

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KONSUMSI CAIRAN
DENGAN TINGKAT HIDRASI PADA TENAGA KERJA
DI INSTALASI GIZI RUMAH SAKIT PARU
Dr. ARIO WIRAWAN SALATIGA**



SKRIPSI

Oleh:

Nama: Maulidatul Uula Himatul Ulfa

NIM: 061211009

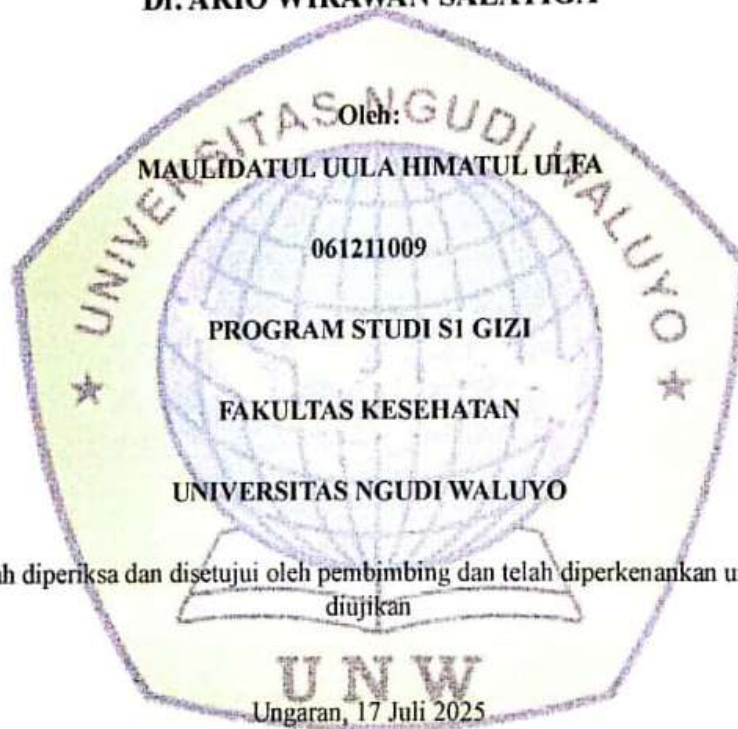
**PROGRAM STUDI S1 GIZI
FAKULTAS KESEHATAN
UNIVERSITAS NGUDI ALUYO**

2025

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi Berjudul:

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KONSUMSI CAIRAN
DENGAN TINGKAT HIDRASI PADA TENAGA KERJA
DI INSTALASI GIZI RUMAH SAKIT PARU
Dr. ARIO WIRAWAN SALATIGA**



Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing dan telah diperkenankan untuk diujikan

Ungaran, 17 Juli 2025

Pembimbing

Indri Mulyasari, S. Gz., M.Gizi

NIDN. 0603058501

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Berjudul :

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KONSUMSI CAIRAN
DENGAN TINGKAT HIDRASI PADA TENAGA KERJA
DI INSTALASI GIZI RUMAH SAKIT PARU
Dr. ARIO WIRAWAN SALATIGA**

Disusun Oleh:

**MAULIDATUL UULA HIMATUL ULFA
061211009**

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi S1 Gizi
Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo, pada:

Hari : Jumat
Tanggal : 1 Agustus 2025

Tim Penguji:
Ketua Penguji



Riva Mustika Anugrah, S.Gz, M.Gizi., Dietisien
NIDN. 0627038602

Anggota/ Penguji 1



Indri Muliyasari, S.Gz., M.Gizi
NIDN. 0603058501

Anggota/ Penguji 2



Goleh Septiar Pontang, S.Gz, M.Gizi., Dietisien
NIDN. 0618098601

Ketua Program Studi S1 Gizi



Riva Mustika Anugrah, S.Gz, M.Gizi., Dietisien
NIDN. 0627038602

Mengetahui,



Dekan Fakultas Kesehatan

Eko Susilo, S.Kep., Ns., M.Kep
NIDN. 0627097501

PERNYATAAN ORISINILITAS

Yang bertanda tangan di bawah ini saya

Nama : Maulidatul Uula Himatul Ulfa

NIM : 061211009

Program Studi/Fakultas : Program Studi S1 Gizi/Fakultas Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi berjudul **“HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KONSUMSI CAIRAN DENGAN TINGKAT HIDRASI PADA TENAGA KERJA DI INSTALASI GIZI RUMAH SAKIT PARU Dr. ARIO WIRAWAN SALATIGA”** adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di perguruan tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka.
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Pembimbing



Indri Mulyasari, S.Gz., M.Gizi.
NIDN. 0603058501

Ungaran, Juli 2025
Yang membuat pernyataan,



Maulidatul Uula Himatul Ulfa
061211009

KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Maulidatul Uula Himatul Uifa

NIM : 061211001

Mahasiswa : Program Studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan memberi kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan Skripsi saya yang berjudul “Hubungan Antara Tingkat Konsumsi Cairan Dengan Tingkat Hidrasi Pada Tenaga Kerja Di Instalasi Gizi Rumah Sakit Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga” untuk kepentingan akademik.

Ungaran, Juli 2025
Yang membuat pernyataan



Maulidatul Uula Himatul Uifa

RIWAYAT HIDUP PENELITI

- Nama : Maulidatul Uula Himatul Ulfa
- Tempat, Tanggal Lahir : Kab. Semarang, 4 April 2003
- Jenis Kelamin : Perempuan
- Agama : Islam
- Alamat : Siroto, RT: 05 RW: 02, Ds. Candirejo, Kec. Ungaran
Barat, Kab. Semarang
- Email : maulidaullfa@gmail.com
- No. HP : 085713136308
- Riwayat Pendidikan :
1. TK Nurul Izzah : 2007-2009
 2. SDN Candirejo 02 : 2009-2015
 3. MTS Futuhiyyah 2 : 2015-2018
 4. MA Futuhiyyah 2 : 2018-2021
 5. Universitas Ngudi Waluyo : 2021-2025

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Gizi, Fakultas Kesehatan
Skripsi, Juli 2025
Maulidatul Ula Himatul Ulfa
061211009

**HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KONSUMSI CAIRAN DENGAN
TINGKAT HIDRASI PADA TENAGA KERJA DI INSTALASI GIZI
RUMAH SAKIT PARU Dr. ARIO WIRAWAN SALATIGA**

Email: maulidaullfa@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Kondisi hidrasi yang baik sangat penting untuk menjaga kesehatan tubuh. Hasil penelitian sebelumnya didapatkan 41,7% tenaga kerja mengalami dehidrasi berat.

Tujuan: Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara tingkat konsumsi cairan dengan tingkat hidrasi pada tenaga kerja di Instalasi Gizi Rumah Sakit Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga.

Metode: Penelitian ini menggunakan desain studi observasional analitik dengan pendekatan cross-sectional. Populasi penelitian ini adalah tenaga kerja di instalasi gizi rumah sakit paru Dr. Ario Wirawan Salatiga. Sampel dalam penelitian ini adalah 42 tenaga kerja yang diperoleh dari teknik total sampling. Data konsumsi cairan diukur dengan metode food recall selama tiga hari, dan tingkat hidrasi diukur menggunakan metode PURI (Periksa Urin Sendiri) berdasarkan warna urin. Analisis data menggunakan uji Kendall's Tau ($\alpha=0,05$)

Hasil: Penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki asupan cairan yang kurang (85,7%) dan asupan cairan yang cukup (14,3%). Tingkat hidrasi pada tenaga kerja paling banyak berada dalam kategori dehidrasi (54,8%) serta sangat dehidrasi (19%), dehidrasi ringan (7%) dan terhidrasi (9,5%). Berdasarkan hasil analisis bivariat didapatkan hasil p-value 0,007, yang artinya terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat konsumsi cairan dan tingkat hidrasi, nilai $r = 0,397$ yang artinya semakin rendah konsumsi cairan maka semakin tinggi risiko dehidrasi.

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara tingkat konsumsi cairan dengan tingkat hidrasi pada tenaga kerja di instalasi gizi Rumah Sakit Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga.

Kata kunci: asupan cairan, hidrasi, tenaga kerja, metode PURI

Ngudi Waluyo University
Nutrition Study Program Faculty of Health Science
Skripsi, July 2025
Maulidatul Uula Himatul Ulfa
061211009

**THE RELATIONSHIP BETWEEN THE LEVEL OF FLUID
CONSUMPTION AND THE LEVEL OF HYDRATION IN WORKERS AT
THE NUTRITION INSTALLATION OF THE DR. ARIO WIRAWAN LUNG
HOSPITAL, SALATIGA**

Email: maulidaullfa@gmail.com

ABSTRACT

Background: Good hydration conditions are very important to maintain body health. The results of previous studies obtained 41.7% of labor has severe dehydration.

Purpose: To determine whether there is a relationship between the level of fluid consumption and the level of hydration in workers at the Nutrition Installation of Dr. Ario Wirawan Lung Hospital, Salatiga.

Method: The study used an analytic observational study design with a cross-sectional approach. The research population is the workforce at Dr. Ario's lung hospital nutrition installation. The sample in this study is 42 employed by a total sampling technique. Liquid consumption data is measured by a three-day food recall method, and the hydration rate is measured by the method of puri (urine check) by urine color. Data analysis using Kendall's tau ($\alpha = 0.05$)

Result: Research shows that most respondents have less fluid intake (85.7%) and sufficient fluid intake (14.3%). The hydration rate in the labor is most in the dehydration category (54.8%) and is highly dehydrated (19%), mild dehydration (7%) and hydrated (9.5%). Based on the results of the Bivariate analysis obtained the result of p-value 0.007, which means there is a significant relationship between the level of liquid consumption and the hydration rate, the value of $r = 0.397$ which means the lower the liquid consumption the higher the risk of dehydration.

Conclusion: There is a relationship between the level of fluid consumption and the level of hydration in workers at the nutrition installation of Dr. Ario Wirawan Salatiga Hospital.

Keyword: fluid intake, hydration status, workers, PURI method

PRAKATA

Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh. Dengan memanjatkan puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, shalawat serta salam semoga senantiasa tercurahkan kepada junjungan Nabi Besar Muhammad SAW. Penulis akhirnya dapat menyelesaikan skripsi ini dengan judul “Hubungan Tingkat Konsumsi Cairan dengan Tingkat Hidrasi pada Tenaga Kerja Di Instalasi Gizi Rumah Sakit Paru Dr. Ario Wirawan Salatiga”.

Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mengalami hambatan, namun berkat bantuan, bimbingan, dan kerjasama dari berbagai pihak akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik. Sehingga dengan penuh kerendahan hati dan rasa hormat penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Bapak Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Bapak Ns. Eko Susilo, S.Kep.,M.Kep selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Ibu Riva Mustika Anugrah, S.Gz., M.Gizi., Dietesien selaku Ketua Program Studi S1 Gizi Universitas Ngudi Waluyo dan selaku dosen penguji yang telah memberikan arahan, masukan serta saran dalam proses penyusunan skripsi.
4. Ibu Indri Mulyasari, S.Gz., M.Gizi selaku dosen pembimbing akademik yang sudah memberikan bimbingan selama masa perkuliahan dan selaku dosen pembimbing yang banyak meluangkan waktu dalam memberikan arahan, bimbingan, kritik dan saran dalam penyusunan skripsi ini.
5. Bapak Galeh Septiar Pontang, S.Gz., M.Gizi., Dietesien selaku dosen penguji yang telah memberikan arahan, masukan serta saran dalam proses penyusunan skripsi.

6. Bapak dan Ibu dosen program studi S1 Gizi Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo yang telah memberikan ilmu yang sangat bermanfaat selama masa perkuliahan.
7. Cinta pertama dan panutan saya, almarhum bapak M. Mustofa. Beliau tidak dapat menemani sampai akhir proses sarjana saya, namun beliau sudah berhasil mendidik saya sehingga saya mampu menyelesaikan studi sampai sarjana. Terimakasih atas do'a yang selalu engkau panjatkan selama ini.
8. Pintu surga saya ibunda tercinta, ibu Nasikhatun yang berperan penting dalam proses menyelesaikan program studi saya, beliau merupakan panutan saya setelah kepergian ayah. Terimakasih untuk do'a yang selalu beliau panjatkan selama ini sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
9. Keluarga besar saya, dengan tulus dan penuh rasa syukur penulis mengucapkan terimakasih karena senantiasa memberikan perhatian, kasih sayang dan dukungan yang tiada hentinya. Terimakasih selalu menjadi support system dalam setiap langkah saya.
10. Teruntuk teman dekat saya diperkuliahan (Diyah, Riska, Nisa dan Olga), terimakasih sudah memberikan pengalaman yang berkesan selama masa perkuliahan, serta menjadi tempat cerita dan berkeluh kesah, selalu memberikan semangat, motivasi dan meyakinkan penulis bahwa segala masalah yang dihadapi selama proses skripsi akan berakhir.
11. Teman-teman Program Studi S1 Gizi angkatan 2021 yang saling menguatkan, serta memberikan semangat dan dukungan sehingga terselesaikannya skripsi ini.
12. Semua pihak yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, terimakasih telah banyak membantu dalam penyusunan skripsi ini.
13. Kepada diri saya sendiri Maulidatul Uula Himatul Ulfa, terimakasih karena mampu berusaha dan berjuang sejauh ini. Mampu mengendalikan diri dari berbagai tekanan diluar keadaan dan tidak pernah memutuskan menyerah sesulit apapun proses penyusunan skripsi

ini dengan menyelesaikan sebaik dan semaksimal mungkin. Apresiasi sebesar-besarnya karena telah bertanggung jawab untuk menyelesaikan apa yang telah dimulai. Semoga tetap rendah hati karena ini baru awal dari semuanya. Selamat berpetualang di kehidupan selanjutnya, perjalananmu masih panjang, tetaplah menjadi perempuan yang kuat, diperluas lagi sabarmu, perbanyak ikhlas dan tetaplah bersyukur dalam setiap keadaan.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan penelitian ini mungkin masih terdapat kekurangan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritikan dan saran yang membangun untuk kesempurnaan penelitian ini di kemudian hari. Besar harapan penulis semoga penelitian ini dapat memberikan manfaat kepada semua pihak.

Ungaran, Agustus 2025

Penulis

Maulidatul Uula Himatul Ulfa

(061211009)

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN.....	ii
PERNYATAAN ORISINILITAS	iii
KESEDIAAN PUBLIKASI.....	iv
RIWAYAT HIDUP PENELITI.....	v
ABSTRAK	vi
ABSTRACT.....	vii
PRAKATA.....	viii
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan masalah.....	5
C. Tujuan.....	5
1. Tujuan umum.....	5
2. Tujuan khusus	6
D. Manfaat	6
1. Manfaat bagi responden.....	6
2. Manfaat bagi instalasi gizi	6
3. Manfaat bagi instansi	6
BAB II.....	7

TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Tinjauan Teoritis.....	7
1. Tenaga Kerja.....	7
2. Tingkat Hidrasi	8
3. Tingkat Konsumsi Cairan	24
B. Kerangka Teori.....	33
C. Kerangka Konsep	34
D. Hipotesis Penelitian.....	34
BAB III	35
METODE PENELITIAN	35
A. Desain Penelitian.....	35
B. Lokasi dan Waktu Penelitian.....	35
C. Subjek Penelitian.....	35
D. Definisi Operasional.....	37
E. Prosedur Penelitian.....	38
F. Etika Penelitian	39
G. Pengolahan Data.....	40
H. Analisis Data	42
BAB IV	44
HASIL DAN PEMBAHASAN	44
A. Gambaran Umum	44
B. Karakteristik responden	45
C. Analisis Univariat.....	47
D. Analisis Bivariat.....	50
E. Keterbatasan penelitian	54

BAB 5	55
KESIMPULAN DAN SARAN.....	55
A. KESIMPULAN	55
B. SARAN	55
DAFTAR PUSTAKA	56
LAMPIRAN.....	66