

Program Studi Diploma III Keperawatan**Universitas Bhakti Kencana Bandung****Tahun 2020****ABSTRAK**

Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI No. 492/MENKES/PER/IV/2010, air mineral adalah air yang melalui proses pengolahan atau tanpa proses pengolahan yang memenuhi syarat kesehatan dan dapat langsung diminum. Menurut WHO 60% dari tubuh manusia adalah air. Dalam kehidupan sehari-hari kita memerlukan air. Cairan merupakan salah satu unsur gizi esensial dalam tubuh. Penelitian ini dilatar belakangi oleh pengetahuan remaja dalam mengkonsumsi air minum, karena pengetahuan berpengaruh terhadap sikap seseorang. Remaja rentan mengalami dehidrasi yang disebabkan oleh banyaknya remaja melakukan aktivitas fisik yang sangat menguras tenaga dan menguras cairan dalam tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hasil penelitian tentang pengetahuan remaja dalam mengkonsumsi air minum untuk memenuhi kebutuhan cairan didalam tubuh. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian yang berjudul Pengetahuan remaja dalam mengkonsumsi air minum ini menggunakan *Literatur Riview*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh jurnal nasional yang sesuai dengan tema peneliti. Sample yang digunakan dalam penelitian ini adalah 3 jurnal nasional dengan teknik penelitian menggunakan *Purporsive*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 3 jurnal tersebut remaja yang memiliki pengetahuan dalam mengkonsumsi air minum untuk memenuhi kebutuhan cairan didalam tubuhnya sebagian besar memiliki pengetahuan yang baik, namun masih ada remaja yang memiliki pengetahuan yang kurang disebabkan oleh kurangnya edukasi tentang pentingnya mengkonsumsi air minum untuk memenuhi kebutuhan cairan didalam tubuhnya.

Kata Kunci : Air minum, Pengetahuan, Remaja

Daftar Pustaka : 4 Jurnal (2010-2020)
 13 Buku (2010-2020)
 3 Website (2010-2020)

Nursing Diploma III Study Program
Universitas Bhakti Kencana Bandung
2020

ABSTRACT

According to the Minister of Health Regulation No. 492 / MENKES / PER / IV / 2010, mineral water is water that has been processed or without treatment that meets health requirements and can be drunk directly. According to WHO 60% of the human body is water. In everyday life we need water. Liquid is one of the essential nutrients in the body. This research is motivated by the knowledge of adolescents in consuming drinking water, because knowledge affects a person's attitude. Teenagers experience dehydration due to the large number of adolescents doing physical activity which is very draining and drains fluids in the body. This study aims to identify the results of research on the knowledge of adolescents in consuming drinking water to meet the needs of fluids in the body. The research method used in this study, entitled Knowledge of adolescents in drinking drinking water, used a literature study. Literature study or literature study is a technique of collecting data by studying books that are related to the object of research or other sources that support research. Based on the results of research by conducting literature studies and analyzing it, it can be concluded that the knowledge of adolescents in consuming drinking water to meet the needs of fluids in their bodies mostly has good knowledge, but there are still adolescents who have insufficient knowledge due to a lack of education about the importance of consuming drinking water for meet the needs of fluids in his body.

Keywords : drinking water, knowledge, teenager

Bibliography : 4 Journal (2010-2020)
15 Book (2010-2020)
3 Website (2010-2020)