

ABSTRAK

PENGARUH EDUKASI GIZI PADA ORANG TUA TERHADAP DURASI *SCREEN-BASED ACTIVITY* ANAK SEKOLAH DASAR DI KABUPATEN BANTUL

Taufik Wahyudi¹, Hamam Hadi², Dewi Astiti³

Latar belakang: Perilaku *sedentary* yang terjadi pada anak tidak luput dari akibat kurangnya perhatian orang tua kepada anaknya, saat ini orang tua telah membiasakan anaknya menggunakan *gadget* dan komputer dengan bebas tanpa mengetahui dampak yang ditimbulkan, salah satunya dapat meningkatkan *screen-based activity*. Orang tua berperan penting dalam mencegah dampak perilaku tersebut yaitu dengan membatasi waktu didepan layar dengan tujuan agar anak dapat melakukan aktivitas fisik lainnya. Aktivitas fisik yang kurang dapat menyebabkan masalah gizi lebih (obesitas).

Tujuan: Untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi pada orang tua terhadap durasi *screen-based activity* anak sekolah dasar di Kabupaten Bantul.

Metode: Jenis penelitian kuantitatif dengan metode penelitian eksperimental, desain penelitian dengan metode *pretest-posttest control group design*. Sampel penelitian ini yaitu anak dengan umur 9-12 tahun dan ibu siswa yang memiliki *whatsapp*, sedangkan untuk kelompok kontrol dilakukan *matching* dengan menyesuaikan jenis kelamin, umur dan pekerjaan orang tua. Besar sampel dalam penelitian ini adalah 64 orang untuk masing-masing kelompok intervensi dan kontrol.

Hasil: Nilai rata-rata kelompok yang diberikan edukasi adalah 147,91 menit/hari, sedangkan sesudah edukasi meningkat menjadi 156,95 menit/hari. Setelah dilakukan uji *Wilcoxon* didapatkan nilai p 0,567. Sedangkan Nilai rata-rata *post test* pada kelompok intervensi adalah 156,95 menit/hari dan kelompok kontrol adalah 156,21 menit/hari setelah dilakukan uji *mann whitney* didapatkan nilai p 0,952. Dengan hasil tersebut diketahui bahwa tidak ada hubungan antara edukasi yang diberikan terhadap durasi *screen-based activity* pada anak.

Kesimpulan: Tidak ada pengaruh edukasi gizi pada orang tua terhadap penurunan durasi *screen-based activity* anak sekolah dasar di Kabupaten Bantul.

Kata kunci: Edukasi Gizi, Anak Sekolah, *Screen-Based Activity*.

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Gizi Universitas Alma Ata Yogyakarta

²Rektor Universitas Alma Ata Yogyakarta

³Dosen Prodi S1 Ilmu Gizi Universitas Alma Ata Yogyakarta

Abstract

EFFECT OF NUTRITION EDUCATION IN PARENTS on *SCREEN-BASED ACTIVITY* DURATION OF ELEMENTARY SCHOOL CHILDREN in BANTUL REGENCY

Taufik wahyudi¹, Hamam Hadi², Dewi astiti³

Background: *Sedentary behavior* that occurs in children does not escape the consequences of the lack of parental attention to his son, now that parents have familiarized his son using *gadgets* and computers freely without knowing the impact, one of them can improve the *screen-based activity*. Parents are instrumental in preventing the impact of such behaviour by limiting the time in front of the screen in order for children to perform other physical activities. Less physical assets can cause more nutritional problems (obesity).

Objectives: to know the effect of nutritional education in parents to the duration of the *screen-based activity* of Elementary school children in Bantul Regency.

Method: Quantitative research type with experimental research method, research design with *pretest Method-posttest control group design*. Samples research the se that is child with age 9-12 year old and a Mothers Student very has *WhatsApp*, while to do the group control done matching with adjusting type genital, age and a mother job. Great samples in the research the se is 64 people to do each of the group intervention and control.

Result: The average value of the group given education was 147.91 minutes / day, while after education increased to 156.95 minutes / day. After the Wilcoxon test, p value of 0.567 was obtained. While the average post-test value in the intervention group was 156.95 minutes / day and the control group was 156.21 minutes / day after the Mann Whitney test was obtained p value 0.952. With these results it is known that there is no relationship between education given to the duration of screen-based activity in children.

Conclusion: There Is no influence of nutritional education in the elderly to the decline of *screen-based activity* duration of Elementary school children in Bantul district.

Keywords: Nutrition education, school children, *Screen-Based Activity*.

¹student of nutrition study Program University of Alma Ata Yogyakarta

²rector of the University of Alma Ata Yogyakarta

³lecturer Prodi S1 of Nutrition Science University of Alma Ata Yogyakarta

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Agenda dalam pembangunan nasional, salah satunya yaitu meningkatkan sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas, produktif, sehat, cerdas, serta mandiri. Adapun upaya yang dapat dilakukan demi mewujudkan hal tersebut adalah dengan meningkatkan status gizi penduduk yang merupakan faktor penting dalam pembentukan sumber daya manusia (SDM) agar lebih berkualitas (1).

Peningkatan status gizi harus dilakukan pada setiap siklus kehidupan dimulai dari usia dini, dalam hal ini yaitu pada anak usia sekolah. Banyaknya fakta yang menunjukkan bahwa permasalahan gizi pada anak di usia sekolah bukan hanya terbatas pada kurang gizi akan tetapi juga masalah gizi lebih (obesitas) yang biasa disebut *double burden malnutrition* atau masalah gizi ganda. Menurut data nasional tahun 2013 menunjukkan bahwa jumlah anak yang mengalami pendek pada anak berumur 5-12 tahun sebanyak 30,7%, kurus 11,2%, dan gemuk 18,8% (2).

Pola hidup yang *sedentary* atau kebiasaan seseorang yang tidak banyak dalam melakukan aktifitas, merupakan faktor yang dapat menyebabkan masalah gizi. Salah satu perilaku *sedentary* adalah waktu yang digunakan didepan layar atau yang biasa disebut dengan *screen-based activity (SBA)*, misalnya anak-anak sering menghabiskan waktu untuk menonton TV, bermain

game di komputer atau di *handphone*, ataupun melakukan kegiatan yang lainnya. Seorang anak dianjurkan tidak menghabiskan waktu SBA lebih dari 2 jam sehari dan sebaiknya melakukan kegiatan fisik sedang sampai 60 menit sehari agar tidak memiliki berat bada berlebih (obesitas) (3).

Semakin banyak waktu yang digunakan untuk melakukan aktivitas di depan layar akan semakin banyak waktu yang tersita untuk tidak melakukan aktivitas rutin lainnya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan pada 488 siswa berusia 6-12 tahun ditemukan bahwa anak yang obesitas memiliki durasi menonton TV lebih lama dibandingkan dengan anak yang tidak obesitas dengan selisi rata-rata menonton adalah 30 menit perhari, dengan odd rasio kejadian obesitas 3.29 kali lebih besar pada anak dengan rata-rata memiliki durasi menonton TV ≥ 2 jam perhari (4). Pada penelitian yang dilakukan pada 277 anak usia prasekolah (TK/PAUD), ditemukan adanya hubungan antara intensitas dari penggunaan *gadget* dengan kejadian obesitas yaitu anak yang dengan intensitas penggunaan *gadget* yang lebih besar beresiko 1.25 kali menderita obesitas jika dibandingkan dengan anak dengan penggunaan intensitas *gadget* yang rendah (5).

Perilaku *sedentary* yang terjadi pada anak-anak tidak luput dari akibat kurangnya perhatian orang tua kepada anak-anaknya, yang mana pada saat ini orang tua telah membiasakan anak-anaknya dalam menggunakan *gadget* dan komputer dengan bebas tanpa mengetahui akibat yang ditimbulkan dari hal

tersebut, yaitu salah satunya dapat meningkatkan *screen-based activity* (aktifitas berbasis layar) pada anak yang dapat menyita waktu anak dalam melakukan aktivitas fisik serta aktivitas yang lainnya. Dari hal tersebut maka orang tua sangat berperan penting dalam mencegah dampak perilaku tersebut yaitu dengan membatasi penggunaan *gadget*, waktu menonton TV, dan waktu yang digunakan anak untuk bermain game dan sebagainya dengan tujuan agar anak-anak tersebut dapat melakukan aktivitas fisik lainnya dan tidak hanya terpaku aktivitas didepan layar saja (6).

Melihat banyaknya anak yang sering melakukan kegiatan SBA diperlukan pencegahan sejak dini guna mengurangi kegiatan maupun aktivitas SBA. Pendidikan khususnya tentang kesehatan merupakan upaya yang dapat dilakukan untuk mengubah perilaku seseorang ataupun masyarakat untuk menuju perilaku hidup sehat. Pendidikan kesehatan yang dilakukan sejak dini pada anak dapat dilakukan dengan cara meningkatkan pengetahuan orangtua sehingga dapat mendidik anak dalam melakukan perilaku hidup sehat dengan mengurangi aktivitas didepan layar dan lebih meningkatkan aktivitas fisik serta lebih memperhatikan asupan makan anak (7).

Semakin berkembangnya teknologi saat ini akan semakin meningkatkan resiko dari penggunaan media berbasis layar dalam waktu yang panjang sehingga dapat lebih mempengaruhi kesehatan pada anak-anak. Dari hasil penelitian, Rostania menyatakan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan

setelah dilakukan pemberian edukasi kepada anak, akan tetapi pola hidup yang *sedentary* pada anak tidak mengalami perubahan. Para ahli menyarankan bahwa intervensi dalam sistem keluarga dapat memberikan perubahan yang lebih besar dan berkelanjutan, interaksi yang terjadi dalam keluarga bersifat timbal balik, artinya setiap anggota dibentuk oleh tindakan anggota keluarga lainnya. Hal ini dibuktikan dalam penelitian Berge dan Everts bahwa *family-based intervention* berpengaruh dalam menurunkan angka obesitas pada anak-anak (8). Oleh sebab itu sasaran yang akan diberikan edukasi pada penelitian ini adalah orang tua, dengan meningkatnya pengetahuan orang tua diharapkan dapat mendidik anak-anaknya dalam berperilaku hidup sehat. Dari hasil ini penulis akan melakukan penelitian tentang pengaruh edukasi gizi pada orang tua terhadap durasi *screen-based activity* anak sekolah dasar di Kabupaten Bantul.

B. Perumusan Masalah

Apakah ada pengaruh edukasi gizi pada orang tua terhadap durasi *screen-based activity* anak sekolah dasar di Kabupaten Bantul?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum :

Untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi pada orang tua terhadap durasi *screen-based activity* anak sekolah dasar di Kabupaten Bantul.

2. Tujuan Khusus :
 - a. Mengetahui durasi *screen-based activity* anak sekolah dasar di Kabupaten Bantul.
 - b. Menganalisis pengaruh edukasi gizi pada orang tua terhadap durasi *screen-based activity* anak sekolah dasar di Kabupaten Bantul.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan khususnya di bidang ilmu gizi, serta bermanfaat bagi pembaca sebagai acuan untuk penelitian yang selanjutnya berkaitan dengan pengaruh edukasi orang tua terhadap durasi *SBA* anak sekolah dasar.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Pendidikan atau sekolah

Memberikan tambahan pengetahuan untuk siswa dan orang tua tentang aktivitas berbasis layar dalam waktu yang lama dapat mengganggu konsentrasi siswa dalam belajar disekolah ataupun dirumah.

- b. Bagi Orang tua

Memberikan informasi kepada orang tua agar lebih memperhatikan anaknya dalam aktivitas berbasis layar (*Screen-based*

activity) dalam jangka waktu yang lama dapat memberikan akibat yang tidak baik untuk kesehatan anak-anaknya.

c. Bidang Keilmuan Gizi

Menambah referensi serta informasi dalam meningkatkan ilmu pengetahuan terbaru di bidang kesehatan pada anak sekolah terutama yang berhubungan dengan pengaruh edukasi gizi pada orang tua terhadap *screen-based activity*.

E. Keaslian Penelitian

1. Penelitian Siwalimbono (2017) tentang hubungan durasi media berbasis layar dengan kejadian obesitas pada remaja putri di sekolah menengah atas Kabupaten Bantul. Tujuan Penelitian : untuk mengetahui hubungan durasi penggunaan media berbasis layar dengan kejadian obesitas pada remaja putri di sekolah menengah atas Kabupaten Bantul. Hasil penelitian menunjukkan durasi penggunaan media pada remaja putri tergolong dalam durasi penggunaan media dengan durasi panjang diatas 2 jam perhari. Jumlah responden menggunakan media berbasis layar dengan durasi panjang 150 orang (63,0%) dengan rata-rata durasi 253,8 menit/hari dibandingkan rata-rata durasi pendek 74,6 menit/hari sebanyak 88 orang (37,0%). Berdasarkan hasil uji *chi-square* diperoleh nilai p-value 0,004 dengan OR = 6,615 ; 95% CI 1,508-29,028, dari nilai OR tersebut dapat diketahui bahwa semakin panjang durasi jenis penggunaan

media yang digunakan remaja akan beresiko obesitas 6 kali lebih besar dibandingkan dengan durasi penggunaan media dalam waktu pendek. Persamaan dari penelitian ini ada pada variabel media berbasis layar (*screen-based activity*), sedangkan perbedaanya yaitu dari subjek yang digunakan pada remaja putri dengan metode penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*.

2. Penelitian Astiti (2013) tentang pola menonton televisi sebagai faktor risiko obesitas pada anak di sekolah dasar Kota Yogyakarta dan Kabupaten Bantul. Tujuan Penelitian : mendeskripsikan pola menonton anak sekolah dasar, durasi menonton TV, dan besar risiko durasi menonton TV terhadap kejadian obesitas pada anak di sekolah dasar Kota Yogyakarta dan Kabupaten Bantul. Hasil Penelitian Menunjukkan anak obesitas dengan selisi rata-rata durasi menonton adalah 30 menit perhari dengan *odds ratio* kejadian obesitas 3,29 kali lebih besar pada anak dengan rata-rata durasi menonton TV ≥ 2 jam perhari, diperlukan peran orang tua untuk mendampingi anak dan memberikan peraturan yang tepat tentang penggunaan TV untuk mengurangi panjangnya durasi aktivitas sedentari dan keterpaparan anak pada iklan makanan. Persamaan penelitian ini dengan penelitian Astiti yaitu adanya persamaan pada variabel yang diteliti terkait aktivitas berbasis layar (*screen-based*

activity) yaitu menonton televisi, sedangkan perbedaannya metode yang digunakan adalah rancangan *case-control study*.

3. Penelitian Zogara (2018) tentang *screen based activity* dan status gizi pada anak sekolah dasar di Kota Kupang. Tujuan penelitian : untuk menganalisis hubungan *screen based activity* dengan status gizi anak sekolah dasar di Kota Kupang. Hasil penelitian menunjukkan aktivitas anak yang sering dilakukan yaitu bermain *handphone* dan nonton TV dalam seminggu dibandingkan aktivitas layar lainnya, anak yang menghabiskan waktu >28 jam seminggu untuk melakukan *SBA* yaitu 30,59%. Jika melihat dari jenis kelamin. Maka perempuan cenderung lebih banyak melakukan *SBA* ≤ 28 jam. Hasil uji statistik menunjukkan tidak ada hubungan antara status gizi dengan *SBA* (p-value 0,86). Banyak siswa yang melakukan *SBA* >28 jam. Oleh sebab itu, perhatian orang tua dan guru diperlukan untuk mengurangi *SBA* anak sehingga tidak banyak anak yang kelebihan gizi. Persamaan penelitian ini terkait variabel *screen based activity*, sedangkan perbedaannya yaitu pada jenis penelitiannya menggunakan *cross-sectional*.
4. Penelitian Rostania (2013) tentang pengaruh edukasi terhadap perubahan pengetahuan dan gaya hidup *sedentary* pada anak gizi lebih di Sdn Sudirman 1 Makassar tahun 2013. Tujuan penelitian : untuk mengetahui pengaruh edukasi gizi terhadap pengetahuan dan gaya hidup *sedentary*

pada anak gizi lebih di Sdn Sudirman 1 Makassar. Hasil penelitian ada pengaruh antara edukasi terhadap perubahan pengetahuan, nilai p-value 0,000 <0,05. Dan tidak ada pengaruh antara edukasi dengan gaya hidup *sedentary* dengan nilai p-value 0,108 >0,05. Persamaan penelitian ini terletak pada variabel edukasi gizi dan perilaku *sedentary* (menonton tv, bermain game dan sosial media dengan menggunakan *handphone*) yang merupakan bagian dari *screen based activity*. Perbedaan Penelitian terletak pada peneliti melihat fokus kepada pengaruh edukasi terhadap kegiatan yang berbasis layar (*screen based activity*) sedangkan pada gaya hidup *sedentary* juga ikut mencantumkan kegiatan seperti tidur siang, duduk santai dan mengerjakan PR.

5. Penelitian Berge & Everts (2011) tentang *Family-Based Intervention Targeting Childhood Obesity : A Meta-Analysis*. Tujuan penelitian : untuk mengetahui meta-analisis intervensi berbasis keluarga yang menargetkan obesitas pada decade terakhir untuk menginformasikan penelitian pada decade berikutnya. Hasil Penelitian menunjukkan perubahan pada nilai BMI dan persen kelebihan berat badan setelah berpartisipasi dalam intervensi berbasis keluarga. Perubahan yang terjadi secara jangka panjang bervariasi berdasarkan penelitiannya, tetapi sebagian besar penelitian menghasilkan perubahan yang berkelanjutan pada BMI anak. Persamaan pada penelitian ini adalah pada intervensi

yang diberikan kepada orang tua anak sedangkan untuk perbedaannya pada obesitas yang merupakan variabel keduanya sedangkan untuk penelitian ini menggunakan *screen-based activity*.

DAFTAR PUSTAKA

1. Zogara, A.U. *Screen based activity* dan status gizi pada anak sekolah dasar di Kota Kupang. *CHMK Health Journal* 2018. 2 (3) : 15-19.
2. Kemenkes RI (2013) Laporan Riset Kesehatan Dasar 2013, Jakarta: Badan penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
3. Putra, A.R., Pangestuti, D.R., & Kartasurya, M.I. Hubungan aktifitas fisik dan waktu di depan layar elektronik dengan indeks massa tubuh siswa SD Islam Hidayatullah Semarang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 2017. 5 (1) : 255-265.
4. Astiti, D., Hadi, H., & Julia, M. Pola Menonton Televisi Sebagai Faktor Risiko Obesitas pada Anak di Sekolah Dasar Kota Yogyakarta dan Kabupaten Bantul. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia* 2013. 1 (2) : 110-119.
5. Tanjung, F.S., Huriyanti, E., & Ismail, D. Intensitas Penggunaan *gadget* dan Obesitas Anak Prasekolah. *BKM Journal of Community Medicine and Public Health* 2017. 30 (12) : 799-804.
6. Ramadhani, D.Y., & Bianti, R.R. Aktifitas Fisik dengan Perilaku Sedentari pada Anak Usia 9-11 Tahun di SDN Kedurus III/430 Kelurahan Kedurus Kecamatan Karang Pilang Surabaya. *Adi Husada Nursing Journal* 2017. 3 (2) : 27-33.
7. Rostania, M., Syam, A., & Najamuddin, U., Pengaruh Edukasi Gizi Terhadap Perubahan Pengetahuan dan Gaya Hidup *Sedentary* pada Anak Gizi Lebih di SDN Sudirman 1 Makassar. Makassar: Universitas Hasanuddin Makassar. Fakultas Kesehatan Masyarakat; 2013.
8. Berge, J.M & Everts, J.C. *Family-Based Interventions Targeting Childhood Obesity : Meta-Analysis*. 2011;110-121. Available from : <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC4504253/>
9. Wahyudi, T. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Obesitas pada Anak Kelas 5 dan 6 di SDN Inti Tondo Kota Palu. Palu : Politeknik Kesehatan Kemenkes Palu; 2016.
10. Nugraheni, H., Indarjo, S., & Suhat. Buku Ajar Promosi Kesehatan Berbasis Sekolah. Yogyakarta : CV Budi Utama, 2012.
11. Harahap, H., Sandjaja, Cahyo, K.N., Pola Aktivitas Fisik Anak Usia 6,0-12,9 Tahun Di Indonesia. *Jurnal Gizi Indonesia*. 36 (2) : 99-108.
12. Putra, W.N. Hubungan Pola Makan, Aktivitas Fisik, dan Aktivitas Sedentari dengan *Overweight* di SMA Negeri 5 Surabaya. *Jurnal Berkala Epidemiologi*. 5 (3) : 298-310.
13. Arundhana, A.I. Hadi, H., & Julia, M. Perilaku *sedentary* sebagai faktor resiko kejadian obesitas pada anak sekolah dasar di kota Yogyakarta dan kabupaten bantul. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia* 2013. 1 (2) : 71-80.
14. Kartika, L.A., Afifah, E., & Suryani, I., Asupan Lemak dan Aktivitas Fisik Serta Hubungannya dengan Kejadian Hipertensi pada Pasien Rawat Jalan. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia* 2016. 4 (3) : 139-146.

15. Marfuah, D., Hadi, H., & Huriyati, E. Durasi dan Kualitas Tidur Hubungannya dengan Obesitas pada Anak Sekolah Dasar di Kota Yogyakarta dan Kabupaten Bantul. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia* 2013. 1 (2) : 93-101.
16. Tanjung, F.S., Huriyati, E., & Ismail, D., Intensitas Penggunaan *Gadget* Dan Obesitas Anak Prasekolah. *BKM Journal Of Community Medicine And Public Health*. 33 (12) : 799-804.
17. Zamzani, M., Hadi, H, & Astiti, D. Aktivitas Fisik Berhubungan dengan Kejadian Obesitas pada Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi dan Dietetik Indonesia* 2013. 4 (3) : 123-128.
18. Suraya, R., Pengaruh Konsumsi Makanan Jajanan, Aktivitas Fisik, *Screen Time*, Dan Durasi Tidur Terhadap Obesitas Pada Remaja Pengguna *Smartphone* Di Madrasah Aliyah Negeri Binjai Tahun 2018. Medan : Universitas Sumatra Utara Medan. Fakultas Kesehatan Masyarakat; 2018.
19. Siwalimbono, F. Hubungan Durasi Penggunaan Media Berbasis Layar dengan Kejadian Obesitas pada Remaja Putri di Sekolah Menengah atas Kabupaten Bantul. Yogyakarta: Universitas Alma Ata Yogyakarta. Fakultas Ilmu Kesehatan; 2017.
20. Setyoadi, Rini, I.S., & Novitasari, T. Hubungan Penggunaan Waktu Perilaku Kurang Gerak (*Sedentary Behaviour*) dengan Obesitas pada Anak 9-11 Tahun di SD Negeri Beji 02 Kabupaten Tulungagung. *Jurnal Keperawatan* 2015. 3 (2) : 155-167.
21. Dhahir, D.F. Pola Asuh Orang Tua Terhadap Akses Televisi Anak di Indonesia. *Jurnal Pekommas* 2017. 2 (1) : 65-74.
22. Ngafifi, M., Kemajuan Teknologi Dan Pola Hidup Manusia Dalam Perspektif Sosial Budaya. *Jurnal Kemajuan Dan Teknologi Manusia* 2014. 2 (1) : 33-47.
23. Faridah, D., Faktor Yang Berhubungan Dengan *Overweight* Dan Obesitas Pada Anak Usia Prasekolah Di TK 'Aisyiyah Bustanul Athfal Kecamatan Tegalrejo Kota Yogyakarta. Yogyakarta: Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Fakultas Ilmu Kesehatan; 2017.
24. Kairupan, T.S., Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dan *Screen Time* Dengan Status Gizi Pada Siswa-Siswa SMP Kristen Eben Haezar 2 Manado.
25. Resly, I.V., Hubungan *Screen Time* Dengan Perkembangan Sosial Anak Usia Sekolah Di SD Negeri Wonosari Baru Gunungkidul. Yogyakarta: Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. Fakultas Ilmu Kesehatan; 2018.
26. Ruauw, B., Kapantow, N.H., & Kaunang, W.P.J., Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dan *Screen Time* Dengan Status Gizi Pada Pelajar SMP Kristen Eben Haezar 2 Manado.
27. Nurfadilah, S.H., Ahmad, R.A., & Julia, M., Aktivitas Fisik Dan *Screen Based Activity* Dengan Pola Tidur Remaja Di Wates. *BKM Journal Of Community Medicine And Public Health*. 33 (7) : 343-350.
28. Notoatmodjo, S. Pendidikan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta : PT. Rineka Cipta, 2010.

29. Permono, H., Peran Orang Tua dalam Optimalisasi Tumbuh Kembang Anak untuk Membangun Karakter Anak Usia Dini. Jakarta : Universitas Persada Indonesia. Fakultas Psikologi; 2013.
30. Pangesti, N., Gunawan, I.M.A., Julia, M. *Screen Based Activity* Sebagai Resiko Kegemukan Pada Anak Prasekolah Di Kota Yogyakarta. *Jurnal Klinik Indonesia* 2016. 13 (1) : 34-41.