

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT karena atas rahmat dan karunia-Nya, penulis dapat menyelesaikan proposal skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Konsumsi Cairan, Asupan Suplemen (*Whey Protein*) Dan Status Hidrasi Pada Atlet Hoki di UKM Hoki Universitas Pancasila” dengan baik. Skripsi ini telah terselesaikan atas bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak, untuk itu penulis menyampaikan terima kasih kepada :

1. Ibu Dr. Aprilita Rina Yanti Eff, M.Biomed, Apt selaku Dekan Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, program studi Ilmu Gizi.
2. Bapak Mury Kuswari, S.Pd, M.Si selaku Kepala Prodi Ilmu Gizi dan juga selaku dosen pembimbing I yang telah meluangkan waktu dan tenaga untuk memberikan bimbingan, dukungan, kritik, dan saran dalam menyelesaikan proposal ini.
3. Bapak Dudung Angkasa, S.Gz., M.Gizi selaku dosen pembimbing II yang telah meluangkan waktu dan tenaga untuk memberikan bimbingan, dukungan, kritik, dan saran dalam menyelesaikan proposal skripsi ini.
4. Seluruh dosen program studi Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Esa Unggul yang telah memberikan pengetahuan kepada penulis.
5. Kedua orang tua penulis yang penulis hormati dan cintai, Bapak Taufik Hidayat dan Ibu Yayah Omayah, yang telah memberikan doa, dukungan, dan rasa kasih sayang setiap harinya.
6. Adik-adikku tersayang yang telah memberikan semangat, memotifasi dan membantu dalam penyusunan skripsi ini.
7. Tim hoki Universitas Pancasila yang telah membantu dalam penyusunan skripsi ini.
8. Teman sepayungan Esti dan Jayanti yang telah bekerjasama, memotifasi dan membantu dalam penyusunan skripsi ini.

9. Untuk teman-teman seperjuangan Tita, Eva, Devi, Desi, Niesa, yang memberikan dukungan dan motivasi bagi penulis.
10. Untuk Sahabat-sahabat terbaik Empim, Wulan, Atun, Umi, Yudi yang selalu memberikan motivasi agar penulis dapat menyelesaikan skripsi ini dengan baik agar berguna bagi diri sendiri dan masyarakat umumnya.
11. Seluruh teman-teman program studi Ilmu Gizi Reguler angkatan 2013 dan semua pihak yang tidak bisa disebutkan satu persatu yang telah membantu dan memberikan masukan terhadap proposal skripsi ini.

Penulis menyadari sepenuhnya, bahwa penyusunan skripsi ini masih sangat jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran, agar skripsi ini menjadi lebih baik.

Jakarta, Agustus2017

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	i
ABSTRAK	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
KATA PENGANTAR	iv
DAFTAR ISI	v
DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Identifikasi Masalah	5
C. Pembatasan Masalah	5
D. Perumusan Masalah	5
E. Tujuan Penelitian	5
F. Manfaat Penelitian	6
G. Keterbaruan Penelitian	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Olahraga	9
B. Cairan Tubuh	
1. Pengertian Cairan Tubuh	12
2. Fungsi Cairan Tubuh	13
3. Komposisi Cairan Tubuh	14
C. Suplemen	18
D. Kesimbangan Cairan	20
1. Efek Ketidakseimbangan Cairan.....	22
a. Dehidrasi	22
b. Keracunan Air	23
2. Kebutuhan Cairan	24

E. Faktor-Faktor Konsumsi Air	26
F. Hipotesis Penelitian	28
G. Kerangka Berfikir	29
H. Kerangka Konsep	29
 BAB III METODOLOGI PENELITIAN	
A. Waktu dan Tempat Penelitian	31
B. Jenis dan Desain Penelitian	31
C. Populasi dan Sampel	31
D. Teknik Pengambilan Data	32
E. SumberData	32
F. Pengumpulan Data	32
G. Instrumen Penelitian	33
1. Variabel Penelitian	33
2. Definisi Konseptual	34
3. Definisi Operasional	36
4. Alat dan Prosedur Penelitian	
1. Alat Penelitian	37
2. Prosedur Penelitian	37
5. Manajemen Data	38
6. Pengolahan dan Analisis Data	
1. Pengolahan	38
2. Analisis Data	39
 BAB IV HASIL PENELITIAN	
A. Hasil Analisis Univariat	40
B. Hasil Analisis Bivariat	43
 BAB V PEMBAHASAN	
A. Karakteristik Responden	46
B. Hubungan Konsumsi Cairan Dan Status Hidrasi	46
C. Hubungan Asupan Suplemen Dan Status Hidrasi	49

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan 52

B. Saran 52

DAFTAR PUSTAKA xii

DAFTAR TABEL viii

DAFTAR GAMBAR ix

LAMPIRAN x

DOKUMENTASI xi

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Keseimbangan Cairan	21
Tabel 2.2 Persentase Kehilangan Cairan dan Gejalanya	23
Tabel 2.3 Kecukupan Air Perhari	25
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Subjek berdasarkan Karakteristik	40
Tabel 4.2 Distribusi Konsumsi cairan, Asupan Suplemen dan Status Hidrasi Atlet Hoki di UKM Hoki Universitas Pancasila	41
Tabel 4.3 Distribusi Asupan Suplemen Atlet Hoki Universitas Pancasila	42
Tabel 4.4 Distribusi Status Hidrasi Sebelum dan Setelah Latihan Pada Atlet Hoki Universitas Pancasila	42
Tabel 4.5 Hubungan Antara Konsumsi Cairan, Asupan Suplemen dan Status Hidrasi Sebelum dan Setelah Latihan	43

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kartu Periksa Urin Sendiri (PURI) 22

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran I Informed Consent	xv
Lampiran II Formulir Karakteristik & Data Hasil Pengukuran	xvi
Lampiran III Formulir Recall 24 Jam	xvi
Lampiran IV Kuesioner <i>SQ Food Frequency Questioner</i>	xxi
Lampiran V Hasil Uji Statistik	xxiii

DOKUMENTASI



DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier. (2004). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Almatsier. (2006). *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Arisman. 2004. *Gizi dalam Daur Kehidupan*. Buku Kedokteran EGC. Jakarta. 180- 195.
- American Dietetic Association. (2009). Position of the American Dietetic Association, Dietitians of Canada, and the American College of Sports Medicine: *Nutrition and Athletic Performance*, 509–527.
- Armstrong LE, M. C. (1994). Urinary Indices Of Hydration Status. *International Journal Sport Nutrition* , (4): 265-279.
- Arnautis, G., Kavouras, S. A., Kotsis, Y. P., Tsekouras, Y. E., Makrillos, M., & Bardis, C. N. (2013). Ad Libitum Fluid Intake Does Not Prevent Dehydration in Suboptimally Hydrated Young Soccer Players During a Training Session of a Summer Camp. *International Journal Of Sport Nutrition And Exercise Metabolism*, 245–251.
- Bleich, S. N., Wang, Y. C., Wang, Y., & Gortmaker, S. L. (2009). Increasing consumption of sugar-sweetened beverages among US adults : 1988 – 1994 to 1999 – 2004. *The American Journal Of Clinical Nutrition*.
- Briawan, D., Sedayu, T. R., & Ekayanti, I. (2011). Kebiasaan minum dan asupan cairan remaja di perkotaan. *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, (260), 36–41.
- Budi I. Santoso, H. P. (2012). *Air Bagi kesehatan: Edisi kedua*. Jakarta: Centra Communication.
- Coyle, E. F., & Coyle, E. F. (2007). Fluid and fuel intake during exercise Fluid and fuel intake during exercise. *Journal of Sports Sciences*, 37–41.
- Dieny, F. F., & Putriana, D. (2015). *Status hidrasi sebelum dan sesudah latihan atlet sepak bola remaja*. Skripsi.3(2), 86–93. Fakultas Kedokteran. Universitas Diponegoro.
- Dittasari Putriana, F. F. (2014). Konsumsi Cairan Periode Latihan dan Status Hidrasi Setelah Latihan. 03 (04). *Journal Of Nutrition College* , 689-697.
- Dougherty, Kelly A, Baker, Lindsay B, Chow, Mosuk, K. W. L. (2006). Two Percent Dehydration Impairs and Six Percent Carbohydrate Drink Improves Boys Basketball Skills. *Medicine & Science in Sports & Exercise*, (16).

- Faruk, M. (2009). *Teknik Dasar Bermain Hockey*. Skripsi. Universitas Negeri Surabaya. Surabaya
- Giantoli, D. C. (2011). *Fisika*. Jakarta: Erlangga.
- Hardinsyah, Endang S Soenaryo, Dodik Briawan, Evy Damayanthi, Cesilia M. Dwiriani, Yekti H. Effendi, M. D. (2009). Drinking Habits And Hydration Status Among Teenagers And Adults In Two Different Ecological Areas. *PERGIZI Pangan Indonesia*
- Hermanu, E. (2013). *Perbandingan Hasil Latihan Indoor Hockey dan Field Hockey Terhadap Penguasaan Teknik Dasar Push dan Dribble Pada Permainan Hockey*. Skripsi. 05 (01). Universitas Pendidikan Indonesia. Bandung
- Irawan, M. A. (2007). Polton Sports Science And Performance Lab: Cairan Tubuh, Elektrolit dan Mineral. *Sport Science Brief*.
- Iman S. Budi, Hardinsyah, Siregar P, S. O. P. (2012). *Manfaat Air Bagi Kesehatan*. Centra Communicaton.
- Kant, A. K., & Graubard, B. I. (2010). Contributors Of Water Intake In US Children And Adolescents: National Health and Nutrition Examination Survey 2005–2006. *The American Journal Of Clinical Nutrition*.
- Khanna, G. L., & Manna, I. (2005). Supplementary Effect Of Carbohydrate-Electrolyte Drink On Sports Performance, Lactate Removal & Cardiovascular Response Of Athlete. *Indian J Med*, 665–669.
- Manz F, W. A. (2003). 24-h hydration status: parameters, epidemiology and recommendations. *European Journal Of Clinical Nutrition* .
- Martin, E., & Edinburgh, UK. (2003). Principles of Human Nutrition (Second Edition). *Blackwell Science*
- Mitha, S. K. *Profil Tingkat Kebugaran Jasmani (VO2Max) Atlet Hockey (Field) Putri SMAN 1 Kedungwaru Tulungagung*. (2016). 04 (01). 120–126. Fakultas Ilmu Keolahragaan. Universitas Negeri Surabaya.
- Murray. (2007). Hydration and physical performance. *Journal of the American College of Nutrition*
- Park, S. G., Bae, Y. J., Lee, Y. S., & Kim, B. J. (2012). Effects of rehydration fluid temperature and composition on body weight retention upon voluntary

- drinking following exercise-induced dehydration. *Nutrition Research and Practice*, 6(2), 126–131.
- Petróczi, A., Naughton, D. P., Pearce, G., Bailey, R., Bloodworth, A., & McNamee, M. (2008). Supplement Use By Elite Young UK Athletes: Fallacies Of Advice Regarding Efficacy. *Journal of the International Society Nutritional*
- Phillips ST, Hartman JW, Wilkinson SB. (2005). Dietary Protein to Support Anabolism with Resistance Exercise in Young Men. *J Am Coll Nutr*. Vol. 24, No. 2, 134S–139S.
- Pipe, A., & Ayotte, C. (2002). Nutritional Supplements and Doping. *Clinical Journal of Sport Medicine*, 245–249.
- Purcell, L. K. (2013). Sport Nutrition For Young Athletes. *Paediatric Sports and Exercise Medicine Section*, 18(4), 200–202.
- Sato, A., Kamei, A., & Kamihigashi, E. (2012). Use of Supplements by Young Elite Japanese Athletes Participating in the 2010 Youth Olympic Games in Singapore. *Med Sci Sports Exerc*, 22(5), 418–423.
- Setiowati, A. (2014). Hubungan Indeks Massa Tubuh , Persen Lemak Tubuh , Asupan Zat Gizi dengan Kekuatan Otot. *Jurnal Unnes*. Vol. 3. No. 2. 2088-6802.
- Sousa, E. F. De, Costa, T. H. M. Da, & Nogueira, J. A. D. (2007). Assessment of nutrient and water intake among adolescents from sports federations in the Federal District, Brazil. *British Journal of Nutrition*.
- Teguh, B Fajar. *Perbandingan Kecepatan Laju Bola Pada Jenis Pukulan Push, Hit, Dan Flick Pada Permainan Hockey* U. K. M. (2014). Skripsi. Universitas Negeri Surabaya
- Yaswir, R., & Ferawati, I. (2012). *Tinjauan Pustaka Fisiologi dan Gangguan Keseimbangan Natrium, Kalium dan Klorida serta Pemeriksaan Laboratorium*. Skripsi. FK Unand, 1(2), 80–85.
- Yuniastuti, A. (2008). *Gizi Dan Kesehatan*. Yogyakarta: Yogyakarta Graha Ilmu.

Lampiran 1 *Informed Consent*

**HUBUNGAN ANTARA KONSUMSI CAIRAN, ASUPAN SUPLEMEN
(WHEY PROTEIN) TERHADAP STATUS HIDRASI PADA ATLETDI
UKHOCKEY UNIVERSITAS PANCASILA**

**Program Studi S1 Ilmu Gizi Reguler dan Non-Reguler
Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan Universitas Esa Unggul (UEU)
Jl. Arjuna Utara No.9 Kebon Jeruk, Jakarta Barat 11510**

LEMBAR PERSETUJUAN SEBAGAI RESPONDEN

Saya mahasiswa Reguler Universitas Esa Unggul yang saat ini sedang melakukan penelitian skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Konsumsi Cairan, Suplemen (*Whey Protein*) Terhadap Status Hidrasi Pada Atlet di UKM Hockey Universitas Pancasila ”. Oleh karena itu, saya memohon kesediaan waktunya untuk mengisi kuesioner mengenai data diri.

Informed consent :

Setelah saya mendapat penjelasan mengenai tujuan penelitian skripsi yang berjudul berjudul “Hubungan Antara Konsumsi Cairan, Suplemen Terhadap Status Hidrasi Pada Atlet di UKM Hockey Universitas Pancasila ”,maka saya:

Nama (usia) :(..... tahun)

Alamat lengkap :

No. HP :

Jakarta,.....2017

Tanda tangan Responden

Tanda tangan Pewawancara

(.....)

(.....)

Lampiran 2 Formulir Karakteristik & Data Hasil Pengukuran

KUISIONER KARAKTERISTIK RESPONDEN

1. Identitas Responden		
1.	Nama Responden	:
2.	Tanggal Lahir	:/..... /.....
3.	Jenis Kelamin	: a) Laki-laki b) Perempuan

Lampiran 3 Formulir Recall 24 Jam

FORMULIR FOOD RECALL 24 JAM

Hari ke-1

Waktu Makan	Nama Makanan	Bahan Makanan		
		Bahan	Banyaknya	
			URT	Gram
Pagi				
Siang				
Sore/Malam				

FORMULIR FOOD RECALL 24 JAM

Hari ke-2

Waktu Makan	Nama Makanan	Bahan Makanan		
		Bahan	Banyaknya	
			URT	Gram
Pagi				
Siang				
Sore/Malam				

FORMULIR DRINK RECALL 24 JAM

Hari ke-1

Waktu Minum	Nama Minuman	Bahan Minuman		
		Bahan	Banyaknya	
			URT	Gram/ml
Pagi				
Siang				
Sore/Malam				

FORMULIR DRINK RECALL 24 JAM

Hari ke-2

Waktu Minum	Nama Minuman	Bahan Minuman		
		Bahan	Banyaknya	
			URT	Gram/ml
Pagi				
Siang				
Sore/Malam				

Lampiran 4 Kuesioner *Semi Quantitatif Food Frequency Questioner*

KUESIONER SEMI QUANTITATIF FOOD FREQUENCY QUESTIONER
SUPLEMEN DAN CAIRAN

Berilah tanda checklist (✓) yang sesuai dengan kebiasaan mengkonsumsi suplemen dan cairan (**dalam 1 bulan terakhir**)

Nama :

Bahan Makanan	Frekuensi Makan						URT	Gram
	Tidak Pernah	1x sehari	>1x sehari	3-6x seminggu	1-3x seminggu	1x sebulan		
Minuman								
Coca-cola								
Fanta								
Sprite								
Pepsi								
Teh								
Kopi								
Susu								
Ale-ale								
Buavita								
Frutamin								
Sirup marjan								
Sirup ABC								
Happy jus								
Frutang								
Mr.Jussie								
Minute maid pulpy								
Floridina								
Nutrisari								
Lainnya								

Minuman Ion/Isotonik								
Mizone								
Pocari sweat								
You C1000								
Hemaviton energy								
Hemaviton C1000								
Kratingdaeng								
Super O2								
Vitazone								
Lainnya								
Suplemen								
L-men whey protein								
Casein protein								
BCAA								
Creatine 4200								
Glutamine drive								
Lainnya								

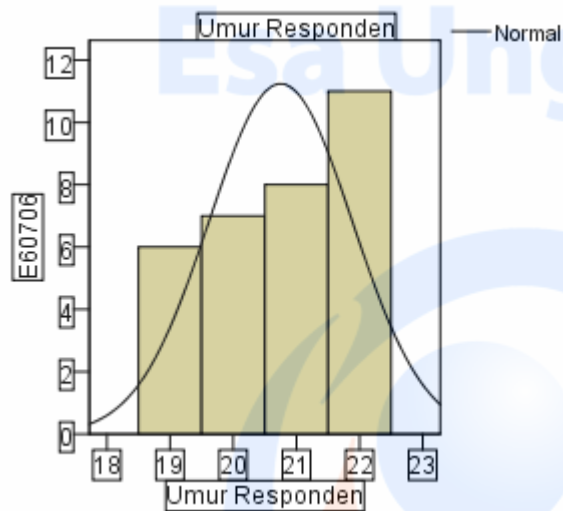
Lampiran 5

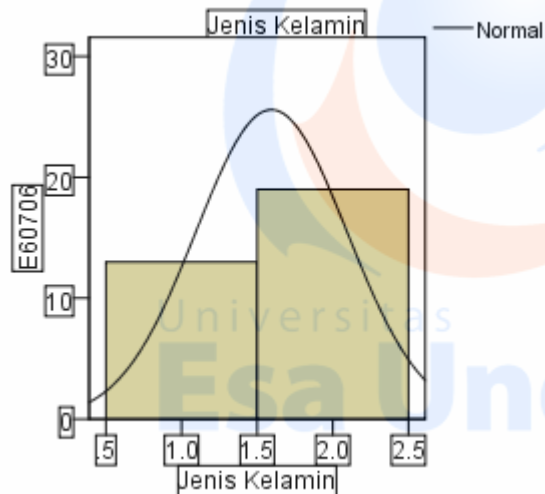
Uji Normalitas

Statistics

		Umur Responden	Jenis Kelamin
N	Valid	32	32
	Missing	0	0
Mean		20.75	1.59
Std. Error of Mean		.201	.088
Median		21.00	2.00
Std. Deviation		1.136	.499
Minimum		19	1
Maximum		22	2
Sum		664	51

Histogram





Descriptives

		Statistic	Std. Error	
Rata-Rata Cairan Minuman	Mean	2612.0088	119.84366	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	2367.5860	
		Upper Bound	2856.4315	
	5% Trimmed Mean	2620.1647		
	Median	2654.7800		
	Variance	459600.116		
	Std. Deviation	677.93814		
	Minimum	1249.57		
	Maximum	3806.67		
	Range	2557.10		
Interquartile Range	967.93			
Rata Rata Cairan Makanan	Skewness	-.044	.414	
	Kurtosis	-.613	.809	
	Mean	1957.6494	100.69089	
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	1752.2890	

	Mean	Upper Bound	2163.0098	
	5% Trimmed Mean		1921.8125	
	Median		1838.2400	
	Variance		324436.943	
	Std. Deviation		569.59367	
	Minimum		1200.33	
	Maximum		3459.40	
	Range		2259.07	
	Interquartile Range		683.46	
	Skewness		.934	.414
	Kurtosis		.403	.809
	Mean		4569.6581	180.05275
	95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	4202.4381	
		Upper Bound	4936.8781	
	5% Trimmed Mean		4552.1185	
	Median		4574.8500	
	Variance		1037407.819	
Jumlah Cairan	Std. Deviation		1018.53219	
	Minimum		2577.16	
	Maximum		6929.75	
	Range		4352.59	
	Interquartile Range		1427.69	
	Skewness		.239	.414
	Kurtosis		.234	.809
Asupan Suplemen	Mean		175.00	34.489

95% Confidence Interval for Mean	Lower Bound	104.66	
	Upper Bound	245.34	
5% Trimmed Mean		161.11	
Median		200.00	
Variance		38064.516	
Std. Deviation		195.101	
Minimum		0	
Maximum		600	
Range		600	
Interquartile Range		400	
Skewness		.709	.414
Kurtosis		-.685	.809

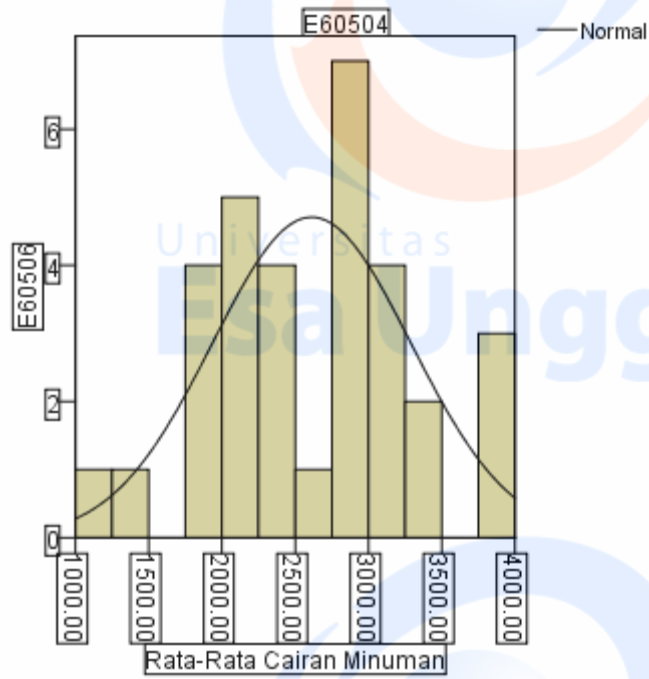
Tests of Normality

	Kolmogorov-Smirnov ^a			Shapiro-Wilk		
	Statistic	Df	Significance	Statistic	df	Significance
Rata-Rata Cairan Minuman	.092	32	.200*	.970	32	.508
Rata Rata Cairan Makanan	.144	32	.090	.921	32	.022
Jumlah Cairan	.074	32	.200*	.977	32	.722
Asupan Suplemen	.284	32	.000	.803	32	.000

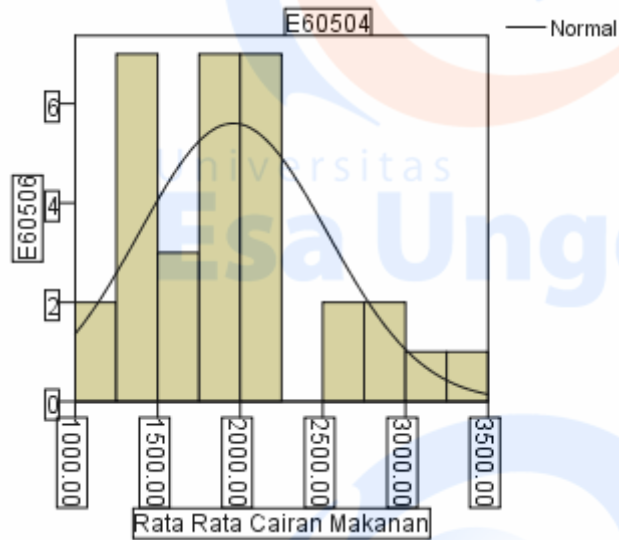
*. This is a lower bound ...

a. Lilliefors Significance Correction

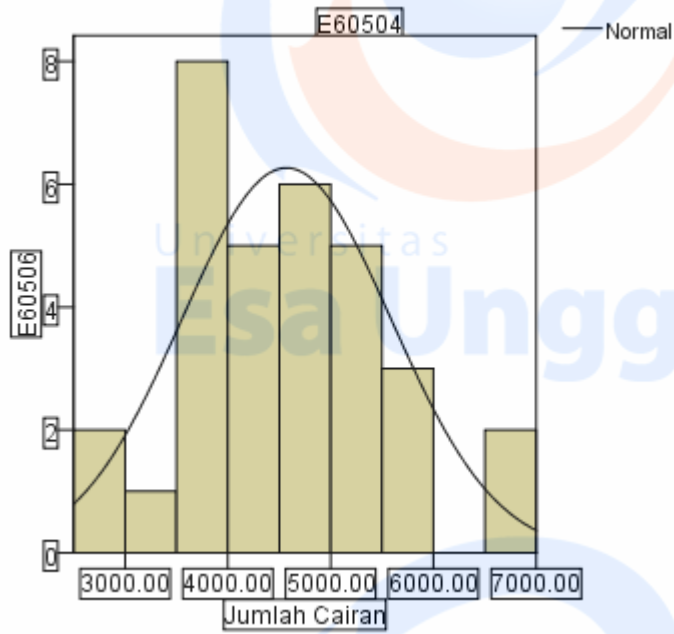
Rata-Rata Cairan Minuman



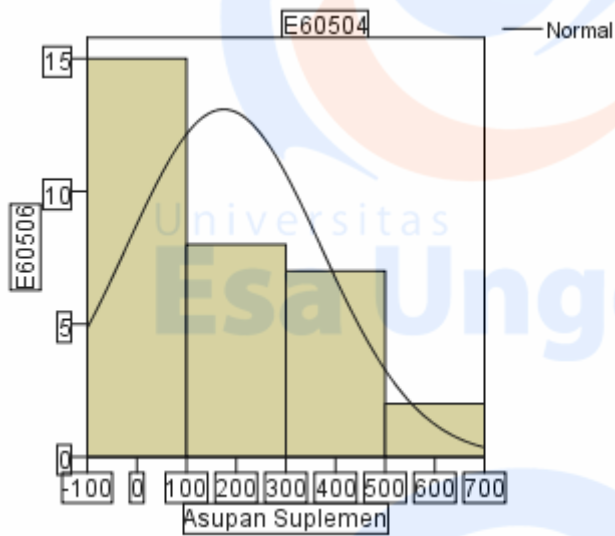
Rata Rata Cairan Makanan



Jumlah Cairan



Asupan Suplemen



Perbedaan Status Hidrasi Sebelum dan Setelah Latihan

Paired Stats...

	Mean	N	Std. Deviation	Std. Error Mean
Pair 1	Kategori Sebelum	32	.50701	.08963
	Kategori Sesudah	32	.42001	.07425

Paired Corr...

	N	Correlation	Significance
Pair 1	32	.346	.053

Paired Samples Test

		Paired Differences			
		Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference
					Lower
Pair 1	Kategori Sebelum - Kategori Sesudah31250	.53506	.09459	.11959

	Paired Differences	t	df	Sig(2-tailed)...	
					95% Confidence Interval of the Difference
					Upper
Pair 1 Kategori Sebelum - Kategori Sesudah50541	3.304	31	.002	

Uji Korelasi Spearman Hubungan Antara Konsumsi Cairan, Asupan Suplemen dan Status Hidrasi Pada Atlet Hoki di UKM Hoki Universitas Pancasila

Group Statistics

	Kategori Sebelum	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Rata-Rata Cairan Minuman	Dehidrasi	15	2303.5513	523.35777	135.13040
	Hidrasi Baik	17	2884.1771	694.91375	168.54134

Indep Test ...

	Levene Test ...	t-test for Equality...			
		F	Significance	t	df
Rata-Rata Cairan Minuman	Equal variances845	.365	-2.640	30
	Not Equal variances ...			-2.688	29.330

Indep Test ...

		t-test for Equality...		
		Sig(2-tailed)...	Mean Difference	Std. Error Diff...
Rata-Rata Cairan Minuman	Equal variances013	-580.62573	219.90970
	Not Equal variances012	-580.62573	216.02409

		t-test for Equality...	
		95% Confidence Interval of the Difference	
		Lower	Upper
Rata-Rata Cairan Minuman	Equal variances ...	-1029.74126	-131.51019
	Not Equal variances ...	-1022.22846	-139.02300

Group Statistics

Kategori Sesudah		N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Rata-Rata Cairan Minuman	Dehidrasi	25	2426.2540	627.98942	125.59788
	Hidrasi Baik	7	3275.4186	374.00933	141.36224

Indep Test ...

	Levene Test ...		t-test for Equality...		
	F	Significance	t	df	
Rata-Rata Cairan Minuman	Equal variances ...	2.302	.140	-3.388	30
	Not Equal variances ...			-4.491	16.622

Indep Test ...

	t-test for Equality...			
	Sig(2-tailed)...	Mean Difference	Std. Error Diff...	
Rata-Rata Cairan Minuman	Equal variances002	-849.16457	250.61229
	Not Equal variances000	-849.16457	189.09815

Indep Test ...

	t-test for Equality...		
	95% Confidence Interval of the Difference		
	Lower	Upper	
Rata-Rata Cairan Minuman	Equal variances ...	-1360.98315	-337.34599
	Not Equal variances ...	-1248.81868	-449.51046

Kategori Sebelum	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Rata Rata Cairan Makanan Dehidrasi	15	1698.6627	336.69135	86.93333
Hidrasi Baik	17	2186.1671	641.12367	155.49533

Indep Test ...

	Levene Test ...		t-test for Equality...	
	F	Significance	t	df
Rata Rata Cairan Makanan Equal variances ...	7.056	.013	-2.638	30
Not Equal variances ...			-2.737	24.797

	t-test for Equality...		
	Sig(2-tailed)...	Mean Difference	Std. Error Diff...
Rata Rata Cairan Makanan Equal variances013	-487.50439	184.79383
Not Equal variances011	-487.50439	178.14657

Indep Test ...

		t-test for Equality...	
		95% Confidence Interval of the Difference	
		Lower	Upper
Rata Rata Cairan Makanan	Equal variances ...	-864.90374	-110.10504
	Not Equal variances ...	-854.55682	-120.45196

Group Statistics

Kategori Sesudah	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Dehidrasi	25	1837.1548	463.19092	92.63818
Hidrasi Baik	7	2387.9871	735.88241	278.13741

Indep Test ...

		Levene Test ...		t-test for Equality...	
		F	Significance	t	df
Rata Rata Cairan Makanan	Equal variances ...	4.061	.053	-2.435	30
	Not Equal variances ...			-1.879	7.382

Indep Test ...

t-test for Equality...		
Sig(2-tailed)...	Mean Difference	Std. Error Diff...

Rata Rata Cairan Makanan	Equal variances021	-550.83234	226.25043
	Not Equal variances100	-550.83234	293.15909

Indep Test ...

		t-test for Equality...	
		95% Confidence Interval of the Difference	
		Lower	Upper
Rata Rata Cairan Makanan	Equal variances ...	-1012.89737	-88.76732
	Not Equal variances ...	-1236.83169	135.16700

Group Statistics

Kategori Sebelum	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Jumlah Cairan Dehidrasi	15	4002.2140	631.22838	162.98247
Hidrasi Baik	17	5070.3441	1045.51991	253.57583

Indep Test ...

		Levene Test ...		t-test for Equality...		
		F	Significance	t	df	Sig(2-tailed)...
Jumlah Cairan	Equal variances ...	1.298	.264	-3.439	30	.002
	Not Equal variances ...			-3.543	26.736	.001

Indep Test ...

		t-test for Equality...		
		Mean Difference	Std. Error Diff...	95% Confidence Interval of the Difference
				Lower
Jumlah Cairan	Equal variances ...	-1068.13012	310.63472	-1702.53085
	Not Equal variances ...	-1068.13012	301.43653	-1686.91314

Indep Test ...

		t-test for Equality...
		95% Confidence Interval of the Difference
		Upper
Jumlah Cairan	Equal variances ...	-433.72938
	Not Equal variances ...	-449.34709

Group Statistics

Kategori Sesudah	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Dehidrasi	25	4263.4088	830.02649	166.00530
Hidrasi Baik	7	5663.4057	904.27542	341.78398

Indep Test ...

		Levene Test ...		t-test for Equality...		
		F	Significance	t	df	Sig(2-tailed)...

Jumlah Cairan	Equal variances026	.873	-3.873	30	.001
	Not Equal variances ...			-3.685	9.039	.005

Indep Test ...

		t-test for Equality...		
		Mean Difference	Std. Error Diff...	95% Confidence Interval of the Difference
				Lower
Jumlah Cairan	Equal variances ...	-1399.99691	361.50744	-2138.29361
	Not Equal variances ...	-1399.99691	379.96585	-2258.97391

Indep Test ...

		t-test for Equality...
		95% Confidence Interval of the Difference
		Upper
Jumlah Cairan	Equal variances ...	-661.70022
	Not Equal variances ...	-541.01992

Group Statistics

Kategori Sebelum	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Asupan Suplemen Dehidrasi	15	186.67	192.230	49.634
Hidrasi Baik	17	164.71	202.920	49.215

Indep Test ...

	Levene Test ...		t-test for Equality...	
	F	Significance	t	df
Asupan Suplemen Equal variances463	.502	.313	30
Not Equal variances314	29.831

Indep Test ...

	t-test for Equality...		
	Sig(2-tailed)...	Mean Difference	Std. Error Diff...
Asupan Suplemen Equal variances756	21.961	70.142
Not Equal variances756	21.961	69.897

t-test for Equality...	
95% Confidence Interval of the Difference	
Lower	Upper

Asupan Suplemen	Equal variances ...	-121.288	165.209
	Not Equal variances ...	-120.823	164.744

Group Statistics

Kategori Sesudah	N	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean
Asupan Suplemen Dehidrasi	25	176.00	202.649	40.530
Hidrasi Baik	7	171.43	179.947	68.014

Indep Test ...

	Levene Test ...	t-test for Equality...			
		F	Significance	t	df
Asupan Suplemen	Equal variances253	.619	.054	30
	Not Equal variances058	10.681

Indep Test ...

	t-test for Equality...	t-test for Equality...		
		Sig(2-tailed)...	Mean Difference	Std. Error Diff...
Asupan Suplemen	Equal variances957	4.571	84.804
	Not Equal variances955	4.571	79.174

Indep Test ...

	t-test for Equality...
--	------------------------

		95% Confidence Interval of the Difference	
		Lower	Upper
Asupan Suplemen	Equal variances ...	-168.621	177.764
	Not Equal variances ...	-170.326	179.469