

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
HALAMAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vii
ABSTRAK	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	3
1.3 Pembatasan Masalah.....	3
1.4 Rumusan Masalah.....	3
1.5 Tujuan dan Manfaat Penelitian.....	4
1.6 Keterbaruan Penelitian.....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
2.1 Gizi dan Produktivitas Kerja.....	9
2.2 Kebutuhan Cairan.....	10
2.3 Status Hidrasi.....	13
2.4 Dehidrasi.....	13
2.5 Faktor yang Mempengaruhi Dehidrasi.....	18
2.6 Kerangka Teori.....	24
2.7 Kerangka Konsep.....	25
2.8 Hipotesis Penelitian.....	25
BAB III METODE PENELITIAN	26
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian.....	26
3.2 Jenis Penelitian.....	26
3.3 Populasi dan Sampel.....	26
3.4 Variabel Penelitian.....	27
3.5 Defenisi Konseptual.....	27
3.6 Defenisi Operasional.....	29
3.7 Pengumpulan Data.....	31
3.8 Pengolahan Data.....	34
BAB IV HASIL	36
4.1 Analisis Univariat.....	36

4.2 Karakteristik Responden	36
4.2.1 Gambaran Karakteristik Responden.....	36
4.3 Gambaran status hidrasi pada pekerja proyek Apartemen Green Cleosa	37
4.4 Hasil Analisis Bivariat.....	38
4.5 Hubungan antara aktivitas fisik, asupan cairan dan status gizi dengan status hidrasi	38
BAB V PEMBAHASAN	42
5.1 Karakteristik Subjek Penelitian.....	42
5.2 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Hidrasi	44
5.3 Hubungan Asupan Cairan dengan Status Hidrasi	45
5.4 Hubungan Status Gizi dengan Status Hidrasi	46
5.5 Keterbatasan Penelitian	47
BAB VI PENUTUP	48
6.1 Kesimpulan	48
6.2 Saran	49
DAFTAR PUSTAKA	50
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keterbaruan Penelitian	6
Tabel 2.1 Keseimbang Air dalam Tubuh	11
Tabel 2.2 Persen Kehilangan Berat Tubuh dengan Gejala Dehidrasi yang Ditimbulkan.....	15
Tabel 2.3 Kategori Tingkat Aktivitas Fisik dengan Nilai <i>Phsycal Activity Level</i>	18
Tabel 2.4 Contoh Perhitungan Aktivitas Fisik	19
Tabel 2.5 Penggolongan Status Hidrasi Lemak Tubuh pada Laki-laki	21
Tabel 3.1 Definisi Operasional.....	29
Tabel 4.1 Karakteristik Responden.....	36
Tabel 4.2 Gambaran status hidrasi pada pekerja proyek Apartemen Green Cleosa.....	37
Tabel 4.3 Hubungan antara aktivitas fisik, di proyek Apartement Green Cleosa.....	38
Tabel 1.1 Keterbaruan Penelitian	6

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori Penelitian24
Gambar 2.2 Kerangka Konsep25
Gambar 4.1 Hubungan antara Nilai PAL dengan Status Hidrasi39
Gambar 4.2 Hubungan antara Asupan Cairan dengan Status Hidrasi
.....40
Gambar 4.3 Hubungan antara Persen Lemak Tubuh dengan Status Hidrasi
.....41