

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

## Perbedaan Konsumsi Cairan Antara Remaja yang Obesitas dan Tidak Obesitas di sekolah Menengah Pertama Muhammadiyah 8 Tanah Kusir Jakarta Selatan Tahun 2013

Ajeng Prabawati

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=65595&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Remaja lebih mudah mengalami kekurangan cairan sehingga kebutuhan cairannya harus tercukupi. Banyak penelitian yang menunjukkan bahwa asupan cairan pada remaja masih kurang dari yang direkomendasikan. Banyak penelitian yang menunjukkan bahwa konsumsi cairan pada remaja obesitas lebih banyak daripada remaja yang tidak obesitas namun remaja obesitas lebih mudah mengalami dehidrasi daripada yang tidak obesitas. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan konsumsi cairan antara remaja obesitas dengan remaja tidak obesitas di SMP Muhammadiyah 8 Tanah Kusir, Jakarta Selatan. Metode penelitian ini menggunakan desain cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah siswa-siswi kelas 7 dan 8 di SMP Muhammadiyah 8 Tanah Kusir Jakarta yang berjumlah 365 remaja. Sampel berjumlah 114 remaja secara random sampling. Data yang diambil dalam penelitian ini adalah karakteristik responden, status gizi, asupan cairan, pengetahuan terkait cairan, dan kebiasaan konsumsi cairan. Asupan cairan diperoleh melalui recall 24 jam 2 hari tidak berturut-turut dan kebiasaan konsumsi cairan, pengetahuan terkait cairan diperoleh melalui kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada perbedaan total konsumsi cairan antara remaja obesitas ( $2632,34 \pm 422,58$ ) dengan remaja tidak obesitas ( $2035,28 \pm 447,80$ ) dengan  $p=0,00$ . Tidak ada hubungan yang signifikan antara konsumsi cairan dengan pengetahuan terkait cairan ( $p=0,131$ ). Rata-rata konsumsi cairan dari 114 responden adalah  $2297,15 \pm 447,80$  ml. Konsumsi cairan remaja dalam penelitian ini lebih dari yang direkomendasikan AKG 2012. Air putih memberikan kontribusi terbesar terhadap total konsumsi cairan baik pada remaja obesitas maupun tidak obesitas yakni 55,58% dan 48,37%. Saran yang dapat disampaikan untuk sekolah yaitu sebaiknya pihak sekolah menyediakan air minum di setiap kelas untuk mencegah dehidrasi dini pada remaja sehingga tidak mengganggu konsentrasi belajar di sekolah dan sebaiknya mengganti minuman berkalori dengan air putih lebih baik karena dapat menurunkan berat badan terutama pada remaja obesitas.