

ABSTRAK

AFRI ANNISA ZUHDI. Gambaran Perilaku Konsumsi Air Putih Pada Remaja SMA Negeri 3 Siak Hulu. Di bimbing oleh DEWI EROWATI dan ALKAUSYARI AZIZ.

Perilaku mengkonsumsi air putih adalah tindakan atau perbuatan dari responden yang setiap harinya mengkonsumsi air putih. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui gambaran perilaku konsumsi air putih pada siswa remaja di SMA Negeri 3 Siak Hulu. Metode penelitian yang digunakan adalah metode deskriptif kualitatif dengan jumlah sampel 82 orang dengan menggunakan teknik *systematic random sampling*. Hasil penelitian ini diambil dengan menggunakan media kuisioner, dan analisa data secara univariat. Hasil dari penelitian ini sebanyak 43,9 % remaja berperilaku kurang dalam mengkonsumsi air putih. Hal ini dapat dilihat pada perilaku siswa yang kurang kesadarannya untuk minum air putih sebanyak 2 liter perharinya, siswa remaja yang minum air putih hanya pada saat merasa haus saja, siswa remaja yang jarang mengkonsumsi air putih di malam hari sebelum tidur, dan siswa yang jarang mengkonsumsi air putih di pagi hari pada saat bangun tidur. Selain itu, kebiasaan siswa yang dapat mempengaruhi kurangnya perilaku konsumsi air putih dapat digambarkan pada kebiasaan siswa yang lebih memilih untuk memesan minuman selain air putih pada saat berkumpul dengan teman teman, siswa lebih suka minuman soft drink, es teh, jus buah dan sirup jika dibandingkan air putih, dan siswa yang masih memilih minuman lain selain dari air putih pada saat makan.

Kata Kunci : Air putih, Perilaku Konsumsi Air Putih

ABSTRACT

AFRI ANNISA ZUHDI. Overview of Water Consumption Behavior in Adolescents of SMA Negeri 3 Siak Hulu. Supervised by DEWI EROWATI and ALKAUSYARI AZIZ.

Water consumption behavior is the action or actions of respondents who consume water every day. The purpose of this study was to determine the description of water consumption behavior in adolescent students at SMA Negeri 3 Siak Hulu. The research method used is descriptive qualitative method with a sample size of 82 people using systematic random sampling technique. The results of this study were taken using questionnaire media, and univariate data analysis. The results of this study were 43.9% of adolescents had poor behavior in consuming water. This can be seen in the behavior of students who lack awareness to drink 2 liters of water per day, teenage students who drink water only when they feel thirsty, teenage students who rarely consume water at night before bed, and students who rarely consume water in the morning when they wake up. In addition, student habits that can affect the lack of water consumption behavior can be described in the habits of students who prefer to order drinks other than water when gathering with friends, students prefer soft drinks, iced tea, fruit juices and syrups when compared to water, and students who still choose drinks other than water when eating.

Keywords : Water, Water Consumption Behavior