

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dehidrasi merupakan masalah yang umum, dimana mempengaruhi 75% orang Amerika, dan terutama terjadi di kalangan lansia, dengan tingkat dehidrasi berkisar antara 17% hingga 28% pada lansia di Amerika Serikat. (Taylor dan Jones, 2023).

Seorang prajurit menghadapi beberapa rintangan lingkungan dan fisiologis. Meskipun ada upaya untuk mengurangi risiko dehidrasi, angkanya terus meningkat. Tingkat kasus dehidrasi pada militer Amerika Serikat dari tahun 2013 terjadi peningkatan sebesar 58% pada tahun 2017 dengan Korps Marinir dan Angkatan Darat memiliki tingkat tertinggi sebesar 58% dari seluruh korps prajurit menjadi sasaran beberapa faktor risiko tertentu, seperti peralatan dan perlengkapan, suplemen nutrisi, alasan motivasi yang kuat, kurang tidur, pelatihan soliter di tempat-tempat terpencil, dan elemen kepemimpinan. Para pimpinan militer diharapkan mengambil langkah-langkah proaktif untuk melaksanakan langkah-langkah pencegahan dasar, sekunder, dan tersier (Nye dan O'Connor, 2020).

Menurut penelitian Studi Hidrasi Regional Indonesia tahun 2009, 46,1% dari 1.200 penduduk Indonesia di DKI Jakarta, Jawa Barat, Jawa Timur, dan Sulawesi Selatan mengalami dehidrasi sedang (Fitriah Nur, 2018). Dehidrasi adalah kondisi umum di militer.

Tubuh membutuhkan air karena menyumbang 60% dari berat badan. Air sangat penting untuk mengangkut zat, mengatur suhu tubuh, memperlancar proses kimia, berperan sebagai pelumas pada persendian, dan memainkan berbagai peran dalam tubuh (Perrier, 2019).

Kadet mahasiswa melakukan berbagai aktivitas baik itu akademik maupun non-akademik yang menyebabkan meningkatnya risiko dehidrasi yang dihadapi. Jika keseimbangan cairan tubuh bergeser, tubuh menyesuaikan pelepasan cairan. Mengonsumsi terlalu banyak air

menyebabkan keluarnya cairan berlebih, termasuk urin, yang bersama dengan darah, air liur, dan air mata berfungsi sebagai indikator hidrasi (Muñoz *et al.*, 2020). Ketika asupan air tidak mencukupi, volume urin berkurang dan warnanya meningkat. Perubahan ini mungkin menandakan tingkat hidrasi yang tidak memadai dan dapat menyebabkan dehidrasi jika keseimbangan cairan tubuh terganggu.

Studi ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk penelitian berikutnya yang berkaitan dengan pengaruh status hidrasi terhadap aktivitas kadet mahasiswa. Maka dari itu penulis mengajukan judul penelitian yaitu: “Pengaruh Status Hidrasi Terhadap Aktivitas Kadet Mahasiswa Kedokteran *Cohort 3* Semester III Unhan RI”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka dibuat rumusan masalah dalam penelitian ini, yaitu:

1. Bagaimana pengaruh status hidrasi dengan jenis kelamin kadet mahasiswa kedokteran *cohort 3*?
2. Bagaimana pengaruh status hidrasi dengan IMT kadet mahasiswa kedokteran *cohort 3*?
3. Bagaimana pengaruh status hidrasi dengan *fluid intake* kadet mahasiswa kedokteran *cohort 3*?
4. Bagaimana pengaruh status hidrasi dengan aktivitas fisik kadet mahasiswa kedokteran *cohort 3*?
5. Bagaimana gambaran status hidrasi kadet mahasiswa kedokteran *cohort 3* pada tahun 2023?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah memahami gambaran status hidrasi kadet mahasiswa kedokteran *cohort 3*.

1.3.2 Tujuan khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah untuk:

1. Menganalisis hubungan antara tingkat hidrasi dengan jenis kelamin kadet mahasiswa kedokteran *cohort 3*.
2. Menganalisis hubungan antara tingkat hidrasi dengan IMT kadet mahasiswa kedokteran *cohort 3*.
3. Menganalisis hubungan antara tingkat hidrasi dengan *fluid intake* kadet mahasiswa kedokteran *cohort 3*.
4. Menganalisis hubungan antara tingkat hidrasi dengan aktivitas kadet mahasiswa kedokteran *cohort 3*.
5. Menganalisis gambaran status hidrasi pada kadet mahasiswa kedokteran *cohort 3*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan dukungan dan wawasan untuk kemajuan masa depan dalam kedokteran militer.

1.4.2 Manfaat praktis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan wawasan berharga tentang tingkat hidrasi kadet mahasiswa kedokteran *cohort 3*. Ini akan menjadi referensi yang berguna bagi kadet mahasiswa kedokteran militer dan meningkatkan pemahaman tentang hidrasi selama latihan fisik.