

IDENTIFIKASI STATUS HIDRASI DENGAN PURI (PERIKSA URINE SENDIRI)  
DAN KONSUMSI MINUMAN PADA PEKERJA HOME INDUSTRY TAHU DI  
BANDUNGAN, KABUPATEN SEMARANG

ZULFA HIFNI FAJRIYAH- 25000119130193  
2023-SKRIPSI

Pekerja home industry tahu yang terpapar suhu panas, tidak memiliki pembagian tugas yang jelas, dan tidak memiliki jam istirahat yang pasti, perlu memperhatikan asupan cairannya agar terhindar dari dehidrasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi status hidrasi pekerja tahu dan menganalisis perbedaan status hidrasi sebelum dan sesudah perlakuan. Metode penelitian eksperimen semu, one group pre-test post-test design. Bertempat di beberapa home industry tahu di Desa Kenteng, Bandung. Jumlah sampel 23 subjek, diambil berdasarkan teknik total sampling. Pengukuran status hidrasi dilakukan sebanyak 2 kali, sebelum dan sesudah perlakuan (intervensi pemberian air kelapa). Data konsumsi minuman diambil menggunakan form recall 24 jam dan status hidrasi diukur dengan tabel Periksa Urine Sendiri (PURI). Status hidrasi sebelum perlakuan menunjukkan bahwa 69% pekerja terhidrasi dengan baik, 17% mengalami dehidrasi, dan 13% mengalami dehidrasi berat. Status hidrasi setelah perlakuan mengalami peningkatan, sebanyak 78% pekerja yang terhidrasi dengan baik, 9% mengalami dehidrasi, dan 13% mengalami dehidrasi berat. Ada perbedaan status hidrasi sebelum dan sesudah perlakuan ( $p$ -value = 0.002). Tidak ada hubungan antara konsumsi teh ( $p$ -value = 0.886), susu kedelai ( $p$ -value = 0.462), dan air putih ( $p$ -value = 0.159) dengan status hidrasi. Ada hubungan antara konsumsi kopi dan status hidrasi ( $p$ -value = 0.036). Tidak ada hubungan antara total asupan cairan dan status hidrasi ( $p$ -value = 0.487). Disarankan pekerja mengurangi konsumsi kopi dan teh dan mencukupi konsumsi cairan hariannya dengan air putih.

Kata Kunci: status hidrasi; konsumsi minuman; PURI; air kelapa; kesehatan kerja