

Daftar Pustaka

- Almatsier, Sunita. 2009. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama.
- Armstrong, L. E. 2007. Assessing Hydration Status: The Elusive Gold Standard. *Journal of The American College of Nutrition*, 26(5), 575-584.
- Batmanghelidj, F. 2007. *Air untuk Menjaga Keseimbangan dan Menyembuhkan Penyakit*. Jakarta: Gramedia Pustaka.
- Berman, et al., 2009. *Buku Ajar Praktik Keperawatan Klinis*. Edisi 5. Jakarta: EGC.
- Briawan, et al., 2011. Kebiasaan Minum dan Asupan Cairan di Perkotaan. *Jurnal Klinik Gizi Indonesia*, 8(1): 36 – 41.
- Buanasita. A, et al., 2015. Perbedaan Tingkat Konsumsi Energi, Lemak, Cairan, dan Status Hidrasi Mahasiswa Obesitas dan Obesitas. *Indonesian Journal of Human Nutrition*, 2(1). 32-48.
- Carlton, A dan Marc O R. 2015. The Effect of Fluid Loss on Physical Performance: A ceitical Review. *Journal of Sport and Health Science*. 2(4): 357-363.
- Cauci, S. et al., 2017. Combined Oral Contraceptives Increase High-Sensitivity C-reactive Protein But Not Haptoglobin in Female Athletes. *Sport Med*, 47(1), 175-185.
- Chang, T. et al., 2016. Inadequate Hydration, BMI, and Obesity among US Adults: NHANES 2009-2012. *Ann Fam Med*, 14(4), 320-324.
- Dahlan, Sopiudin. 2013. *Satatistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Derbyshire, Emma. 2013. Hydration and Urinary Tract Health. Natural Hydration Council.
- Didinkaem. 2006. “Berapa banyak harus minum setiap harinya”. <http://www.halalguide.info>.
- Drywień, M. E., & Galon, K. (2016). Assessment of water intake from food and beverages by elderly in Poland. *Roczniki Państwowego Zakładu Higieny*, 67, 399–408.
- European Food Safety Authority (EFSA). 2010. Scientific opinion on dietary reference values for water. *EFSA Journal*, 8, 1459–1506.
- Fauziyah, 2011. Sehat Dengan Air Putih. Surabaya: Stomata.

FAO/WHO/UNU. 2001. *Human Energy Requirement*. Ganeeva: World Health Organization.

Ferry, M., Hininger-Favier, I., Sidobre, B., & Mathey, M. F. 2001. Food and fluid intake of the SENECA population residing in Romans, France. *Journal of Nutrition, Health and Aging*, 5, 235–237.

Fink HH, Alan EM, dan Lisa AB. 2013. *Practical Applications in Sport Nutrition* 3rd ed. Canada: Jones and Bartlett Publisher.

Gibson, MD. 2002. *Anatomi dan Fisiologi Modern untuk Perawat*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran.

Hamrik, Z. et al., 2012. Physical Activity and Sedentary Brhavior in Czech Adults: Result from the GPAQ study. *European Journal of Sport Science*. 14: 193-198.

Hardinsyah, et al., 2009. *Studi Kebiasaan Minum & Status Hidrasi pada Remaja dan Dewasa di Dua Wilayah Ekologi yang Berbeda*. Bogor: Perhimpunan Peminat Gizi & Pangan Indonesia (PERGIZI PANGAN INDONESIA), Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia, IPB.

Hardinsyah, et al. 2010. Kebiasaan Minum dan Status Hidrasi pada Remaja dan Dewasa di Dua Wilayah Ekologi Berbeda. Tim THIRST (*The Indonesian Regional Hydration Status*). FEMA IPB. FKM UNAIR dan FKM UNHAS.

Hardinsyah. 2016. *Ilmu Gizi Teori dan Apliaksi*. Jakarta: EGC.

Haveman-Nies. A., de Groot, L. C., & Van Staveren, W. A. 1997. Fluid intake of elderly Europeans. *Journal of Nutrition, Health and Aging*, 1, 151–155.

Havenith G, van Middendorp H. 1990. The relative influence of physical fitness, acclimatization state, anthropometric measures and gender on individual reactions to heat stress. *Eur J Appl Physiol Occup Physiol*; 61: 419-27.

Heyward, VH. 2002. *Advanced Fitness Assesment and Exercise Prescription*. 4th Ed: <http://humankinetics.com>

Hidayat, R, et al., 2014. *Buku Petunjuk Praktis: Pemenuhan Kebutuhan Cairan Dalam Latihan Fisik*. Perhimpunan Dokter Spesialis Kedokteran Olahraga.

Hidayat. Aziz Alimul, 2007. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika.

Institute of Medicine of the National Academies. 2006. Food and Nutrition Board (IOM-FNB).

- IPAQ, 2002. *Guidelines For Data Processing And Analysis of The International Physical Activity Questionnaire (IPAQ)-Short And Long Forms*. <https://www.ipaq.ki.se/scoring.pdf>.
- Jebb S, McCarthy D, Fry T. 2004. *New Body Fat Reference Curves for Adult. Obesity Review (NAASO)*. <http://www.tanita.co.uk>.
- Johannsen NM, Lind E, King DS, Sharp RL. 2009. Effect of preexercise electrolyte ingestion on fluid balance in men and women. *Med Sci Sports Exerc*; 41: 2017-25.
- Kathleen, L. M dan Escott Stump. 2004. *Krause's Food Nutrition and Diet Therapy*. Phililadelphia: Saudres Company.
- Kemenkes RI. 2013. *Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Nasional Tahun 2013*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kraemer, William. J. 1953. *Exercise Physiologi: Integrating Theory and Application*. China: Library of Congress Cataloging.
- Lemeshow, S. et al., 1990. *Adequacy Sample Size in Health Studies*. New York: World Health Organization.
- Merita, et al., 2018. Status Gizi dan Aktivitas Fisik dengan Status Hidrasi pada Remaja di SMA Negeri 5 Kota Jambi. *Jurnal Ilmu Kesehatan Masyarakat*. 9(3): 207-215.
- Murray B. 2007. Hydration and physical performance. *Journal of the American College of Nutrition* 26(5):542S–548S.
- Nissensohn, M., Sánchez-Villegas, A., Ortega, R., ArancetaBartrina, J., Gil, Á., González-Gross, M., ... Serra-Majem, L. 2016. Beverage consumption habits and association with total water and energy intakes in the Spanish population: Findings of the ANIBES Study. *Nutrients*, 8, 232–250
- Permenkes RI. 2019. Angka Kecukupan Gizi yang Dianjurkan untuk Masyarakat Indonesia. Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia.
- Pertiwi Donna. 2015. Status Hidasi Jangka Pendek Berdasarkan Hasil Pengukuran PURI (Periksa Urin Sendiri) Menggunakan Grafik Warna Urin pada Remaja Kelas 1 dan 2 di SMAN 63 Jakarta Tahun 2015. [Skripsi]. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan. Jakarta: UIN Syarif Hidayatullah.
- Pivarnik JM dan Palmer. 1984. Effects of Endurance Exercise on Metabolic Water Production and Plasma Volume. *Journal of Applied Physiology*, 56:613-618.
- Potter, Patricia. A. 2005. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, dan Praktik edisi 4*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.

- Prayitno, S, et al. 2012. Perbedaan Konsumsi Cairan Dan Status Hidrasi Pada Remaja Obesi Dan Non Obesi. *Journal of Nutrition College*.
- Proboprasowo SM dan Dwiriyani CM. 2004. *Angka Kecukupan Air dan Elektrolit*. Jakarta: Widya Karya Nasional Pangan dan Gizi.
- Putriana, Ditasari. 2014. Status Hidrasi Sebelum dan Sesudah Latihan Atlet Sepak Bola Remaja. *Jurnal Gizi Indonesia*. Semarang: Universitas Diponegoro.
- Rahayu, H. 2012. Faktor Risiko Hipertensi pada Masyarakat RW 01 Srengseng Sawah, Kecamatan Jagakarsa Kota Jakarta Selatan. *Skripsi*. Fakultas Ilmu Keperawatan. Depok: Universitas Indonesia.
- Ramadhan, Reza Imam. 2016. Hubungan Antara Status Hidrasi dan Konsumsi Cairan pada Atlet Bola Basket Putra dan Putri Kejurda Kelompok Usia-18 Kabupaten Indramayu. *Skripsi*. Yogyakarta: Fakultas Ilmu Keolahragaan.
- Ricardo, Mora-Rodriguez, et al., 2016. Influence of Physical Activity and Ambient Temperature on Hydration: The European Hydration Research Study (EHRS). *Nutrients*, 8, 252.
- Santoso, et al., 2012. *Air Bagi Kesehatan*. Jakarta: Centra Communication.
- Shirreffs, S. M. 2003. Makers of Hydration Status. *European Journal of Clinical Nutrition*. 57(2), S6 – S9.
- Simpson, M. R. dan Howard, T. 2011. Selecting and Effectively Using Hydration for Fitness. *American College of Sports Medicine Consumer Information Committee*.
- Slamet, Juli Soemirat. 2007. *Kesehatan Lingkungan*. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.
- Sousa EF, et al., 2007. Assessment of Nutrient and Water Intake among Adolescents from Sports Federation in the Federal District. *British Journal of Nutrition*. 99: 1275 – 1283.
- Stachenfeld, N. S. 2008. Sex Hormone Effects on Body Fluid Regulation. *Exerc Sport Sci Rev*, 36(1), 152-159.
- Sudikno, et al., 2010. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Obesitas pada Orang Dewasa di Indonesia (Analisis Data Riskesdas 2007). *Journal of The Indonesian Nutrition Association*. 33: 37-49.
- Tammy C, et al., 2016. Inadequate Hydration, BMI, and Obesity Among US Adults: NHANES 2009 – 2012. *Annals of Family Medicine*. 14(4): 13-25.
- Tamsuri, Anas. 2009. *Klien Gangguan Keseimbangan Cairan dan Elektrolit: Seri Asuhan Keperawatan*. Jakarta: EGC.

- Wahlqvist, M. L. 1997. *Food and Nutrition. Australia, Asia and The Pasific*. Australia: Library of Australia.
- Wahyuningsih, Retno. 2013. *Penatalaksanaan Diet pada Pasien*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Warburton, D. E. R. 2006. Health benefits of physical activity: The evidence. *Canadian Medical Association Journal*, 174, 801–809.
- Weitkunat, T. et al., 2012. Body Composition and Hydration Status Changes in Male and Female Open-Water Swimmers During an Ultra-endurance Event. *J Sports Sci*, 30(10), 1003-1013.
- Whitmire, S. 2004. *Water, Electrolite and Acid Base Balance*. USA: W. B. Saunders Company.
- WHO. 2005. *Nutrients in Drinking Water*. Geneva: World Health Organization