

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Air putih merupakan bagian yang sangat penting dalam tubuh untuk membantu proses kinerja ginjal yang berfungsi untuk mengalirkan darah di dalam tubuh agar bekerja secara maksimal. Kesibukan dan aktivitas masyarakat membuat lupa untuk mengonsumsi air minum sesuai takaran yang dianjurkan agar tetap sehat dan terpenuhinya asupan air dalam tubuh. Perancangan aplikasi dengan judul “*Water for Kidney*” dapat membantu masyarakat agar tetap ingat dan dapat mencukupi asupan air secara maksimal dengan menggunakan alarm sebagai pengingat ketika sedang sibuk beraktifitas. Alarm pengingat ini membantu masyarakat supaya lebih peduli akan cakupan air yang dibutuhkan dalam tubuh, sehingga mampu mengurangi resiko terkena penyakit ginjal yang disebabkan oleh kekurangan cairan pada tubuh. Jumlah takaran air minum yang sudah di tentukan sesuai dengan jenis kelamin, berat badan, dan pola tidur dalam aplikasi ini bisa dikonsumsi setiap harinya, sehingga membuat masyarakat mengerti dan memahami cakupan air yang harus diminum dalam kesehariannya.

5.2. Saran

Perancangan aplikasi ini diharapkan mampu membantu masyarakat agar bisa memenuhi kebutuhan air dalam tubuh untuk mengurangi dampak buruk terkena penyakit ginjal. Perlunya kesadaran masyarakat untuk menjaga organ tubuh terutama ginjal dan mengonsumsi air putih secara rutin perlu ditingkatkan lagi. Melalui metode alarm pada aplikasi ini masyarakat dapat lebih mengetahui dan memahami salah satu cara menjaga kesehatan tubuh kita.