivers.

Keywords : fluid intake, nutrition status, hydration status, online driver

ABSTRAK

Kesehatan tenaga kerja tentu berpengaruh pada meningkatnya produktivitas serta keselamatan kerja. Saat bekerja, pekerja mendapat tekanan dari lingkungan seperti panas lingkungan fisik. Lingkungan yang panas dapat menyebabkan terjadinya dehidrasi. Penelitian menunjukkan bahwa asupan cairan pada pekerja masih kurang memenuhi kebutuhan sehingga meningkatkan kejadian dehidrasi. Pekerja lapangan yang saat ini banyak salah satunya adalah pengemudi ojek online. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis hubungan asupan cairan dan status gizi terhadap status hidrasi pengemudi *ojek online* di Sidoarjo.

Penelitian ini merupakan penelitian observasional untuk melihat hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat tanpa adanya perlakuan yang diberikan pada responden dengan desain penelitian rancangan *Cross Sectional*. Sampel penelitian sebesar 98 orang. Pengumpulan data meliputi wawancara karakteristik responden, wawancara 24-H *food recall*, pengukuran berat badan dan pengukuran status hidrasi melalui urine. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis deskriptif *cross-tabs* dan korelasi spearman.

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara asupan cairan ($p=0,000$) dan status gizi ($0,012$) dengan status hidrasi. Sedangkan antara lama terpapar sinar matahari ($p=258$), rata-rata jarak tempuh ($p=234$), dan kebiasaan minum ($p=270$) tidak ada hubungan dengan status hidrasi.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah semakin rendah asupan cairan maka akan berpengaruh pada risiko dehidrasi yang meningkat pada pengemudi ojek online. Pada seseorang dengan obesitas juga lebih berisiko mengalami dehidrasi. Oleh sebab itu, perlu ada edukasi mengenai asupan cairan yang sesuai dengan kebutuhan dan menjaga status gizi normal untuk menghindari dehidrasi dan meningkatkan produktivitas kerja pengemudi ojek online.

Kata kunci : asupan cairan, status gizi, status hidrasi, ojek online

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
HALAMAN PERSETUJUAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRACT.....	vi
ABSTRAK.....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR.....	xii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiii
DAFTAR ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN	xiv
 BAB I PENDAHULUAN	 1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	3
1.3 Batasan dan Rumusan Masalah.....	5
1.4 Tujuan dan Manfaat Penelitian	5
1.4.1 Tujuan Umum	5
1.4.2 Tujuan Khusus	5
1.4.2 Manfaat	6
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA	 8
2.1 Dehidrasi	8
2.1.1 Definisi Dehidrasi	8
2.1.2 Klasifikasi Dehidrasi.....	9
2.1.3 Patogenesis Dehidrasi	9
2.1.4 Pengukuran Dehidrasi	10
2.1.5 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Dehidrasi.....	10
2.2 Air	14
2.2.1 Kebutuhan Air.....	14
2.2.2 Distribusi Air Dalam Tubuh	16
2.2.3 Jenis Cairan	16
2.3 Faktor Yang Mempengaruhi Asupan Cairan	16
2.3.1 Asupan Makanan dan Minuman	16
2.3.2 Ketersediaan Air Minum.....	17
2.3.3 Usia	17
2.3.4 Aktivitas Fisik	18
2.4 Status Gizi	18
2.4.1 Definisi Status Gizi	18
2.4.2 Metode Pengukuran Status Gizi.....	19
2.4.3 Faktor Yang Mempengaruhi Status Gizi	20
2.5 Hubungan Asupan Cairan dengan Status Hidrasi	22

2.6 Hubungan Status Gizi dengan Status Hidrasi	22
BAB III KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS	
PENELITIAN	24
3.1 Kerangka Konseptual	24
3.2 Hipotesis Penelitian.....	25
BAB IV METODE PENELITIAN	26
4.1 Jenis dan Rancang Bangun Penelitian	26
4.2 Populasi Penelitian	26
4.3 Sampel, Besar Sampel, Cara Penentuan Sampel dan Cara Pengambilan Sampel	27
4.4 Lokasi dan Waktu Penelitian	28
4.5 Variabel, Definisi Operasional, Cara Pengukuran, dan Skala Data	28
4.6 Teknik dan Instrumen Pengumpulan Data	30
4.7 Kerangka Operasional	32
4.8 Teknik Analisis Data	33
BAB V HASIL PENELITIAN	34
5.1 Gambaran Karakteristik Responden	34
5.1.1 Distribusi Responden menurut Usia	34
5.1.2 Distribusi Responden menurut Pendidikan Terakhir	35
5.1.3 Distribusi Responden menurut Lama Terpapar Sinar Matahari	35
5.1.4 Distribusi Responden menurut Rata-Rata Jarak Tempuh Sehari	36
5.2 Asupan Cairan	37
5.2.1 Distribusi Responden menurut Jumlah Asupan Cairan	37
5.2.2 Distribusi Responden menurut Kebiasaan Minum	38
5.3 Distribusi Responden menurut Status Gizi	38
5.4 Distribusi Responden menurut Status Hidrasi	39
5.5 Hubungan Lama Terpapar Sinar Matahari dengan Status Hidrasi	39
5.6 Hubungan Rata-Rata Jarak Tempuh Sehari dengan Status Hidrasi	40
5.7 Hubungan Asupan Cairan dengan Status Hidrasi	41
5.8 Hubungan Kebiasaan Minum dengan Status Hidrasi	42
5.9 Hubungan Status Gizi dengan Status Hidrasi	42
BAB VI PEMBAHASAN	44
6.1 Karakteristik Pekerja	44
6.1.1 Usia	44
6.1.2 Pendidikan Terakhir	45
6.1.3 Lama Terpapar Sinar Matahari	45
6.1.4 Rata - Rata Jarak Tempuh Sehari	46
6.2 Asupan Cairan	46
6.2.1 Jumlah Asupan Cairan	46

6.2.2 Kebiasaan Minum	47
6.3 Status Gizi	48
6.4 Status Hidrasi	49
6.5 Hubungan Lama Terpapar Sinar Matahari dengan Status Hidrasi.....	49
6.6 Hubungan Rata - Rata Jarak Tempuh Sehari dengan Status Hidrasi.....	50
6.7 Hubungan Asupan Cairan dengan Status Hidrasi	51
6.8 Hubungan Status Gizi dengan Status Hidrasi	52
6.9 Keterbatasan Penelitian	54
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	55
7.1 Kesimpulan	55
7.2 Saran.....	56
 DAFTAR PUSTAKA	 57
LAMPIRAN.....	62

DAFTAR TABEL

Nomor	Judul Tabel	Halaman
2.1	Perkiraan Kebutuhan Cairan Tubuh Berdasarkan Usia.....	10
2.2	Angka Kecukupan Gizi Air Berdasarkan Usia.....	14
4.1	Variabel, Definisi Operasional, Cara Pengukuran, dan Skala Data.....	28
4.2	Nilai Koefisien Korelasi Spearman.....	33
5.1	Distribusi Responden menurut Usia.....	34
5.2	Distribusi Responden menurut Pendidikan Terakhir.....	35
5.3	Distribusi Responden menurut Lama Terpapar Sinar Matahari.....	35
5.4	Rata-Rata Jarak Tempuh Sehari.....	36
5.5	Distribusi Responden menurut Rata-Rata Jarak Tempuh Sehari.....	36
5.6	Distribusi Responden menurut Asupan Cairan.....	37
5.7	Rata-Rata Asupan Cairan yang Berasal dari Makanan dan Minuman.....	37
5.8	Distribusi Responden menurut Kebiasaan Minum.....	38
5.9	Distribusi Responden menurut Status Gizi.....	39
5.10	Distribusi Responden menurut Status Hidrasi.....	39
5.11	Hubungan Lama Terpapar Sinar Matahari dengan Status Hidrasi.....	40
5.12	Hubungan Rata - Rata Jarak Tempuh Sehari dengan Status Hidrasi.....	40
5.13	Hubungan Asupan Cairan dengan Status Hidrasi.....	41
5.14	Hubungan Kebiasaan Minum dengan Status Hidrasi.....	42
5.15	Hubungan Status Gizi dengan Status Hidrasi.....	43

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Judul Gambar	Halaman
3.1	Kerangka Konseptual Penelitian.....	24
4.1	<i>Urinalysis Reagent Strips</i>	31
4.2	Timbangan Oxone.....	32
4.3	Kerangka Operasional Penelitian.....	32

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor	Judul Lampiran	Halaman
1.	Surat Keterangan Layak Etik.....	62
2.	Informed Consent.....	63
3.	Kuesioner Karakteristik Responden.....	64
4.	Kuesioner Food Recall 24H.....	65
5.	Hasil <i>Output</i> Statistik SPSS.....	66
6.	Dokumentasi Kegiatan.....	73
7.	Rekapitulasi Hasil Kuesioner.....	74

DAFTAR ARTI LAMBANG DAN SINGKATAN

Daftar Arti Lambang

&	= dan
$\geq$	= lebih dari sama dengan
$\leq$	= kurang dari sama dengan
%	= persen

Daftar Singkatan

AKG	= Angka Kecukupan Gizi
BB	= Berat Badan
TB	= Tinggi Badan
IMT	= Indeks Massa Tubuh
Riskesdas	= Riset Kesehatan Dasar
Kemenkes	= Kementerian Kesehatan
WHO	= World Health Organization