

Hubungan Faktor Internal dan Faktor Eksternal dengan Konsumsi Air Putih pada Remaja Penghuni Asrama Mahasiswa UI, Depok 2011 / Rosmaida

Sinaga, Rosmaida, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20440548&lokasi=lokal>

Abstrak

ABSTRAK

Air merupakan sumber utama kehidupan manusia 55-78% tubuh manusia adalah cairan, bahkan hampir semua reaksi kimia dalam tubuh manusia tidak dapat berlangsung tanpa air. Ada dua faktor yang mempengaruhi konsumsi air putih pada remaja yaitu yang berasal dari internal remaja dan eksternal remaja. Faktor internal meliputi umur, jenis kelamin, IMT, aktivitas fisik, kesukaan minuman, dan pengetahuan sedangkan yang termasuk faktor eksternal adalah pengaruh teman sebaya dan pengaruh media massa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan faktor internal dan eksternal dengan konsumsi air putih pada remaja penghuni asrama mahasiswa UI Depok 2011. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner yang dibagikan kepada 146 remaja penghuni asrama Universitas Indonesia pada bulan April 2011. Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa lebih dari separuh dari jumlah responden (53,4%) kurang konsumsi air putih. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan gizi dengan konsumsi air putih pada remaja. Oleh karena itu sangat penting penyebaran informasi melalui media massa dan promosi kesehatan melalui media Komunikasi, Informasi, dan Edukasi/ media KIE mengenai pentingnya minum air putih bagi kesehatan khususnya bagi remaja.

<hr>

ABSTRACT

Water is the main source of human life , almost 55-78% of the human body is fluid. In fact, almost all chemical reactions in the human body can not take place without water. There are two factors that affect water consumption in adolescents that is derived from internal and external adolescent. Internal factors include age, sex, BMI, physical activity, favorite drinks, and knowledge. Meanwhile, external factor are influence of peer groups and from mass media. The aim of this study is determining the relationship of internal and external factors with water consumption in adolescent students who live in at Dormitory Residents UI Depok 2011. Data was collected using questionnaires, which distributed to 146 adolescent students who live in dormitory of University of Indonesia in April 2011. Based on research, result shows that more than half of respondents (53.4%) have a lack of consuming water. The results also shows a significant relationship between knowledge about nutrition with mineral water consumption in adolescents. Therefore, it is important to distribute information

through mass media and health promotion through Communication, Information, and Education media which contains the importance of drinking water for health, especially for adolescents.