

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Usia remaja merupakan usia yang produktif karena memiliki banyak aktivitas. Aktivitas yang banyak menuntut kita untuk menjaga pola makan kita agar terhindar dari sakit. Pola makan yang cukup juga harus diimbangi dengan asupan konsumsi air putih. Banyaknya remaja yang kurang memperhatikan konsumsi air putih yang ideal setiap harinya menjadikan tubuh mudah terkena sakit seperti pusing, susah buang air besar, lemas, dll. Keadaan tubuh yang kurang cairan terus menerus akan mengakibatkan kerusakan organ seperti ginjal, jantung, dll. Hal ini dikarenakan sebagian besar dari tubuh kita merupakan komponen air. Kondisi tubuh yang kekurangan cairan akan menyerap komponen air dalam darah untuk memenuhi kebutuhan mineral sehingga mengakibatkan darah menjadi kental dan keja ginjal semakin berat. Kampanye ini menggunakan *ambient media* sebagai media promosi. *Ambient media* dipilih karena media ini mampu membangkitkan ketertarikan *audience* ketika berinteraksi di dalamnya dan memberikan pengalaman yang tak terlupakan atau *memorable experience*.

Dari permasalahan tersebut, penulis tertarik untuk merancang kampanye sosial "*Water Before Lower !*" untuk mengedukasi dan mengajak anak muda untuk memperhatikan konsumsi air putih setiap harinya. Minimnya penggunaan *ambient media* sebagai media kampanye di Indonesia mendorong penulis untuk menggunakan media ini.

5.2 Saran

Kampanye ini membutuhkan dukungan dari berbagai pihak dan memerlukan kesadaran dari para remaja Indonesia. Tujuan baik yang digalakkan selama kampanye membutuhkan konsistensi untuk menjaga program ini tetap terlaksana. Ada baiknya jika para remaja tetap menjalankan program kampanye ini dan ikut menyuarakan ke berbagai pihak sebagai generasi muda Indonesia yang cinta kesehatan.