

LAMPIRAN



Gambar Lampiran 1. Akun Instagram Hydraction Project

Sumber: Dokumentasi pribadi, 2022

Transkrip dari Wawancara Ahli Gizi

1. Bagaimana kebutuhan konsumsi air pada anak usia sekolah?

Narasumber : Kebutuhan air minum untuk anak sehat menggunakan Angka Kecukupan Gizi yang dikeluarkan tahun 2019. Kebutuhan tersebut dikelompokkan berdasarkan jenis kelamin dimana pada anak usia 7-9 tahun membutuhkan 1.650 ml/hari sedangkan untuk anak usia 10-12 tahun dikarenakan aktivitas yang dilakukan juga semakin aktif maka kebutuhannya bertambah menjadi 1.850 ml/hari.

2. Terkait kebutuhan konsumsi air putih, apakah ada standar dalam memenuhi air putih yang layak diminum?

Narasumber: Air putih dapat dibagi menjadi 2 yaitu air keran yang direbus dan air kemasan dimana lebih baik untuk dikonsumsi jika melalui air kemasan. Hal itu disebabkan karena jika menggunakan air tanpa diolah, sanitasi di sekitarnya kurang

terjaga kebersihannya serta masih kurang tepatnya dalam merebus air keran. Dampaknya jika anak mengonsumsi air putih tersebut bisa menyebabkan infeksi.

3. Apakah ada dampak yang berpengaruh jika anak kurang mengonsumsi air putih?

Narasumber: Anak yang kurang minum air putih bisa berakibat pada konsentrasi yaitu kurang fokus pada pelajaran dan menyebabkan anak sering mengantuk.

4. Lalu dengan melihat dampak tersebut, hal apa yang mendasari anak-anak tidak terbiasa minum air putih secara rutin?

Narasumber: Anak masih susah untuk diajak minum air putih karena dari kecil masih kurang dibiasakan, bisa dipengaruhi oleh orangtua atau lingkungan sekitarnya, dan anak-anak juga mempunyai banyak aktivitas sehingga terkadang mereka lupa untuk minum air putih.

5. Bagaimana cara mengatasi anak-anak yang kurang minum air putih?

Narasumber: Anak usia sekolah perlu berada dalam pengawasan atau adanya sosok panutan baik dari orangtua, guru, atau teman sebaya.

6. Setelah melihat dampak tersebut, apa manfaat dari anak yang rutin mengonsumsi air putih?

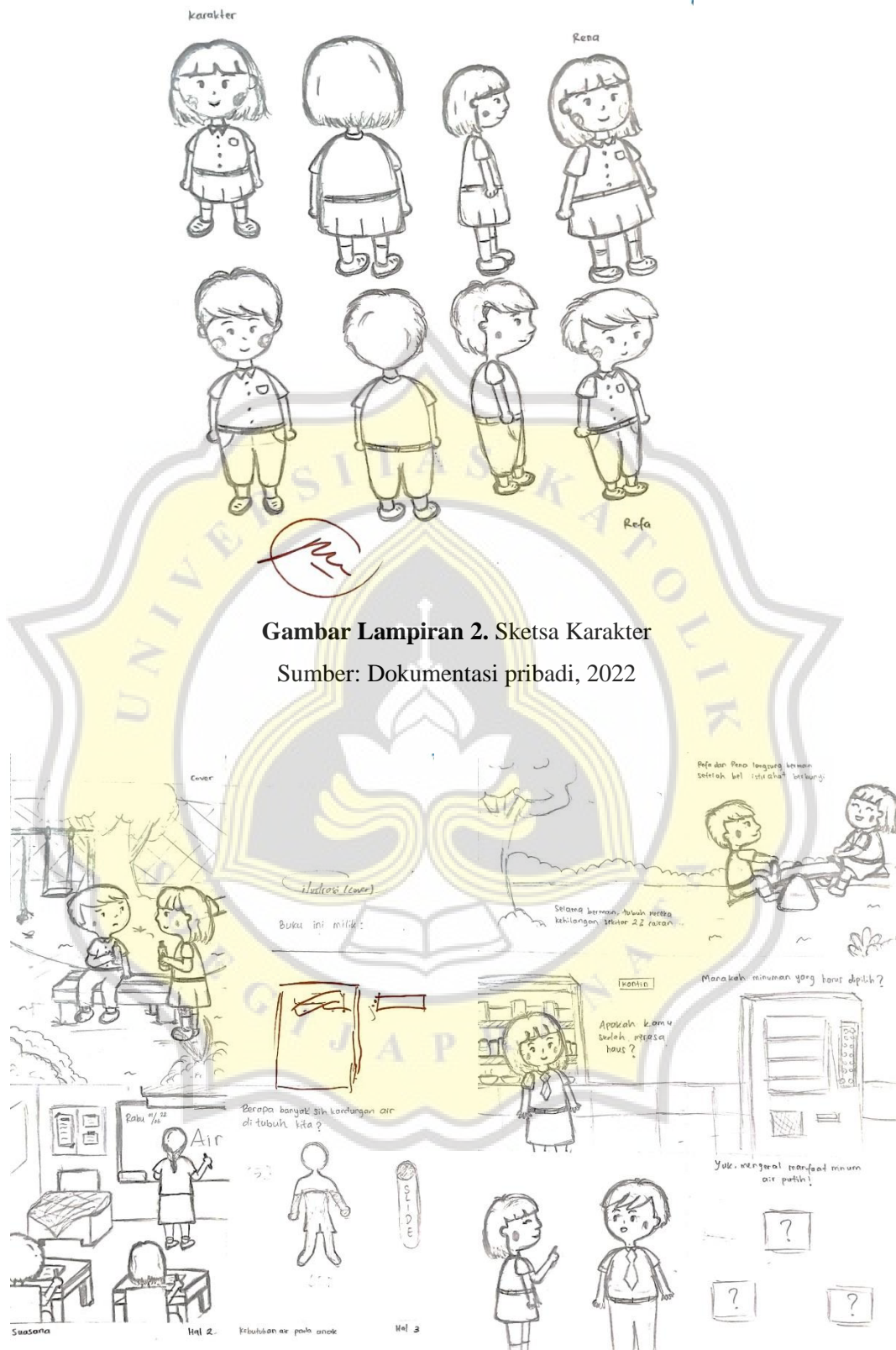
Narasumber: Manfaat dari mengonsumsi air putih secara rutin yaitu melancarkan saluran pencernaan dengan didukung banyaknya aktivitas serta dapat mencegah dehidrasi.

7. Bagaimana cara mengatasi atau adakah solusi terkait anak yang kurang terbiasa minum air putih?

Narasumber: Sosok panutan sangat diperlukan dalam mendampingi anak, kemudian juga harus dibiasakan untuk membawa air minum dari rumah dan jika bisa ditargetkan harus habis, serta menempatkan air minum di dekat anak.

8. Melihat dari kebutuhan air putih yang ternyata sangat penting untuk kesehatan anak, apakah ada kebiasaan anak-anak saat ini di lingkungan sekitar?

Narasumber: Anak-anak masih sering jajan dan mengonsumsi minuman manis sehingga diperlukan pengawasan dan pembatasan dari orang dewasa di lingkungan terdekat anak.



Gambar Lampiran 3. Sketsa Isi Buku

Sumber: Dokumentasi pribadi, 2022

PAPER NAME
18.L1.0032 Dorotea Beta Kirana K.docx

AUTHOR
Dorotea Beta Kirana K

WORD COUNT
5672 Words

CHARACTER COUNT
35376 Characters

PAGE COUNT
23 Pages

FILE SIZE
102.1KB

SUBMISSION DATE
Jun 21, 2022 3:02 PM GMT+7

REPORT DATE
Jun 21, 2022 3:03 PM GMT+7

● **13% Overall Similarity**

The combined total of all matches, including overlapping sources, for each database.

- 9% Internet database
- 2% Publications database
- Crossref database
- Crossref Posted Content database
- 9% Submitted Works database

