

***SCREEN TIME, ASUPAN LEMAK DAN SERAT SERTA  
STATUS GIZI SISWA SEKOLAH DASAR DI KOTA BOGOR***

**ISNA NURLELA NASUTION**



**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT  
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA  
INSTITUT PERTANIAN BOGOR  
BOGOR  
2014**



## **PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA**

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi berjudul *Screen Time*, Asupan Lemak dan Serat serta Status Gizi Siswa Sekolah Dasar di Kota Bogor adalah benar karya saya dengan arahan dari komisi pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Juli 2014

*Isna Nurlela Nasution*  
NIM I14100002



## ABSTRAK

ISNA NURLELA NASUTION. *Screen Time*, Asupan Lemak dan Serat serta Status Gizi Siswa Sekolah Dasar di Kota Bogor. Dibimbing oleh IKEU TANZIHA.

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *screen time* terhadap asupan lemak dan serat serta status gizi siswa sekolah dasar di Kota Bogor. Desain yang digunakan adalah *cross sectional study* mulai September sampai November 2013. Dilakukan metode *random sampling* dalam pemilihan kelas di empat sekolah dasar, kemudian dari masing-masing kelas diambil seluruh siswa sebagai contoh. Contoh berjumlah 125 siswa kelas 6 sekolah dasar. Jenis data yang dikumpulkan adalah data primer dan sekunder serta analisis statistik yang digunakan adalah uji beda *Mann Whitney*, *Independent sample T test*, uji korelasi *Spearman*, dan uji regresi linear berganda. Sebagian besar contoh menghabiskan waktu lebih dari dua jam/hari untuk kegiatan didepan layar (*screen time*) seperti menonton televisi, bermain *play station*, menggunakan komputer dan handphone. Tidak terdapat perbedaan asupan lemak dan serat serta status gizi antara kategori *high screen time* dan *low screen time*. Terdapat perbedaan yang signifikan antara jenis kelamin kategori *high screen time* dan *low screen time*. Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi adalah kebiasaan konsumsi buah dan pendidikan ayah.

Kata kunci: *screen time*, asupan lemak, asupan serat, status gizi

## ABSTRACT

ISNA NURLELA NASUTION. *Screen Time*, Fat and Fiber Intake, and Nutritional Status at Elementary School Children in Bogor. Supervised by IKEU TANZIHA.

The purpose of this study was to analyze the influence of screen time on fat and fiber intake, and nutritional status of elementary school children in Bogor. The design of this study was a cross sectional, it was held between September and November 2013. Random sampling method was used in the selection of classes in four elementary schools, and then from each class was taken all students as an example. Total examples were 125 students in grade 6 elementary school. The data collected were primary and secondary data and statistical analysis used were Mann Whitney test, Independent sample T test, Spearman Correlation test, and multiple linear regressions test. Most of sample spent more than two hours/day for activity in front of the screen (*screen time*), such as watching television, playing play station, using computers and mobile phones. There were no differences in fat and fiber intake and nutritional status between categories high screen time and low screen time. There was differences in gender between categories high screen time and low screen time. The factors that influence nutritional status were fruit consumption habits and father's education.

Keywords: screen time, fat intake, fiber intake, nutritional status







***SCREEN TIME, ASUPAN LEMAK DAN SERAT SERTA  
STATUS GIZI SISWA SEKOLAH DASAR DI KOTA BOGOR***

**ISNA NURLELA NASUTION**

Skripsi  
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar  
Sarjana Gizi  
dari Program Studi Ilmu Gizi pada  
Departemen Gizi Masyarakat

**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT  
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA  
INSTITUT PERTANIAN BOGOR  
BOGOR  
2014**



Judul Skripsi: *Screen Time*, Asupan Lemak dan Serat serta Status Gizi Siswa Sekolah Dasar di Kota Bogor

Nama : Isna Nurlela Nasution

NIM : I14100002

Disetujui oleh

Dr. Ir. Ikeu Tanziha, MS  
Pembimbing I

Diketahui oleh

Dr Rimbawan  
Ketua Departemen

Tanggal Lulus:



## PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah *subhanahu wa ta'ala* atas segala karunia-Nya sehingga karya ilmiah ini berhasil diselesaikan. Tema yang dipilih dalam penelitian yang dilaksanakan sejak September 2013 ini ialah *Screen Time*, dengan judul *Screen Time*, Asupan Lemak dan Serat serta Status Gizi Siswa Sekolah Dasar di Kota Bogor.

Terima kasih penulis ucapkan kepada Dr. Ir. Ikeu Tanziha, MS selaku pembimbing dan Prof. Dr. Ir. Dodik Briawan, MCN selaku penguji sidang atas semua saran dan masukannya untuk penelitian ini. Disamping itu, penghargaan penulis sampaikan kepada pihak sekolah SDN Bantarjati 6, SDN Pengadilan 5, SDN Pajajaran 1, SDN Batutulis 2, dan seluruh siswa yang berpartisipasi dalam penelitian ini. Ungkapan terima kasih juga disampaikan kepada ayah, mama, uwek, kakak Laila Wahyuni Nasution, Adik Muhammad Arifin Nasution serta seluruh keluarga atas segala doa dan kasih sayangnya. Terima kasih kepada teman-teman yang membantu dalam pengambilan data penelitian ini (Pamila, Fara, Defika, Ade Cucu, Fauzi, dan Kak Haning). Terima kasih juga kepada sahabat-sahabat saya (Lilis, Nur, Umami, Ami, Lisa, Rara, Nenggi, Dedel, Eni, Arif, Christian, Fashhan, dan Dini) serta seluruh mahasiswa Gizi Masyarakat angkatan 47 atas doa dan semangatnya.

Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penulisan karya ilmiah ini. Meskipun demikian, semoga karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Bogor, Juli 2014

*Isna Nurlela Nasution*



## DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	iii
DAFTAR GAMBAR	iii
DAFTAR LAMPIRAN	iii
PENDAHULUAN	1
Latar Belakang	1
Perumusan Masalah	2
Tujuan Penelitian	2
Manfaat Penelitian	2
KERANGKA PEMIKIRAN	2
METODE PENELITIAN	4
Desain, Waktu, dan Tempat Penelitian	4
Jumlah dan Cara Penarikan Contoh	4
Jenis dan Cara Pengumpulan Data	5
Pengolahan Data dan Analisis Data	6
Definisi Operasional	8
HASIL DAN PEMBAHASAN	9
Keadaan Umum Sekolah	9
<i>Screen Time</i>	9
Karakteristik Contoh	14
Karakteristik Keluarga	18
Kebiasaan Makan Sumber Lemak dan Serat	20
Status Gizi	27
Faktor-Faktor yang Mempengaruhi <i>Screen Time</i>	28
Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Asupan Lemak dan Serat	28
Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi	29
SIMPULAN DAN SARAN	31
Simpulan	31
Saran	31
DAFTAR PUSTAKA	31
LAMPIRAN	35
RIWAYAT HIDUP	47

## DAFTAR TABEL

1	Jenis dan cara pengumpulan data primer	5
2	Jenis dan cara pengumpulan data sekunder	6
3	Pengkategorian variabel penelitian	6
4	Kategori <i>screen time</i>	9
5	Rata-rata <i>screen time</i> berdasarkan asal sekolah	12
6	Sebaran <i>screen time</i> berdasarkan asal sekolah	13
7	Sebaran uang saku berdasarkan asal sekolah	13
8	Karakteristik contoh berdasarkan kategori <i>screen time</i>	14
9	Besar keluarga berdasarkan kategori <i>screen time</i>	19
10	Pendidikan orang tua berdasarkan kategori <i>screen time</i>	19
11	Pendapatan orang tua berdasarkan kategori <i>screen time</i>	20
12	Kebiasaan konsumsi jajanan berdasarkan kategori <i>screen time</i>	21
13	Kebiasaan konsumsi <i>fast food</i> berdasarkan kategori <i>screen time</i>	22
14	Kebiasaan konsumsi sayur dan buah berdasarkan kategori <i>screen time</i>	24
15	Asupan lemak dan serat berdasarkan kategori <i>screen time</i>	25
16	Tingkat kecukupan energi dan protein berdasarkan kategori <i>screen time</i>	26
17	Status gizi berdasarkan kategori <i>screen time</i>	27

## DAFTAR GAMBAR

1	Kerangka pemikiran	3
2	Cara penarikan contoh	5
3	Sebaran <i>screen time</i> selama seminggu	10
4	Sebaran contoh berdasarkan <i>screen time</i>	11
5	Sebaran <i>screen time</i> berdasarkan jenisnya selama seminggu	12
6	Rata-rata <i>screen time</i> berdasarkan umur	15
7	Sebaran <i>screen time</i> berdasarkan umur	16
8	Rata-rata <i>screen time</i> berdasarkan jenis kelamin	16
9	Sebaran <i>screen time</i> berdasarkan jenis kelamin	17
10	Rata-rata <i>screen time</i> berdasarkan uang saku	18
11	Sebaran <i>screen time</i> berdasarkan uang saku	18
12	Jenis <i>fast food</i> yang biasa dikonsumsi	23

## DAFTAR LAMPIRAN

1	Kuesioner penelitian	35
2	Hasil uji <i>Rank Spearman</i> variabel dependent status gizi	42
3	<i>Independent sample T test</i> asupan lemak	42
4	<i>Independent sample T test</i> asupan serat	42
5	<i>Independent sample T test</i> status gizi	42
6	<i>Independent sample T test</i> umur	43
7	<i>Independent sample T test</i> uang saku	43
8	<i>Independent sample T test</i> TKE	43

9	<i>Independent sample T test</i> TKP	43
10	<i>Model summary</i> variabel dependent <i>screen time</i>	43
11	<i>Coefficients</i> variabel dependent <i>screen time</i>	44
12	<i>Model summary</i> variabel dependent asupan lemak	44
13	<i>Coefficients</i> variabel dependent asupan lemak	44
14	<i>Model summary</i> variabel dependent <i>screen time</i>	44
15	<i>Coefficients</i> variabel dependent <i>screen time</i>	45
16	<i>Model summary</i> variabel dependent asupan lemak	45
17	<i>Coefficients</i> variabel dependent asupan lemak	45
18	Pengisian kuesioner penelitian	46
19	Wawancara <i>food recall</i> 2x24 jam	46
20	Pengukuran tinggi badan menggunakan stature meter	46
21	Pengukuran berat badan menggunakan timbangan	46



## PENDAHULUAN

### Latar Belakang

Boone *et al.* (2007) menyebutkan bahwa kegiatan menonton televisi, penggunaan laptop, komputer, handphone dan bermain *game console* seperti *playstation* termasuk dalam kegiatan *screen time*. *Screen time* adalah total waktu yang dihabiskan untuk penggunaan media elektronik dalam satu hari. Penggunaan media elektronik lebih dari dua jam per hari termasuk dalam kategori *High Screen Time* (HST) sedangkan kurang dari 2 jam termasuk kategori *Low Screen Time* (LST). *American Academy Of Pediatric* tahun 2001 merekomendasikan *screen time* pada anak kurang dari 2 jam per hari. Namun, pada kenyataannya terdapat 65 persen dari anak usia 4 sampai 11 tahun di Amerika yang menggunakan media elektronik lebih dari sama dengan 2 jam perhari (Anderson *et al.* 2008).

Intensitas *screen time* yang tinggi tidak hanya terjadi di negara-negara maju, penelitian Asshidiqie dan Panunggal (2013) pada anak Sekolah Dasar di Kota Semarang, Indonesia menyebutkan bahwa 66.2 persen anak obesitas usia 9 sampai 12 tahun termasuk dalam kategori *high screen time*. Tingginya intensitas *screen time* seperti menonton televisi kemungkinan akan menyebabkan perubahan pola konsumsi pangan anak. Hal ini dapat terjadi karena terpaparnya berbagai iklan makanan di televisi sehingga akan menarik perhatian anak untuk mengonsumsinya. Terjadinya penurunan kualitas konsumsi pangan anak selama penggunaan media elektronik yaitu tingginya konsumsi makanan siap saji dan rendahnya konsumsi sayur dan buah (Lipsky&Lannotti 2012).

*Fast food* merupakan makanan siap saji yang sedang digemari dan banyak dikonsumsi karena sifatnya yang praktis dan instan. Deni (2009) menyebutkan bahwa 82.5 persen siswa sekolah dasar menyatakan terbiasa mengonsumsi *fast food*. Peristiwa ini cukup mengkhawatirkan karena *fast food* merupakan makanan yang menyumbang energi dari lemak yang cukup tinggi namun rendah serat yang dapat meningkatkan kejadian obesitas pada anak (Hidayati *et al.* 2006). Selain itu, tingginya konsumsi *fast food* pada anak tidak diimbangi dengan tingginya konsumsi sayur dan buah yang merupakan sumber serat.

Data Riskesdas (2007) menunjukkan bahwa sebesar 93.6 persen penduduk Indonesia yang berusia diatas 10 tahun kurang mengonsumsi sayur dan buah. Di Jawa Barat, terdapat 96.7% penduduk berusia diatas 10 tahun kurang mengonsumsi sayur dan buah. Asupan serat yang terlampau rendah dalam kurun waktu lama akan mempengaruhi kesehatan dan menyebabkan kegemukan (Soelistijani 2002). Prevalensi anak dengan status gizi lebih di Indonesia berdasarkan Indeks Massa Tubuh menurut umur (IMT/U) tahun 2010 mencapai 9.2 persen, sedangkan di Provinsi Jawa Barat terdapat sekitar 8.5 persen anak usia 6 sampai 12 yang memiliki status gizi lebih (Riskesdas 2010). Diprediksi dengan semakin tingginya *screen time* pada anak maka konsumsi *fast food* akan meningkat sedangkan konsumsi sayur dan buah akan menurun, oleh karena itu penelitian ini penting untuk dilakukan.

## **Perumusan Masalah**

Berdasarkan uraian diatas, maka terdapat beberapa masalah yang ingin diketahui dan dianalisis melalui penelitian ini, yaitu :

1. Bagaimana karakteristik *screen time* dan sebaran *screen time*
2. Bagaimana perbedaan karakteristik individu dan keluarga berdasarkan kategori *screen time*
3. Bagaimana perbedaan asupan lemak dan serat contoh berdasarkan kategori *screen time*
4. Bagaimana perbedaan status gizi contoh berdasarkan kategori *screen time*
5. Bagaimana pengaruh *screen time* terhadap asupan lemak, serat, dan status gizi

## **Tujuan**

### **Tujuan Umum**

Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh *screen time* terhadap asupan lemak dan serat serta status gizi

### **Tujuan Khusus**

1. Menganalisis *screen time* dan sebaran *screen time*.
2. Menganalisis perbedaan karakteristik individu dan keluarga berdasarkan kategori *screen time*.
3. Menganalisis asupan lemak dan serat berdasarkan kategori *screen time*.
4. Menganalisis status gizi berdasarkan kategori *screen time*
5. Menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi *screen time*
6. Menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi asupan lemak dan serat
7. Menganalisis faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi.

## **Manfaat Penelitian**

Manfaat dari penelitian ini adalah menyediakan informasi tentang *screen time* siswa sekolah dasar di Kota Bogor. Selain itu juga menyediakan informasi terkait karakteristik individu, karakteristik keluarga, asupan lemak dan serat, tingkat kecukupan energi dan protein, kebiasaan makan, dan status gizi siswa sekolah dasar berdasarkan kategori *high screen time* dan *low screen time*.

## **KERANGKA PEMIKIRAN**

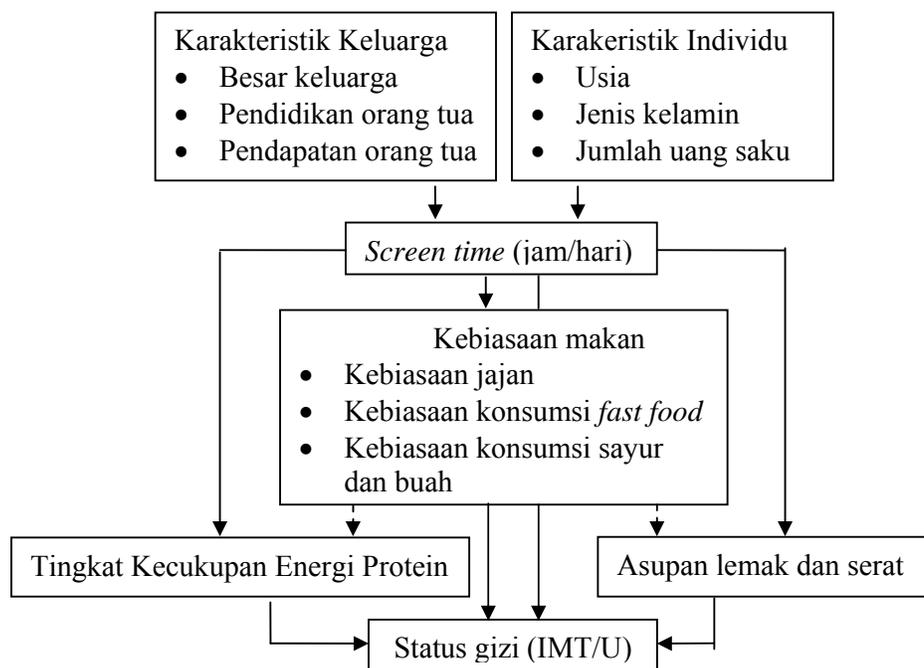
Anak-anak merupakan generasi penerus yang akan berperan dalam pembangunan bangsa. Anak dengan status gizi yang normal akan membentuk SDM (Sumber Daya Manusia) yang berkualitas sehingga dapat berperan penting dalam pembangunan bangsa dikemudian hari. Oleh karena itu, status gizi anak perlu diperhatikan dan selalu dipantau agar tidak terjadi kekurangan maupun

kelebihan gizi. Perubahan gaya hidup yang membuat anak lebih gemar melakukan aktivitas didepan media eletronik daripada bermain diluar rumah kemungkinan akan meningkatkan konsumsi *fast food* dan mengurangi konsumsi sayur dan buah sehingga dapat menyebabkan anak memiliki status gizi lebih.

Penelitian ini dilakukan untuk menganalisis pengaruh *screen time* terhadap asupan lemak dan serat serta status gizi siswa sekolah dasar. Selain itu juga menganalisis perbedaan karakteristik keluarga, karakteristik individu, asupan lemak dan serat, serta status gizi anak berdasarkan kategori *screen time*. Karakteristik keluarga, seperti jumlah anggota rumah tangga, pendidikan, dan pendapatan orang tua dan karakteristik individu seperti usia, jenis kelamin dan jumlah uang saku kemungkinan berbeda antara kedua kategori *screen time*.

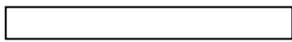
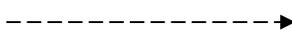
*Screen time* kemungkinan dapat merubah pola makan anak karena biasanya menampilkan iklan makanan yang akan menarik perhatian anak. *Screen time* yang diamati pada penelitian ini adalah menonton televisi, bermain *game console* seperti *play station*, penggunaan laptop atau komputer, serta handphone. Asupan lemak dan serat dapat dilihat dari kebiasaan makan serta jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi sehingga akan diperoleh tingkat kecukupan energi dan protein. Kebiasaan makan yang menggambarkan asupan lemak dan serat meliputi kebiasaan mengonsumsi *fast food*, kebiasaan jajan, serta kebiasaan mengonsumsi sayur dan buah.

Kebiasaan jajan meliputi frekuensi dan jenis jajanan yang dikonsumsi. Kebiasaan mengonsumsi *fast food* meliputi frekuensi dan jenis *fast food* yang paling sering dikonsumsi, sedangkan kebiasaan mengonsumsi makanan sumber serat meliputi frekuensi mengonsumsi sayur dan buah. Tingginya konsumsi *fast food* dan rendahnya konsumsi buah dan sayur akan mempengaruhi asupan lemak dan serat sehingga terjadi perubahan status gizi. Berikut Gambar 1 kerangka pemikiran dan variabel-variabel yang berhubungan dengan *screen time*.



Gambar 1 Kerangka pemikiran

Keterangan :

	:	Variabel yang diteliti
	:	Hubungan antar variabel
	:	Hubungan antar variabel yang tidak diteliti

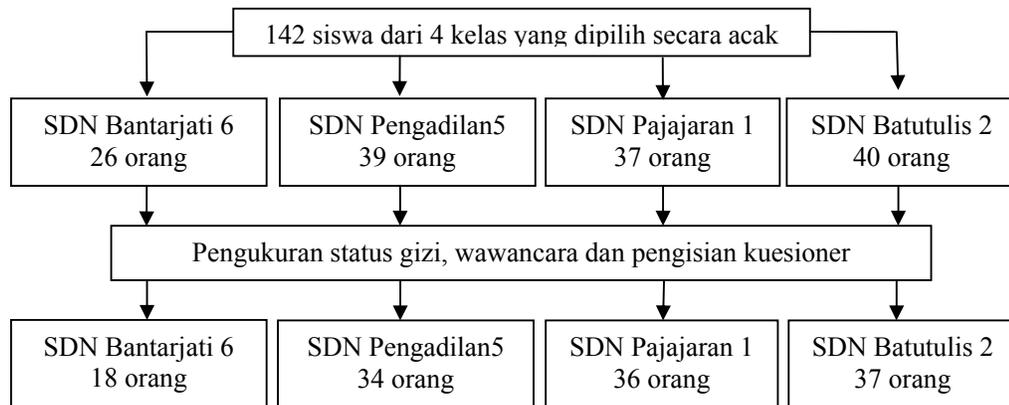
## METODE PENELITIAN

### Desain, Tempat, dan Waktu Penelitian

Desain penelitian yang digunakan adalah *cross sectional study*, yaitu pengamatan yang dilakukan sekaligus pada satu waktu. Metode yang digunakan berupa pengukuran, wawancara, dan pengisian kuesioner oleh responden. Penelitian ini dilakukan di empat Sekolah Dasar di Kota Bogor, yaitu SDN Bantarjati 6, SDN Pengadilan 5, SDN Pajajaran 1, dan SDN Batutulis 2. Penelitian ini merupakan bagian dari penelitian lintas fakultas/departemen dengan judul Peningkatan Kesehatan Masyarakat melalui *Interactive Breakfast-Nutrition Learning Content Management System Berbasis Mobile* untuk Siswa Sekolah Dasar (Rachmaniah *et al.* 2013). Pemilihan lokasi penelitian dilakukan secara *purposive* berdasarkan akreditasi A dan kemiripan status sosial ekonomi. Pengumpulan data penelitian akan dilakukan mulai bulan September sampai November 2013 yang akan dilanjutkan dengan pengolahan dan analisis data.

### Jumlah dan Cara Penarikan Contoh

Contoh pada penelitian ini adalah siswa kelas 6 Sekolah Dasar dengan usia contoh penelitan adalah 10 – 13 tahun. Pertimbangan pemilihan contoh karena pada usia ini anak sudah mampu berfikir secara logis sehingga dapat memahami dan mengisi kuesioner dengan baik. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh siswa kelas 6 di keempat Sekolah Dasar tempat penelitian. Penarikan contoh dilakukan dengan metode *random sampling* dalam pemilihan kelas di empat sekolah dasar. Setiap satu sekolah diambil secara acak satu kelas dan dari satu kelas diambil seluruh siswa sebagai contoh karena siswa diberikan penyuluhan yang merupakan bagian dari penelitian Rachmaniah *et al.* (2013). Total siswa dari empat kelas yang dipilih secara acak adalah 142 orang. Setelah dilakukan pengukuran status gizi, wawancara, serta pengisian kuesioner, sampel penelitian ini berjumlah 125 orang. Berdasarkan Gambar 2, partisipan terbanyak dalam penelitian ini berturut-turut adalah siswa dari SDN Batutulis 2 yang berjumlah 37 orang, SDN Pajajaran 1 (36 orang), SDN Pengadilan 5 (34 orang), sedangkan partisipan terkecil adalah SDN Bantarjati 6 (18 orang). Hal ini karena jumlah siswa dalam satu kelas di SDN Bantarjati 6 yang sedikit (26 orang) dan terdapat beberapa anak yang tidak mengembalikan kuesioner penelitian. Berikut Gambar 2 cara penarikan contoh penelitian.



Gambar 2 Cara penarikan contoh

### Jenis dan Cara Pengumpulan Data

Jenis data yang dikumpulkan adalah data primer dan data sekunder. Pengumpulan data primer dilakukan melalui wawancara langsung menggunakan kuesioner (Lampiran 1) dan melalui pengukuran tinggi badan (Lampiran 20) dan berat badan secara langsung (Lampiran 21). Data sekunder diperoleh melalui data arsip sekolah. Data primer yang dikumpulkan meliputi data karakteristik contoh, konsumsi pangan, dan kebiasaan makan diperoleh dengan cara wawancara langsung dengan contoh. Data *screen time* selama seminggu dibawa pulang dan diisi sendiri oleh contoh, sedangkan data karakteristik keluarga diisi oleh orang tua. Berat badan contoh diukur menggunakan timbangan digital dan untuk tinggi badan diukur menggunakan *stature meter*. Berikut jenis dan cara pengumpulan data primer (Tabel 1) dan data sekunder (Tabel 2) secara rinci.

Tabel 1 Jenis dan cara pengumpulan data primer

No	Variabel	Jenis Data	Cara Pengumpulan Data
1	Karakteristik contoh	Jenis kelamin Usia Uang saku	Menggunakan kuesioner
2	Karakteristik keluarga	Besar keluarga Pendidikan orang tua Pendapatan keluarga	Menggunakan kuesioner
3	<i>Screen Time</i>	Menonton tv Penggunaan laptop/komputer Penggunaan handphone Bermain <i>play station</i>	<i>Screen time</i> selama seminggu dengan menggunakan kuesioner
4	Kebiasaan makan	Kebiasaan konsumsi <i>fast food</i> Kebiasaan konsumsi sayur, buah Kebiasaan jajan	Menggunakan kuesioner
5	Konsumsi pangan	Jumlah dan jenis pangan	<i>Food recall</i> 2x24 jam
6	Status gizi secara antropometri	Berat badan (BB) Tinggi badan (TB)	Menggunakan timbangan digital dan <i>stature meter</i>

Tabel 2 Jenis dan cara pengumpulan data sekunder

No	Variabel	Jenis Data	Cara Pengumpulan Data
1	Letak geografis	Lokasi Sekolah	Arsip data sekolah
2	Gambaran umum	Keadaan umum sekolah	Arsip data sekolah

### Pengolahan Data dan Analisis Data

Data primer yang diperoleh melalui pengisian kuesioner (Lampiran 18) dan pengukuran dianalisis secara statistik deskriptif dan statistik inferensial, sedangkan data sekunder yang diperoleh melalui data arsip sekolah dianalisis secara statistik deskriptif. Proses pengolahan data meliputi *editing, coding, entry, cleaning*, dan analisis. Data diolah dengan menggunakan program komputer Microsoft *Excel 2007*. Data berat badan dan tinggi badan diolah menggunakan WHO Anthro Plus. Data konsumsi pangan yang diperoleh dari *Food Recall 2 x 24* jam meliputi jenis dan jumlah pangan (Lampiran 19). Jumlah pangan yang dikonsumsi contoh dihitung menggunakan *Nutrisurvey* versi Indonesia tahun 2007. Cara pengkategorian variabel penelitian dapat dilihat pada Tabel 3.

Tabel 3 Pengkategorian variabel penelitian

No	Variabel	Kategori pengukuran	Sumber
1	Usia	10, 11, 12, 13 tahun	
2	Jenis Kelamin	Laki-laki Perempuan	
3	Uang saku	≤Rp 2000 >Rp2000-Rp 5000 >Rp5000-Rp 10000 >Rp 10000	
4	Pendidikan orang tua	Tidak sekolah/Tidak lulus SD SD/ sederajat SMP/ sederajat SMA/ sederajat Diploma Sarjana/Pascasarjana	
5	Pendapatan orang tua	≤ Rp 1000000 >Rp 1000000 –Rp 2500000 >Rp 2500000 - Rp 5000000 > Rp 5000000	
6	Besar keluarga	Keluarga kecil (≤4 orang) Keluarga sedang (5-7 orang) Keluarga besar (≥8 orang)	BKKBN (2005)
7	Screen time	<i>High screen time</i> (≥2 jam/hari) <i>Low screen time</i> (<2 jam/hari)	<i>American Academy Of Pediatric</i> (2001)

Tabel 3 Pengkategorian variabel penelitian (lanjutan)

No	Variabel	Kategori pengukuran	Sumber
8	Tingkat Kecukupan Energi dan Protein	Defisit tingkat berat (<70% AKG) Defisit tingkat sedang (70-79% AKG) Defisit tingkat ringan (80-89% AKG) Normal (90-119% AKG) Kelebihan ( $\geq$ 120% AKG)	Depkes (1996) dalam Sukandar (2007)
9	Status gizi	<i>Severe obese</i> ( $\geq$ 3 SD) <i>Obese</i> (+2 SD $\leq$ z-score < +3 SD) <i>Overweight</i> (+1 SD $\leq$ z-score < +2 SD) <i>Normal</i> (-2 SD < z-score < +1 SD) <i>Thinness</i> (-2 SD $\leq$ z-score < -3 SD) <i>Severe thinness</i> ( $\leq$ -3 SD)	WHO (2007)
10	Kebiasaan jajan	Frekuensi ▪ Sering ( $\geq$ 4 kali/minggu) ▪ Jarang (1-3 kali/minggu) ▪ Tidak pernah Jenis ▪ Makanan berat ▪ Makanan ringan/snack ▪ Minuman kemasan	Winarno (2004)
11	Kebiasaan konsumsi sayur dan buah	Sering ( $\geq$ 4 kali/minggu) Jarang (1-3 kali/minggu) Tidak pernah	
12	Kebiasaan konsumsi <i>fast food</i>	1 kali/bulan 2 kali/bulan 3 kali/bulan $\geq$ 4 kali/bulan	
13	AKG laki-laki 10-12 tahun	Energi 2100 kkal Protein 56 g Lemak 70 g Serat 30 g	Direktorat Bina Gizi (2014)
14	AKG laki-laki 13-15 tahun	Energi 2475 kkal Protein 72 g Lemak 83 g Serat 35 g	Direktorat Bina Gizi (2014)
15	AKG perempuan 10-12 tahun	Energi 2000 kkal Protein 60 g Lemak 67 g Serat 28 g	Direktorat Bina Gizi (2014)
16	AKG perempuan 13-15 tahun	Energi 2125 kkal Protein 69 g Lemak 71 g Serat 30 g	Direktorat Bina Gizi (2014)

Setelah proses pengolahan data selesai, dilakukan analisis data secara statistik deskriptif dan statistik inferensial. Analisis statistik deskriptif menjelaskan gambaran umum sekolah, sedangkan analisis statistik deskriptif dan statistik inferensial menjelaskan variabel karakteristik individu, karakteristik

keluarga, kebiasaan makan, asupan lemak dan serat, tingkat kecukupan energi dan protein serta status gizi. Analisis statistik inferensial dilakukan dengan menggunakan program komputer yaitu SPSS versi 16.0 *for windows*. Uji yang digunakan adalah uji beda *Mann Whitney*, *Independent sample T test*, uji korelasi *Rank Spearman*, dan uji regresi linear berganda. Uji beda *Mann Whitney* dan uji beda *Independent T test* digunakan untuk menganalisis keberadaan perbedaan karakteristik contoh, karakteristik keluarga, kebiasaan makan, asupan lemak dan serat, TKE dan TKP serta status gizi berdasarkan kategori *high screen time* dengan *low screen time*. Uji korelasi *Rank Spearman* untuk menganalisis hubungan karakteristik contoh, karakteristik keluarga, kebiasaan makan, asupan lemak dan serat, TKE dan TKP dengan status gizi. Uji regresi linear berganda digunakan untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi *screen time*, asupan lemak, serat dan status gizi.

### Definisi Operasional

**Siswa sekolah dasar** adalah murid kelas 6 sekolah dasar dari masing-masing kelas di SDN Bantarjati 6, SDN Pengadilan 5, SDN Pajajaran 1, dan SDN Batutulis 2 yang dipilih secara acak

**Screen time** adalah total waktu yang dihabiskan untuk aktivitas didepan layar media elektronik dalam satu hari seperti menonton televisi, bermain *game console*, menggunakan komputer, laptop dan handphone.

**High screen time** adalah penggunaan media elektronik lebih dari sama dengan 2 jam per hari

**Low screen time** adalah penggunaan media elektronik kurang dari 2 jam per hari.

**Asupan lemak** adalah rata-rata lemak dari makanan dan minuman yang dikonsumsi dalam satuan gram per hari

**Asupan serat** adalah rata-rata serat dari makanan dan minuman yang dikonsumsi dalam satuan gram per hari

**Status gizi** adalah keadaan kesehatan tubuh seseorang atau sekelompok orang yang diketahui berdasarkan nilai z score IMT/U

**Uang saku** adalah bagian dari pengalokasian pendapatan keluarga yang diberikan kepada anak untuk keperluan harian.

**Karakteristik keluarga** adalah hal yang mempengaruhi tumbuh kembang anak seperti besar keluarga, pendidikan, dan pendapatan orang tua.

**Pendidikan orang tua** adalah jenjang pendidikan formal terakhir yang ditempuh atau ditamatkan orang tua.

**Pendapatan orang tua** adalah total penghasilan orang tua selama sebulan.

**Besar keluarga** adalah banyaknya anggota keluarga yang tinggal menetap bersama dalam satu atap dan hidup dari penghasilan yang sama.

**Konsumsi pangan** adalah informasi tentang jumlah dan jenis pangan yang dimakan seseorang atau sekelompok orang pada waktu tertentu

**Kebiasaan makan** adalah cara individu atau kelompok dalam memilih pangan dan mengonsumsi makanan sumber lemak dan serat

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Keadaan Umum Sekolah

Penelitian ini dilakukan di empat Sekolah Dasar di Kota Bogor yaitu SDN Bantarjati 6, SDN Pengadilan 5, SDN Pajajaran 1, dan SDN Batutulis 2. SDN Bantarjati 6 terletak di jalan Taweuran Raya nomor 6, SDN Pengadilan 5 terletak di jalan Pengadilan nomor 10, SDN Pajajaran 1 terletak di jalan Raya Pajajaran, dan SDN Batutulis 2 terletak di jalan Batutulis nomor 137. Keempat sekolah ini merupakan Sekolah Dasar Negeri di empat wilayah berbeda di Kota Bogor. SDN Bantarjati 6 terletak di wilayah Bogor Utara, SDN Pengadilan 5 di wilayah Bogor Tengah, SDN Pajajaran 1 di wilayah Bogor Timur, dan SDN Batutulis 2 di wilayah Bogor Selatan.

### Screen Time

*Screen time* meliputi waktu yang dihabiskan untuk kegiatan-kegiatan didepan layar seperti menonton televisi, menggunakan komputer, laptop, handphone dan bermain *game console* (Boone *et al.* 2007). Kategori *screen time* menurut *American Academy of Pediatrics* tahun 2001 terbagi menjadi dua yaitu kategori *Low Screen Time* (LST) kurang dari 2 jam/hari dan kategori *High Screen Time* (HST) lebih besar sama dengan 2 jam/hari. *Screen time* yang dihitung adalah rata-rata *screen time* selama seminggu sehingga diperoleh satuan jam/hari. Berikut tabel karakteristik kategori *screen time*.

Tabel 4 Kategori *screen time*

<i>Screen time</i> (jam/hari)	Total		Rata-rata±SD
	n	%	
<i>Low screen time</i> (jam/hari)	47	37.6	1.22±0.44
<i>High screen time</i> (jam/hari)	78	62.4	3.77±2.05
Total (jam/hari)	125	100	2.81±2.06

Berdasarkan Tabel 4, sebanyak 62,4 persen (78 orang) contoh penelitian berada pada kategori HST dan 37.6 persen (47 orang) berada pada kategori LST. Hal ini membuktikan bahwa sebagian besar contoh menghabiskan waktu lebih dari sama dengan 2 jam/hari untuk melakukan kegiatan didepan layar. Kairupan (2012) menyebutkan dalam penelitiannya pada anak SMP di Manado bahwa terdapat 93,2 persen contoh memiliki *screen time* lebih dari 2 jam per hari. Nina *et al.* (2013) menyebutkan dalam penelitiannya di Norwegia tahun 2008, sebanyak 45 persen contoh memiliki total *screen time* lebih dari 2 jam/hari.

Rata-rata durasi *screen time* siswa kelas 6 SD di Kota Bogor adalah 2.81±2.06 jam/hari. Hasil penelitian ini lebih tinggi dari penelitian Nina *et al.* (2013) di Norwegia yang menunjukkan bahwa rata-rata *screen time* ditahun 2001 adalah 2 jam per hari sedangkan rata-rata ditahun 2008 adalah 1.7 jam per hari. Namun hasil penelitian ini lebih rendah dari penelitian Mark *et al.* (2006) yang menyebutkan bahwa *screen time* contoh di Kanada adalah 3.71 sampai 4.71 jam

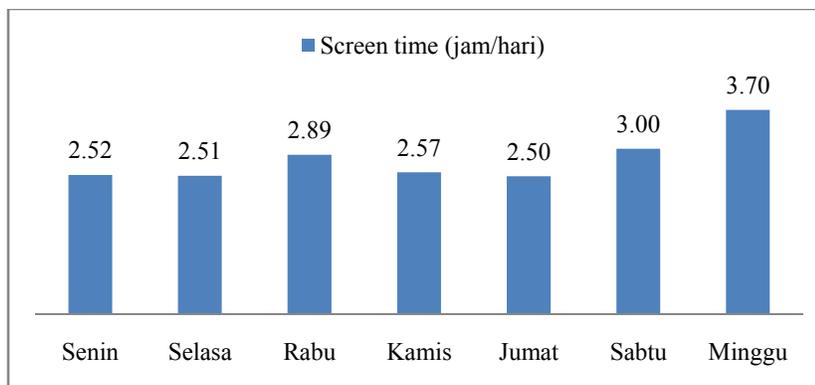
per hari. Perbedaan ini mungkin disebabkan oleh perbedaan wilayah penelitian dan perbedaan gaya hidup sehingga mengakibatkan perbedaan rata-rata *screen time* contoh.

Durasi *screen time* terlama adalah 7.57 jam/hari sedangkan durasi terpendek adalah 0.43 jam/hari. Contoh dengan durasi terlama banyak menghabiskan waktu didepan layar pada hari libur yaitu 10.5 jam/hari dengan durasi terlama yaitu bermain *play station* selama 6 jam pada hari sabtu. Contoh dengan durasi *screen time* terpendek hanya menghabiskan waktu didepan layar televisi, contoh tidak menggunakan handphone, *play station*, dan komputer. Hasil penelitian Kairupan (2012) menyebutkan bahwa durasi *screen time* terlama adalah 10 jam 23 menit per hari dengan rata-rata *screen time* secara keseluruhan adalah 5 jam 19 menit per hari.

### Sebaran *screen time* selama seminggu

Berdasarkan Gambar 3, rata-rata *screen time* tertinggi adalah pada hari minggu dan yang terendah adalah hari jumat. Hal ini mungkin karena hari minggu merupakan hari libur sehingga contoh memiliki lebih banyak waktu luang yang memungkinkan contoh untuk melakukan aktivitas didepan media elektronik. Umardani (2011) menyebutkan bahwa rata-rata kegiatan ringan seperti duduk, menonton televisi, dan bermain ringan (komputer dan *play station*) pada hari libur meningkat 2.5 jam pada contoh laki-laki dan 2.3 jam pada contoh perempuan.

Jika ditinjau berdasarkan hari sekolah, sebaran *screen time* pada hari Senin, Selasa, Rabu, Kamis, dan Jumat cenderung seimbang. Hal ini karena contoh menghabiskan sebagian besar waktunya untuk belajar disekolah. Rata-rata *screen time* hari Sabtu lebih tinggi dari hari sekolah lainnya karena pada hari Sabtu contoh melakukan kegiatan ekstrakurikuler di sekolah sehingga memiliki waktu luang yang lebih banyak untuk *screen time*. Selain itu, hari sabtu adalah penghujung hari sekolah sehingga kemungkinan contoh untuk melakukan *screen time* lebih tinggi mengingat keesokan harinya adalah hari libur.



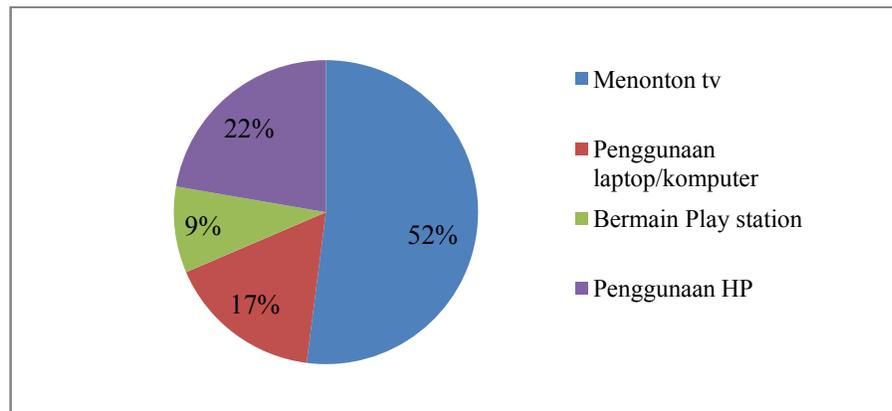
Gambar 3 Sebaran *screen time* selama seminggu

Berdasarkan hari sekolah dan hari libur, rata-rata *screen time* contoh pada hari sekolah yaitu  $2.66 \pm 2.00$  jam/hari lebih rendah dari rata-rata *screen time* pada hari libur yaitu  $3.70 \pm 2.94$  jam/hari. Hal menunjukkan bahwa contoh lebih banyak menghabiskan waktu didepan layar pada hari libur daripada hari sekolah. Wisudasari (2012) menyebutkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara

lama menonton televisi pada hari libur dan hari sekolah.

### Sebaran *screen time* berdasarkan jenisnya

Berdasarkan Gambar 4, sebagian besar contoh menghabiskan waktu untuk menonton televisi dan sebagian kecil contoh bermain *play station*. Rata-rata contoh menonton televisi adalah  $1.46 \pm 1.34$  jam/hari, penggunaan handphone  $0.63 \pm 0.70$  jam/hari, penggunaan laptop atau komputer  $0.46 \pm 0.65$  jam/hari, dan bermain *play station* adalah  $0.26 \pm 0.49$  jam/hari. Hal ini disebabkan oleh contoh penelitian yang sebagian besar adalah perempuan sehingga cenderung jarang bermain *play station*. Penelitian Anderson *et al.* (2008) di Amerika Serikat menunjukkan bahwa waktu rata-rata anak usia 4-11 tahun untuk menonton televisi adalah dua jam per hari. Sebesar 50 persen dari contoh penelitian Mark *et al.* (2006) di Kanada menonton televisi 2.29-2.71 jam per hari. Lipsky dan Lannotti (2012) menyebutkan bahwa rata-rata penggunaan komputer remaja di Amerika Serikat adalah 2.8 jam/hari. Perbedaan hasil penelitian ini mungkin disebabkan oleh perbedaan wilayah penelitian sehingga gaya hidup contoh juga kemungkinan berbeda. Berikut gambar sebaran *screen time* secara keseluruhan.



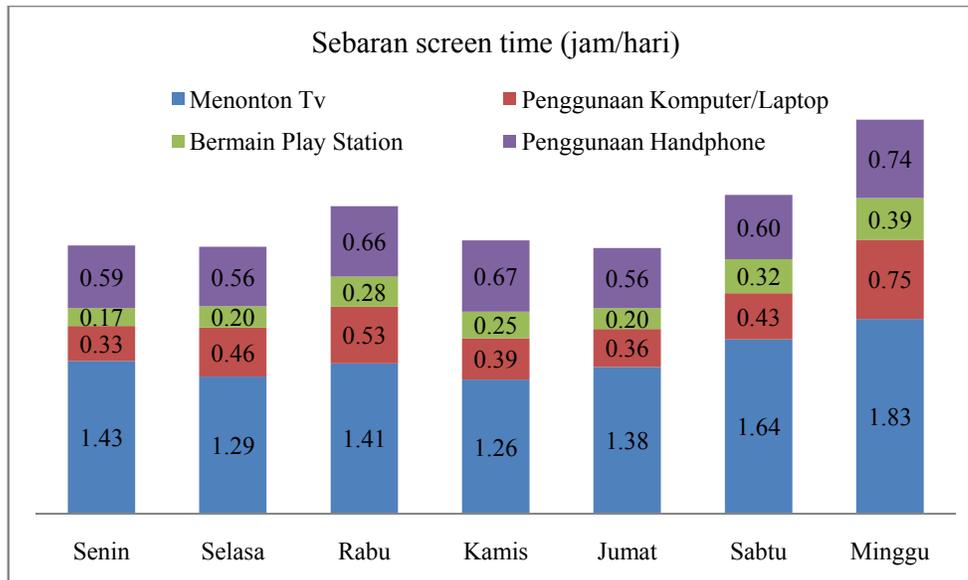
Gambar 4 Sebaran contoh berdasarkan *screen time*

Berdasarkan Gambar 5, rata-rata menonton televisi, penggunaan komputer atau laptop, penggunaan handphone, dan bermain *play station* tertinggi adalah pada hari Minggu. Hal ini terjadi karena pada hari Minggu contoh memiliki waktu luang yang lebih banyak untuk kegiatan didepan layar (*screen time*). Hasil penelitian ini sejalan dengan Umardani (2011) menyebutkan bahwa alokasi menonton televisi siswa sekolah dasar di Bogor pada hari libur lebih tinggi dari hari sekolah.

Rata-rata menonton televisi pada hari libur adalah 1.83 jam/hari, penggunaan komputer atau laptop (0.75 jam/hari), penggunaan handphone (0.74 jam/hari), dan bermain *play station* (0.39 jam/hari). Hal ini tidak sejalan dengan Mustika (2012) menyebutkan dalam penelitiannya di Bogor bahwa rata-rata menonton televisi contoh laki-laki adalah 3 jam/hari dan contoh perempuan adalah 3.4 jam/hari pada hari libur. Perbedaan ini terjadi karena contoh dari penelitian Mustika (2012) adalah anak pesantren sehingga kemungkinan tidak menggunakan media elektronik lain kecuali televisi.

Rata-rata menonton televisi terendah adalah pada hari Kamis, penggunaan

komputer/laptop dan bermain *play station* terendah adalah pada hari Senin, penggunaan handphone terendah adalah pada hari Selasa dan Jumat. Secara keseluruhan, rata-rata sebaran *screen time* terendah adalah pada hari sekolah. Dimana pada hari-hari tersebut, kegiatan belajar mengajar berlangsung mulai pukul 07.00-13.00 WIB.



Gambar 5 Sebaran *screen time* berdasarkan jenisnya selama seminggu

#### **Screen time berdasarkan asal sekolah**

Penelitian dilakukan di empat sekolah dasar di Kota Bogor. Berikut tabel rata-rata *screen time* berdasarkan asal sekolah. Berdasarkan Tabel 5, partisipan terbanyak adalah siswa dari SDN Batutulis 2 yang berjumlah 37 orang atau 29.6 persen dari total contoh, sedangkan partisipan terkecil adalah SDN Bantarjati 6 yaitu 14.4 persen dari total contoh. Partisipan yang berasal dari SDN Pengadilan 5 sebanyak 27.2 persen dan SDN Pajajaran 1 sebanyak 28.8 persen. Rata-rata *screen time* tertinggi berdasarkan asal sekolah adalah SDN Pajajaran 1, dilanjutkan dengan SDN Pengadilan 5, SDN Batutulis 2, dan yang terendah adalah SDN Bantarjati 6.

Tabel 5 Rata-rata *screen time* berdasarkan asal sekolah

Asal Sekolah	Low screen time (jam/hari)		High screen time (jam/hari)		Total screen time (jam/hari)	
	n	Rata-rata±SD	n	Rata-rata±SD	n	Rata-rata±SD
SDN Bantarjati 6	8	1.34±0.39	10	2.94±0.74	18	2.23±1.01
SDN Pengadilan 5	13	1.07±0.49	21	3.70±2.53	34	2.69±2.38
SDN Pajajaran 1	4	1.29±0.32	32	3.76±1.42	36	3.48±1.56
SDN Batutulis 2	22	1.25±0.44	15	4.47±2.84	37	2.56±2.42

Sebaran *screen time* SDN Pajajaran 1 baik menonton televisi, penggunaan komputer/laptop, penggunaan handphone, dan bermain *play station* lebih tinggi

dari SDN lainnya (Tabel 6). Sebaran *screen time* pada SDN Bantarjati 6 yang meliputi kegiatan menonton televisi dan penggunaan komputer atau laptop lebih rendah dari SDN lainnya. Sebaran *screen time* SDN Pengadilan 5 yaitu bermain *play station* dan penggunaan handphone lebih rendah dari SDN lainnya. Hal ini mungkin disebabkan oleh letak SDN Pajajaran 1 yang dekat dengan pusat perbelanjaan di Kota Bogor sehingga akan lebih banyak terpapar oleh media, sedangkan letak SDN Bantarjati 6 yang sedikit jauh dari pusat perbelanjaan di Kota Bogor.

Tabel 6 Sebaran *screen time* berdasarkan asal sekolah

Asal sekolah	Menonton televisi		Penggunaan laptop/komputer		Bermain <i>play station</i>		Penggunaan handphone	
	Rata-rata	Sd	Rata-rata	sd	Rata-rata	Sd	Rata-rata	sd
SDN Bantarjati 6	1.08	0.63	0.33	0.41	0.30	0.49	0.52	0.45
SDN Pengadilan 5	1.58	1.87	0.44	0.47	0.17	0.35	0.50	0.58
SDN Pajajaran 1	1.70	1.17	0.58	0.98	0.35	0.48	0.85	0.75
SDN Batutulis 2	1.31	1.14	0.44	0.46	0.23	0.61	0.58	0.80

Selain itu, rata-rata uang saku contoh SDN Pajajaran 1 lebih tinggi dari SDN lainnya (Tabel 7) yaitu Rp 9618. Berdasarkan uji korelasi *Rank Spearman*, terdapat hubungan yang signifikan antara uang saku dengan *screen time* ( $p=0.033$ ) dengan arah korelasi positif yang artinya semakin tinggi uang saku maka semakin tinggi *screen time*. Rata-rata uang saku SDN Pengadilan 5 berada di urutan kedua, dilanjutkan oleh SDN Batutulis 2, dan rata-rata uang saku terendah adalah SDN Bantarjati 6. Perbedaan uang saku diantara empat sekolah dasar ini mungkin disebabkan oleh perbedaan lokasi dari masing-masing sekolah. SDN Pajajaran 1 berada lebih dekat dengan pusat kota sehingga memungkinkan contoh memiliki uang saku yang lebih tinggi dari sekolah lainnya, sedangkan SDN Pengadilan 5 lebih dekat dengan pasar sehingga contoh memiliki uang saku lebih rendah sedikit dari SDN Pajajaran 1.

Besar uang saku merupakan indikator sosial ekonomi keluarga (Andarwulan 2008). Tingginya uang saku yang merupakan indikator sosial ekonomi keluarga yang tinggi kemungkinan berkaitan dengan *screen time* anak karena anak memiliki peluang yang lebih tinggi untuk memiliki benda benda elektronik seperti handphone, laptop, komputer, atau play station. Kairupan (2012) menyebutkan bahwa tingginya *screen time* didukung oleh temuan tingginya kepemilikan media elektronik seperti televisi, DVD, *video game*, komputer maupun laptop.

Tabel 7 Sebaran uang saku berdasarkan asal sekolah

Asal sekolah	Uang saku (Rp)	
	Rata-rata	SD
SDN Bantarjati 6	5333	2717
SDN Pengadilan 5	9333	4388
SDN Pajajaran 1	9618	3055
SDN Batutulis 2	7635	3034

### Karakteristik Contoh

Masa usia sekolah dasar dibedakan menjadi dua fase, yaitu kelas rendah SD (umur 6 atau 7 tahun sampai 9 atau 10 tahun) dan kelas tinggi SD (umur 9 atau 10 tahun sampai usia 13 tahun). Beberapa karakteristik anak sekolah yaitu pertumbuhannya tidak secepat bayi, lebih aktif memilih makanan yang disukai, dan kebutuhan energi tinggi karena aktivitas yang meningkat. Anak-anak SD usia 6-12 tahun adalah kelompok yang memiliki interaksi yang intensif dengan lingkungan sekolah, teman, media massa, dan program pemasaran perusahaan. Mereka pada dasarnya memiliki karakter yang sangat mudah terpengaruh oleh lingkungannya termasuk dalam memilih makanan. Seorang anak belum memiliki pengetahuan yang cukup dalam memilih makanan yang sesuai kebutuhan mereka sehingga akan mudah menerima dan menyukai makanan yang dikonsumsi oleh orang-orang disekitarnya (Sumarwan 2007). Contoh merupakan siswa kelas 6 SD yang termasuk kelas tinggi di sekolah dasar. Berikut tabel karakteristik contoh berdasarkan *screen time*.

Tabel 8 Karakteristik contoh berdasarkan kategori *screen time*

Karakteristik Contoh	<i>Low screen time</i>		<i>High screen time</i>		Total		p
	n	%	n	%	n	%	
Umur (tahun)							
10-11	4	8.51	7	8.97	11	8.8	0.964
11-12	36	76.60	59	75.64	95	76	
12-13	6	12.77	10	12.82	16	12.8	
≥13	1	2.13	2	2.56	3	2.4	
Jenis kelamin							
Laki-laki	11	24.4	34	43.6	45	36	0.023
Perempuan	36	76.6	44	56.4	80	64	
Uang saku (Rp)							
≤ 2000	0	0	0	0	0	0	0.242
2000- 5000	15	31.91	16	20.51	31	24.8	
5000- 10000	28	59.57	50	64.10	78	62.4	
>10.000	4	8.51	12	15.38	16	12.8	

Sebagian besar contoh berada pada usia 11 sampai 12 tahun (Tabel 8). Rata-rata umur pada kedua kelompok hampir sama yaitu  $11.09 \pm 0.54$  tahun untuk kategori LST dan  $11.09 \pm 0.56$  tahun untuk kategori HST. Secara keseluruhan rata-rata umur contoh adalah  $11.09 \pm 0.55$  tahun. Berdasarkan uji beda *Independent sample T test*, tidak terdapat perbedaan antara umur kategori HST dengan LST (Lampiran 6). Hal ini sesuai dengan penelitian Al-Hazza *et al.* (2013) di Saudi Arabia bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara *screen time* dengan umur. Lipsky dan Lannotti (2012) juga menyebutkan bahwa kegiatan menonton televisi berdasarkan umur contoh tidak berbeda nyata pada remaja di Amerika Serikat.

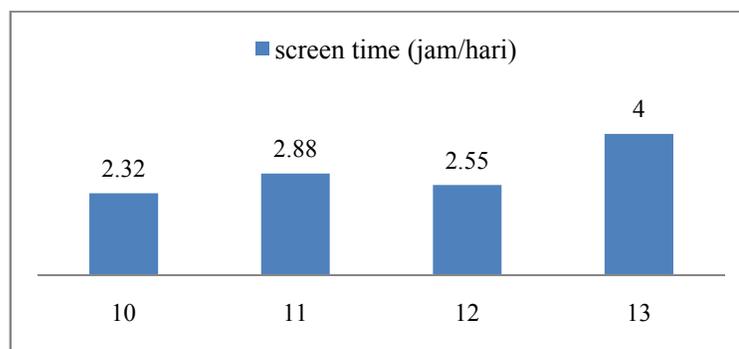
Jumlah contoh laki-laki lebih sedikit daripada contoh perempuan (Tabel 8). Contoh laki-laki berjumlah 45 orang (36%) sedangkan contoh perempuan berjumlah 80 orang (64%). Berdasarkan uji beda *Mann Withney*, terdapat perbedaan yang signifikan antara jenis kelamin kategori HST dan LST. Hal ini

sesuai dengan pernyataan Al-Hazza *et al.* (2013) yang menyebutkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara laki-laki dan perempuan dalam total *screen time*. Rata-rata *screen time* pada contoh laki-laki dengan kategori HST cenderung ( $3.90 \pm 2.25$  jam/hari) lebih tinggi dari perempuan ( $3.67 \pm 1.91$  jam/hari) dan rata-rata *screen time* contoh laki-laki kategori LST ( $1.33 \pm 0.45$  jam/hari) lebih tinggi dari contoh perempuan ( $1.18 \pm 0.43$  jam/hari).

Sebagian besar uang saku contoh baik kategori LST dan HST berada pada kisaran Rp 5000 hingga kurang dari sama dengan Rp 10000 dengan rata-rata uang saku seluruh contoh adalah Rp  $8332 \pm 3715$  (Tabel 8). Suryaalamasyah (2009) menyebutkan bahwa rata-rata uang saku siswa sekolah dasar di Bogor adalah Rp 5000-10000 per harinya, sedangkan Madanijah *et al.* (2010) menyebutkan bahwa 77 persen siswa di kabupaten Bogor menerima uang saku dengan kisaran Rp 500-5000 per hari. Rata-rata uang saku contoh dengan kategori HST (Rp  $8625 \pm 3934$ ) lebih tinggi daripada kategori LST (Rp  $7830 \pm 3297$ ). Berdasarkan, uji beda *Independent sample T test* tidak terdapat perbedaan uang saku antara kategori HST dengan LST (Lampiran 7). Hal ini kemungkinan karena uang saku contoh baik kelompok HST maupun LST berada pada kisaran Rp 5000 hingga kurang dari sama dengan Rp 10000.

#### Sebaran *screen time* berdasarkan umur

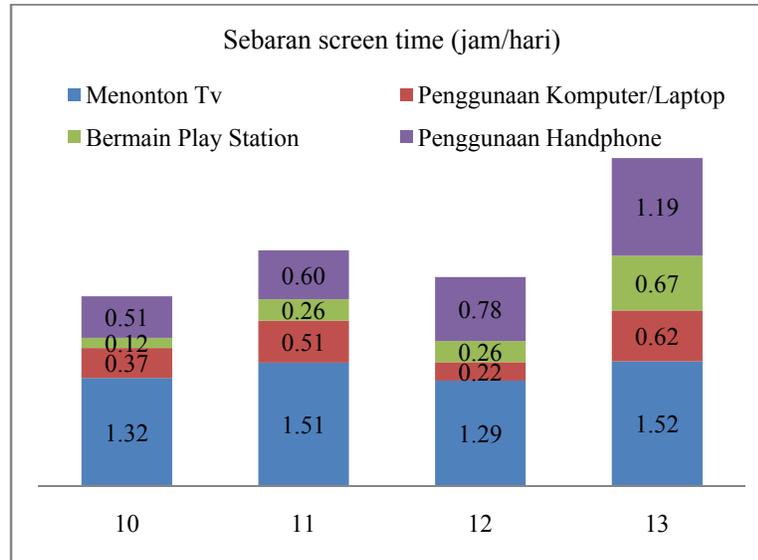
Rata-rata *screen time* contoh umur 13 tahun lebih tinggi dari contoh umur 10, 11, dan 12 tahun (Gambar 6). Rata-rata *screen time* contoh umur 10 tahun lebih rendah dari contoh lainnya. Anderson *et al.* (2008) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara *screen time* dengan umur anak. Semakin tinggi usia anak, maka semakin tinggi *screen time*. Hal ini terjadi kemungkinan karena semakin tinggi usia anak maka semakin tinggi pula interaksi terhadap media massa. Anak yang mulai beranjak dewasa biasanya mulai memperhatikan penampilan fisiknya dan cenderung akan mencari informasi dari berbagai media. Sumarwan (2007) menyebutkan bahwa anak sekolah dasar memiliki interaksi yang intensif dengan media massa dan mudah terpengaruh oleh lingkungan.



Gambar 6 Rata-rata *screen time* berdasarkan umur

Berdasarkan Gambar 7, rata-rata menonton televisi, penggunaan komputer atau laptop, penggunaan handphone, dan bermain *play station* tertinggi adalah contoh umur 13 tahun. Rata-rata menonton televisi dan penggunaan komputer atau laptop terendah adalah contoh umur 12 tahun, sedangkan penggunaan handphone dan bermain *play station* terendah adalah contoh umur 10 tahun.

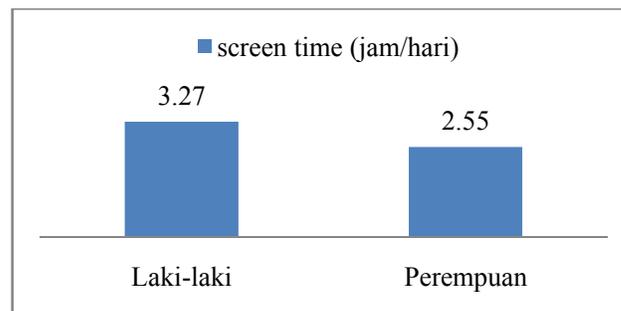
Lipsky dan Lannotti (2012) menyebutkan bahwa penggunaan komputer anak umur  $\geq 13$  tahun lebih tinggi dari anak umur  $< 13$  tahun dan terdapat perbedaan yang signifikan antara penggunaan komputer anak umur  $\geq 13$  dengan anak umur  $< 13$  tahun.



Gambar 7 Sebaran *screen time* berdasarkan umur

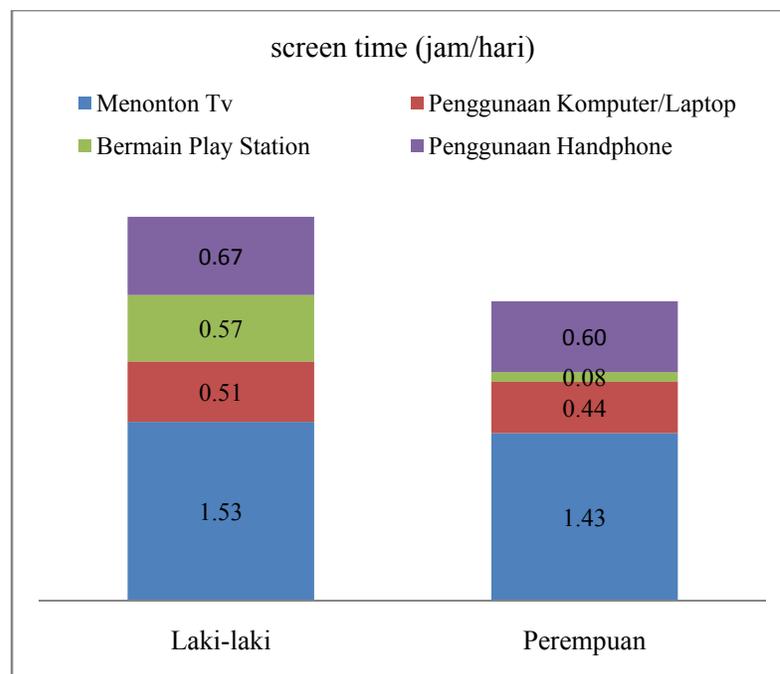
#### Sebaran *screen time* berdasarkan jenis kelamin

Secara keseluruhan rata-rata *screen time* laki-laki yaitu  $3.27 \pm 2.26$  jam/hari lebih tinggi dari contoh perempuan yaitu  $2.55 \pm 1.90$  jam/hari (Gambar 8). Asshidiqie dan Panunggal (2013) menyebutkan bahwa rata-rata *screen time* laki-laki obesitas lebih tinggi dibandingkan perempuan obesitas. Hal ini karena anak laki-laki lebih sering menggunakan benda-benda media elektronik daripada perempuan (Gambar 9). Namun hal ini tidak sejalan dengan Anderson *et al.* (2008) yang menyebutkan bahwa anak perempuan usia 9-11 tahun yang termasuk kategori *high screen time* lebih banyak daripada anak laki-laki usia 9-11 tahun. Perbedaan ini mungkin karena penelitian Anderson *et al.* (2008) melihat *screen time* hanya berdasarkan lama menonton televisi dan bermain komputer, sedangkan penelitian ini melihat *screen time* berdasarkan lama menonton televisi, bermain komputer/laptop, bermain *play station*, dan handphone.



Gambar 8 Rata-rata *screen time* berdasarkan jenis kelamin

Berdasarkan Gambar 9, rata-rata menonton televisi, penggunaan komputer atau laptop, penggunaan handphone, dan bermain *play station* tertinggi adalah contoh laki-laki. Hal ini sejalan dengan Mark *et al.* (2006) dalam penelitiannya di Kanada yang menyebutkan bahwa laki-laki lebih sering menonton televisi dan menggunakan komputer dari perempuan. Lipsky dan Lannotti (2012) juga menyebutkan bahwa anak laki-laki lebih sering menonton televisi daripada anak perempuan. Hal ini kemungkinan karena anak laki-laki lebih tertarik menggunakan barang-barang elektronik daripada anak perempuan. Anderson *et al.* (2008) menyebutkan bahwa anak laki-laki umur 9-11 tahun menggunakan komputer 1.2 jam/hari. Rata-rata penggunaan komputer contoh laki-laki (0.51 jam/hari) pada penelitian ini lebih rendah dari penelitian Anderson *et al.* (2008). Hal ini mungkin disebabkan oleh perbedaan wilayah dan gaya hidup dari contoh penelitian.

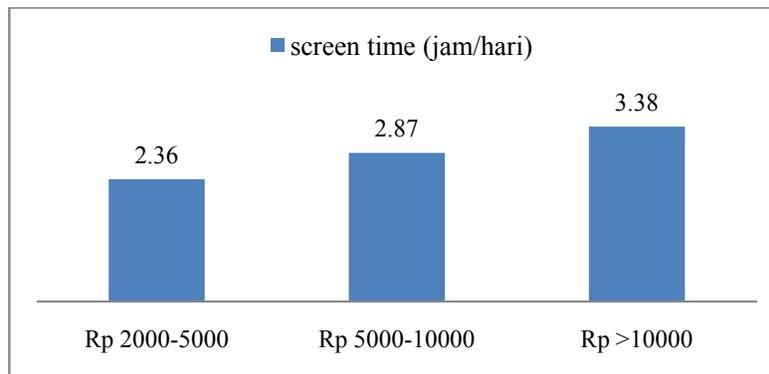


Gambar 9 Sebaran *screen time* berdasarkan jenis kelamin

#### Sebaran *screen time* berdasarkan uang saku

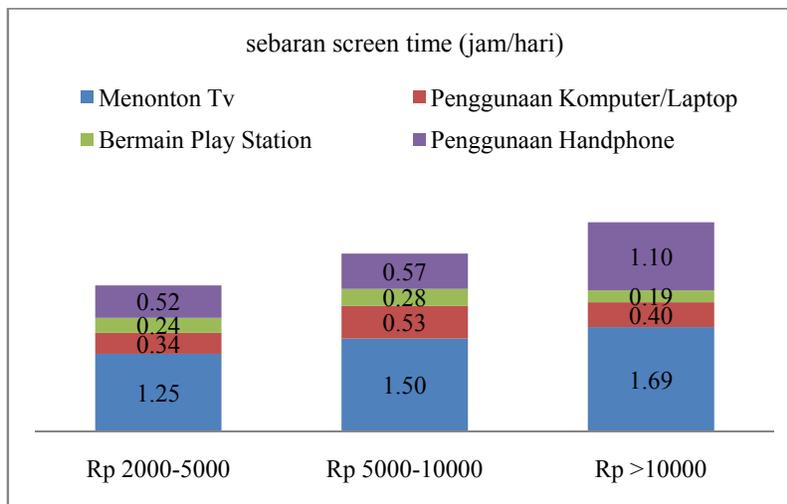
Rata-rata *screen time* contoh dengan uang saku lebih besar dari Rp 10000 lebih tinggi dari contoh lainnya (Gambar 10). Rata-rata *screen time* contoh dengan uang saku Rp 2000-5000 lebih rendah dari contoh lainnya. Gambar 10 menunjukkan bahwa semakin tinggi uang saku maka semakin tinggi. Hal ini sesuai dengan uji korelasi *Pearson* yang telah dilakukan, yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara uang saku dengan *screen time* ( $p=0.033$ ) dengan arah korelasi positif yang artinya semakin tinggi uang saku maka semakin tinggi *screen time*. Bowman (2004) menyebutkan bahwa anak dengan status sosial ekonomi tinggi mempunyai uang saku lebih banyak dari anak dengan status ekonomi rendah. Kondisi ini memungkinkan orang tua memberikan fasilitas

seperti televisi, handphone, laptop, dan *play station* karena status sosial ekonomi keluarga yang tinggi.



Gambar 10 Rata-rata *screen time* berdasarkan uang saku

Berdasarkan Gambar 11, rata-rata menonton televisi tertinggi dan penggunaan handphone adalah contoh dengan uang saku besar dari Rp 10000. Rata-rata penggunaan komputer atau laptop dan bermain *play station* tertinggi adalah contoh dengan uang saku Rp 5000–10000. Hal ini menunjukkan bahwa contoh dengan uang saku tinggi lebih sering menonton televisi dan menggunakan handphone daripada contoh dengan uang saku yang lebih rendah. Tingginya uang saku kemungkinan dialokasikan contoh untuk membeli pulsa handphone, namun hal tersebut tidak diteliti dalam penelitian ini.



Gambar 11 Sebaran *screen time* berdasarkan uang saku

### Karakteristik Keluarga

Karakteristik keluarga yang diamati meliputi besar keluarga, pendapatan, dan pendidikan orang tua. Berdasarkan BKKBN (2005), besar keluarga dibedakan menjadi 3 kelompok yaitu keluarga kecil yaitu kurang dari sama dengan empat

orang, keluarga sedang lima sampai tujuh orang, dan keluarga besar lebih besar sama dengan delapan orang. Berikut tabel besar keluarga berdasarkan kategori *screen time*.

Tabel 9 Besar keluarga berdasarkan kategori *screen time*

Besar keluarga (orang)	<i>Low screen time</i>		<i>High screen time</i>		Total		p
	n	%	n	%	n	%	
≤4	22	46.81	33	42.31	55	44	0,524
5–7	24	51.06	41	52.56	65	52	
≥8	1	2.13	4	5.13	5	4	

Berdasarkan Tabel 9, sebgaiian besar jumlah anggota rumah tangga adalah lima sampai tujuh orang. Berdasarkan kategori LST maupun HST, besar keluarga contoh terbanyak adalah lima sampai tujuh orang dan yang terendah adalah lebih besar sama dengan delapan orang. Berdasarkan uji beda *Mann Withney* tidak terdapat perbedaan besar keluarga pada kategori HST dan LST. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan jumlah anggota keluarga yang besar, sedang dan kecil pada contoh kategori HST dan LST. Selain besar keluarga, pendidikan orang tua contoh juga diamati. Pendidikan orang tua dibedakan menjadi enam kelompok yaitu tidak sekolah, SD/ sederajat, SMP/ sederajat, SMA/ sederajat, diploma, dan sarjana/ pascasarjana. Berikut tabel pendidikan orang tua berdasarkan kategori *screen time*.

Tabel 10 Pendidikan orang tua berdasarkan kategori *screen time*

Pendidikan	<i>Low screen time</i>		<i>High screen time</i>		Total		p
	n	%	n	%	n	%	
Ayah							
Tidak sekolah	1	2.13	0	0	1	0.8	0.961
SD/ sederajat	5	10.64	7	8.97	12	9.6	
SMP/ sederajat	6	12.77	10	12.82	16	12.8	
SMA/ sederajat	20	42.55	41	52.56	61	48.8	
Diploma	4	8.51	3	3.85	7	5.6	
Sarjana/ pascasarjana	11	23.40	17	21.79	28	22.4	
Ibu							
Tidak sekolah	1	2.13	0	0	1	0.8	0.531
SD/ sederajat	4	8.51	11	14.10	15	12	
SMP/ sederajat	12	25.53	13	16.67	25	20	
SMA/ sederajat	21	44.68	36	46.15	57	45.6	
Diploma	5	10.64	6	7.69	11	8.8	
Sarjana/ pascasarjana	4	8.51	12	15.38	16	12.8	

Berdasarkan Tabel 10, sebagian besar dari total pendidikan ayah dan ibu contoh adalah SMA/ sederajat dan sebagian kecil total pendidikan ayah dan ibu contoh adalah tidak sekolah. Pendidikan ayah dan ibu baik kategori LST maupun HST sebgaiian besar adalah SMA/ sederajat. Berdasarkan uji beda *Mann Withney*, tidak terdapat perbedaan pendidikan ayah dan pendidikan ibu pada kategori HST dan LST. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Nina *et al.* (2013) yang menyebutkan bahwa terjadi penurunan kategori *high screen time* dari tahun 2001

ke tahun 2008 karena tingginya pendidikan orang tua sampel ditahun 2008. Kelas 6 merupakan kelas yang paling banyak mengalami penurunan *screen time* dari 2001 ke tahun 2008 dengan pendidikan orang tua yang tinggi dan rentang usia 10–12 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi pendidikan orang tua maka akan semakin rendah intensitas *screen time* anak. Tidak adanya perbedaan pendidikan orang tua pada kategori HST dan LST ini karena pendidikan orang tua contoh yang cenderung homogen yaitu sebagian besar adalah lulusan SMA/ sederajat.

Tabel 11 Pendapatan orang tua berdasarkan kategori *screen time*

Besar pendapatan (Rp)	<i>Low screen time</i>		<i>High screen time</i>		Total		p
	n	%	n	%	n	%	
Ayah							
0	1	2.13	1	1.28	2	1.6	0.203
≤1000000	12	25.53	11	14.10	23	18.4	
1000000–2500000	17	36.17	31	39.74	48	38.4	
2500000–5000000	11	23.40	25	32.05	36	28.8	
>5000000	6	12.77	10	12.82	16	12.8	
Ibu							
0	21	44.68	27	34.62	48	38.4	0.170
≤1000000	16	34.04	24	30.77	40	32	
1000000–2500000	3	6.38	13	16.67	16	12.8	
2500000–5000000	6	12.77	12	15.38	18	14.4	
>5000000	1	2.13	2	2.56	3	2.4	

Berdasarkan tabel 11, sebagian besar pendapatan ayah contoh, baik kategori LST maupun HST berada pada kisaran Rp 1000000 hingga kurang dari sama dengan Rp 2500000. Pendapatan ayah kurang dari Rp 1000000 pada kategori LST cenderung lebih banyak daripada kategori HST. Pendapatan ayah lebih besar dari Rp 1000000 pada kategori HST cenderung lebih banyak daripada LST. Persentase ibu yang tidak memiliki pendapatan dan pendapatan kurang dari Rp 1000000 cenderung lebih tinggi pada kategori LST daripada HST. Pendapatan ibu lebih dari Rp 1000000 cenderung lebih tinggi pada kategori HST daripada LST. Secara keseluruhan sebagian besar ibu contoh tidak memiliki pendapatan per bulannya. Berdasarkan uji beda *Mann Withney*, tidak terdapat perbedaan pendapatan ayah dan ibu antara kategori HST dan LST. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan antara kategori HST dan LST terkait tinggi rendahnya pendapatan orang tua.

### **Kebiasaan Makan Sumber Lemak dan Serat**

Kebiasaan makan adalah cara individu atau sekelompok individu dalam memilih dan mengonsumsi makanan sebagai reaksi terhadap psikologis, fisiologis, sosial, dan budaya. Kebiasaan makan dan perilaku makan seperti kebiasaan mengonsumsi *fast food*, kebiasaan mengonsumsi sayur dan buah serta kebiasaan jajan kurang baik dapat mengakibatkan timbulnya masalah kesehatan. Makanan

jajanan dapat dibagi menjadi empat kelompok yaitu (1) makanan utama atau *main dish* seperti nasi rames, nasi pecal dan sebagainya; (2) penganan (*snack*) seperti kue-kue, chiki; (3) golongan minuman seperti es teller, es buah; (4) buah-buahan segar seperti mangga, durian dan lain sebagainya (Winarno 2004). Frekuensi jajanan sekolah dapat dikelompokkan menjadi kategori sering ( $\geq 4$  kali/minggu), kadang-kadang (1–3 kali/minggu) dan tidak pernah. Berikut tabel kebiasaan konsumsi jajanan berdasarkan kategori *screen time*.

Tabel 12 Kebiasaan konsumsi jajanan berdasarkan kategori *screen time*

Kebiasaan jajan	<i>Low screen time</i>		<i>High screen time</i>		Total		p
	n	%	n	%	n	%	
Kebiasaan							
Ya	47	100	78	100	125	100	
Tidak	0	0	0	0	0	0	
Frekuensi							
Sering	39	82.98	67	85.90	106	84.8	0.661
Jarang	8	17.02	11	14.10	19	15.2	
Jenis Jajanan							
Makanan berat	33	70.21	46	58.97	79	63.2	
Minuman	6	12.77	14	17.95	20	16	
Sncak/kue	8	17.02	18	23.08	26	20.8	

Berdasarkan Tabel 12, seluruh contoh penelitian (100%) menyatakan terbiasa jajan. Suryaalamasyah (2009) menyebutkan bahwa hampir seluruh (98,3%) siswa sekolah dasar memiliki kebiasaan jajan disekolah dan jenis jajanan yang paling banyak dikonsumsi adalah mie instant. Faktor yang mendorong anak jajan disekolah adalah adanya uang saku dan tidak sempat sarapan. Menurut Putra (2009) sebagian besar siswa (98,7%) mengonsumsi jajanan disekolah karena siswa belum sarapan dari rumah dan tidak membawa bekal ke sekolah. Rosa (2011) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa siswa sekolah dasar di Depok mengonsumsi jajanan baik jenis makanan utama atau sepinggan, cemilan, minuman, dan buah rata-rata 2-3 kali per minggu, sedangkan siswa di Sukabumi mengonsumsi jajanan jenis cemilan 7 kali per minggu.

Kategori HST yang memiliki frekuensi jajan sering ( $\geq 4$  kali/minggu) cenderung lebih banyak daripada kategori LST (Tabel 12). Jenis jajanan dikelompokkan menjadi 3 kelompok, kelompok 1 yaitu makanan berat seperti nasi, baso, dan mie, kelompok 2 yaitu minuman seperti minuman kemasan dan minuman dingin, kelompok 3 yaitu snack/kue. Kategori LST yang mengonsumsi jajanan jenis makanan berat lebih banyak dari kategori HST dan kategori HST yang mengonsumsi jajanan jenis minuman dan snack lebih banyak daripada kategori LST. Hal ini menunjukkan bahwa anak dengan *screen time* tinggi cenderung lebih sering mengonsumsi jajanan jenis minuman dan snack daripada anak dengan *screen time* rendah.

Berdasarkan uji beda *Mann Withney*, tidak terdapat perbedaan kebiasaan jajan antara kategori HST dan LST. Al-Hazzaa *et al.* (2013) menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang tidak signifikan antara *screen time* dengan kebiasaan mengonsumsi kue dan minuman berenergi pada contoh perempuan. Hal ini

berbeda dengan penemuan Lipsky dan Lannotti (2012) yang menyebutkan bahwa waktu yang dihabiskan saat menonton televisi berhubungan positif dengan konsumsi permen, minuman bersoda, makan siap saji, dan melewatkan sarapan. Temuan ini sangat bergantung pada penilaian singkat asupan makanan untuk mendeteksi hubungan yang signifikan antara kebiasaan makan contoh dengan *screen time*. Perbedaan hasil penelitian ini mungkin disebabkan oleh data kebiasaan jajan tidak mencakup keseluruhan jenis jajanan. Selain kebiasaan jajan contoh, pada penelitian ini juga mengamati kebiasaan konsumsi *fast food* yang dimiliki contoh. Berikut tabel Kebiasaan konsumsi *fast food* berdasarkan kategori *screen time*.

Tabel 13 Kebiasaan konsumsi *fast food* berdasarkan kategori *screen time*

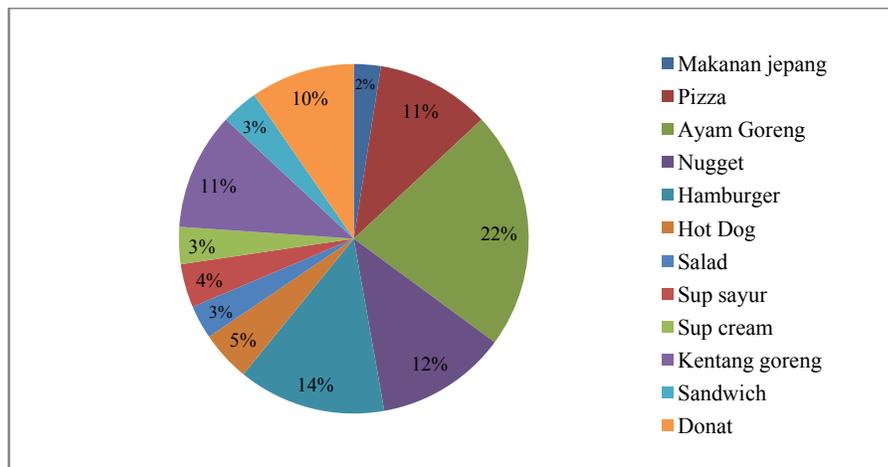
Konsumsi <i>fast food</i>	<i>Low screen time</i>		<i>High screen time</i>		Total		p
	n	%	n	%	n	%	
Kebiasaan							
Ya	46	97.87	77	98.72	123	98.4	
Tidak	1	2.13	1	1.28	2	1.6	
Frekuensi							
Tidak ada	1	2.13	1	1.28	2	1.6	0.519
1 kali/bulan	9	19.15	25	32.05	34	27.2	
2 kali /bulan	18	38.30	21	26.92	39	31.2	
3 kali/bulan	13	27.66	20	25.64	33	26.4	
≥4 kali/bulan	6	12.77	11	14.10	17	13.6	

Persentase jumlah contoh pada kategori HST yang terbiasa mengonsumsi *fast food* cenderung lebih besar dari kategori LST (Tabel 13). Hal ini menunjukkan bahwa anak yang memiliki *screen time* tinggi lebih terbiasa mengonsumsi *fast food* daripada anak yang memiliki intensitas *screen time* yang lebih rendah. Secara keseluruhan terdapat 98,4 persen contoh yang terbiasa mengonsumsi *fast food* dan hanya 1,6 persen contoh yang tidak terbiasa mengonsumsi *fast food*. Selama sebulan terakhir, kategori HST yang mengonsumsi *fast food* 1 kali/bulan dan lebih besar sama dengan 4 kali/bulan lebih banyak dari kelompok LST, sedangkan kelompok LST yang mengonsumsi *fast food* 2–3 kali/bulan lebih banyak daripada HST.

Menurut Meilany (2001) frekuensi makan diluar rumah cenderung meningkat terutama dilakukan oleh anak-anak usia sekolah. Makanan yang sering dijadikan pilihan adalah makanan siap saji atau *fast food*. Keberadaan *fast food* dimasyarakat perkotaan sudah menjadi daya tarik gaya hidup yang mengarah kebarat-baratan dan modern. Berdasarkan uji beda *Mann Withney*, tidak terdapat perbedaan kebiasaan konsumsi *fast food* antara kategori LST dan HST. Hal ini berbeda dengan penelitian Al-Hazzaa *et al.* (2013) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara tingginya *screen time* dengan tingginya konsumsi *french fries*. Matheson *et. al* (2004) dan Feldman *et al.* (2007) juga menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara kebiasaan menonton televisi dengan peningkatan asupan jenis makanan tertentu seperti pizza, soda, serta cemilan tinggi energi dan lemak.

*Fast food* merupakan makanan yang dihidangkan dan dapat dikonsumsi secara cepat. Pangan di restoran *fast food* tersusun dari sumber karbohidrat seperti

nasi, kentang, dan terigu, dan sumber protein yang didominasi dengan daging, ikan, telur, dan susu. *Fast food* dibedakan menjadi dua jenis berdasarkan asalnya yaitu yang berasal dari Barat dan lokal. *Fast food* yang berasal dari Barat seperti *fried chicken*, *french fries potatoes*, *burger*, *pizza*, *hotdog*, *sandwich*, salad, dan sebagainya. *Fast food* lokal terdiri dari ketoprak, gado-gado dan sejenisnya (Hayati 2000). Pada penelitian ini, jenis *fast food* yang ditanyakan dalam kuesioner adalah *fast food* yang berasal dari Barat. Pemilihan *fast food* barat karena sebagian besar penelitian sebelumnya menganalisis hubungan *fast food* barat dengan *screen time*. Berikut adalah jenis *fast food* yang biasa dikonsumsi contoh sebulan terakhir.



Gambar 12 Jenis *fast food* yang biasa dikonsumsi

Berdasarkan jenisnya, *fast food* yang paling sering dikonsumsi adalah ayam goreng dan yang paling jarang dikonsumsi adalah makanan Jepang seperti sushi dan dimsum (Gambar 12). Hal ini mungkin karena tempat penjualan ayam goreng yang menyebar luas di daerah Kota Bogor, sedangkan tempat penjualan makanan Jepang seperti sushi dan dimsum masih tergolong jarang. Suryaalamshyah (2009) menyebutkan bahwa jenis *fast food* yang paling banyak dikonsumsi siswa sekolah dasar adalah *fried chicken*. *Fried chicken* dipilih karena bahan baku, proses pengolahannya, dan cita rasanya yang gurih dan renyah. Alasan anak usia sekolah dasar mengonsumsi *fast food* adalah karena rasanya yang enak. Tingkat kesukaan berhubungan positif dengan frekuensi konsumsi *fast food*. Hal ini berarti semakin tinggi tingkat kesukaan maka frekuensi konsumsi *fast food* akan semakin sering. Selain kebiasaan jajan dan kebiasaan konsumsi *fast food*, kebiasaan konsumsi sayur dan buah juga diamati dalam penelitian ini.

Terdapat 80 persen contoh yang mengonsumsi sayur dengan frekuensi 4–7 kali/minggu dan 60 persen contoh mengonsumsi buah dengan frekuensi 4–7 kali/minggu (Tabel 14). Selama seminggu terakhir, frekuensi konsumsi sayur dan buah 4–7 kali/minggu lebih banyak pada kategori LST daripada HST. Frekuensi konsumsi sayur dan buah 1–3 kali/minggu dan tidak mengonsumsi sayur dan buah seminggu terakhir lebih banyak pada kategori HST daripada LST. Hal ini menunjukkan bahwa siswa yang memiliki intensitas *screen time* yang rendah

cenderung lebih sering mengonsumsi sayur dan buah daripada contoh dengan intensitas *screen time* tinggi.

Berdasarkan uji beda *Mann Withney*, tidak terdapat perbedaan konsumsi sayur dan buah antara kategori HST dan LST. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Al-Hazzaa *et al.* (2013) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara tingginya *screen time* dengan rendahnya konsumsi sayur dan buah. Lipsky dan Lannotti (2012) juga menyebutkan bahwa waktu yang dihabiskan saat menonton televisi berbanding terbalik dengan konsumsi buah dan sayur.

Tabel 14 Kebiasaan konsumsi sayur dan buah berdasarkan kategori *screen time*

Kebiasaan konsumsi sayur dan buah	<i>Low screen time</i>		<i>High screen time</i>		Total		p
	n	%	n	%	n	%	
Frekuensi konsumsi sayur							
4–7x/minggu	41	87.24	59	75.64	100	80	0.109
1–3x/minggu	6	12.76	17	21.80	23	18.4	
Tidak ada	0	0	2	2.56	2	1.6	
Frekuensi konsumsi buah							
4–7x/minggu	32	68.09	43	55.13	75	60	0.175
1–3x/minggu	12	25.53	29	37.18	41	32.8	
Tidak ada	3	6.38	6	7.69	9	7.2	

### Asupan Lemak dan Serat

Pangan merupakan salah satu kebutuhan pokok yang diperlukan tubuh setiap hari dalam jumlah tertentu sebagai sumber energi dan zat-zat gizi. Prinsip metode *food recall* 24 jam, dilakukan dengan mencatat jenis dan jumlah bahan makanan yang dikonsumsi pada periode 24 jam yang lalu. Responden disuruh menceritakan semua yang dimakan dan diminum selama 24 jam yang lalu (kemarin). Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi konsumsi pangan pada anak, yaitu faktor keluarga sebagai pihak yang bertanggung jawab atas pertumbuhan anak-anaknya, faktor media seperti televisi yang memberikan dampak langsung pada perilaku makan seseorang, dan yang terakhir adalah faktor teman sebaya. Semakin luas kontak sosial anak dengan lingkungan maka akan berpengaruh dengan pemilihan makan anak (Santrock 2007).

Metode *recall* 24 jam ini mempunyai beberapa kelebihan yaitu mudah melaksanakannya serta tidak terlalu membebani responden, biaya relatif murah karena tidak memerlukan peralatan khusus dan tempat yang luas untuk wawancara, cepat sehingga dapat mencakup banyak responden, dapat memberikan gambaran nyata yang benar benar dikonsumsi individu sehingga dapat dihitung intake zat gizi sehari (Supriasa *et al.* 2001).

Selain kelebihan, metode ini pun memiliki kekurangan, yaitu: 1) tidak dapat menggambarkan asupan makanan sehari-hari, bila hanya dilakukan *food recall* satu hari; 2) ketepatannya sangat tergantung pada daya ingat responden, sehingga metode ini tidak cocok dilakukan pada anak usia di bawah 7 tahun, orang tua berusia di atas 70 tahun dan orang yang hilang ingatan atau orang yang pelupa; 3) *the flat slope syndrome*, yaitu kecenderungan bagi responden yang kurus untuk

melaporkan konsumsinya lebih banyak (*over estimate*) dan bagi responden yang gemuk cenderung melaporkan lebih sedikit (*under estimate*); 4) membutuhkan tenaga atau petugas yang terlatih atau terampil dalam menggunakan alat-alat bantu Ukuran Rumah Tangga (URT) dan ketepatan alat bantu yang dipakai menurut kebiasaan masyarakat; 5) responden harus diberi motivasi dan penjelasan tentang tujuan dari penelitian (Supriasa *et al.* 2001).

Serat adalah zat non-gizi yang termasuk sebagai salah satu jenis kelompok polisakarida atau karbohidrat kompleks. Serat terbentuk dari beberapa gugusan gula sederhana yang bergabung menjadi satu dan membentuk rantai kimia panjang, sehingga sukar dicerna oleh enzim pencernaan (Soelistijani 2002). Berikut tabel asupan lemak dan serat berdasarkan kategori *screen time*.

Tabel 15 Asupan lemak dan serat berdasarkan kategori *screen time*

Asupan (g)	<i>Low Screen Time</i>			<i>High Screen Time</i>			p
	Rata-rata±SD	Nilai Min	Nilai Max	Rata-rata±SD	Nilai Min	Nilai Max	
Asupan lemak	70.45±26.35	18.77	134.15	70.55±34.10	19.40	182.80	0.987
Asupan serat	5.89±2.77	1.70	13.00	5.85±3.20	0.70	15.30	0.933

Rata-rata asupan lemak pada contoh penelitian ini adalah 70.51±31.30 gram (Tabel 15). Rata-rata asupan lemak kategori HST hampir sama dengan kategori LST. Berdasarkan uji beda *Independent sample T test* pada asupan lemak, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kategori HST dengan LST (Lampiran 3). Hal ini tidak sejalan dengan hasil analisis uji beda dalam penelitian Asshidiqie dan Panunggal (2013) menyebutkan bahwa terdapat perbedaan yang bermakna pada jumlah asupan lemak antara kelompok *low screen time* dengan *high screen time*. Tidak adanya perbedaan asupan lemak antara kategori HST dan LST dapat disebabkan oleh tidak adanya perbedaan yang signifikan terkait kebiasaan jajan dan kebiasaan konsumsi *fast food* antara kedua kategori tersebut.

Berdasarkan Tabel 15, rata-rata asupan serat adalah 5.86±3.03 gram. Secara deskriptif rata-rata asupan serat kategori LST hampir sama dengan kategori HST. Berdasarkan uji beda *Independent sample T test* pada variabel asupan serat, tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kategori HST dengan LST (Lampiran 4). Hal ini sejalan dengan penelitian Asshidiqie dan Panunggal (2013) yang menyatakan tidak ditemukan perbedaan antara jumlah asupan serat pada kelompok *low screen time* dan *high screen time* ( $p>0.05$ ), namun secara deskriptif jumlah asupan serat lebih rendah pada kelompok *low screen time* dibandingkan *high screen time*.

Berbeda dengan hasil penelitian ini, Anderson *et al.* (2009) dalam penelitiannya di Amerika menunjukkan bahwa semakin lama *screen viewing* dalam sehari maka konsumsi serat akan menurun. Tidak adanya perbedaan asupan serat antara kategori HST dan LST dapat disebabkan oleh tidak adanya perbedaan kebiasaan konsumsi sayur dan buah yang signifikan antara kedua kategori tersebut.

### Tingkat Kecukupan Energi dan Protein

Energi adalah salah satu hasil metabolisme karbohidrat, lemak, dan protein yang berfungsi sebagai zat tenaga untuk metabolisme, pertumbuhan, kegiatan fisik, dan pengaturan suhu tubuh. Tingkat kecukupan energi dan protein berdasarkan DepKes (1996) diacu dalam Sukandar (2007) terbagi menjadi lima kategori meliputi defisit tingkat berat (<70% AKG), defisit tingkat sedang (70–79% AKG), defisit tingkat ringan (80–89% AKG), normal (90–119% AKG) dan kelebihan ( $\geq$ 120% AKG). Berikut adalah tabel tingkat kecukupan energi dan protein berdasarkan kategori *screen time*.

Tabel 16 Tingkat kecukupan energi dan protein berdasarkan kategori *screen time*

Kategori	<i>Low screen time</i>		<i>High screen time</i>		Total		p
	n	%	n	%	n	%	
<b>TKE</b>							
Defisit berat	16	34.04	34	43.59	50	40	0.285
Defisit sedang	7	14.89	15	19.23	22	17.6	
Defisit ringan	12	25.53	8	10.26	20	16	
Baik	7	14.89	13	16.67	20	16	
Lebih	5	10.64	8	10.26	13	10.4	
<b>TKP</b>							
Defisit berat	19	40.43	44	56.41	63	50.4	0.317
Defisit sedang	13	27.66	6	7.69	19	15.2	
Defisit ringan	4	8.51	7	8.97	11	8.8	
Baik	8	17.02	15	19.23	23	18.4	
Lebih	3	6.38	6	7.69	9	7.2	

Berdasarkan Tingkat Kecukupan Energi (TKE), sebagian besar contoh baik LST maupun HST berada dalam kategori defisit tingkat berat artinya sebagian besar contoh kekurangan asupan energi (Tabel 16). Kekurangan asupan energi terus menerus pada anak akan mengakibatkan penurunan status gizi. Berdasarkan uji beda *Independent sample T test*, tidak terdapat perbedaan TKE yang signifikan antara kategori LST dengan HST (Lampiran 8).

Hal ini berbeda dengan penelitian Henry (2004) yang menyebutkan bahwa menonton televisi secara signifikan berhubungan dengan asupan energi anak karena adanya permintaan mereka sehingga mempengaruhi pembelanjaan orang tua terhadap makanan yang diiklankan di televisi. Asshidiqie dan Panunggal juga (2013) menyebutkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara jumlah asupan energi (kkal) dengan *screen time*. Davies *et al.* (2012) juga menyebutkan bahwa *screen time* berpengaruh terhadap jumlah energi yang banyak dikonsumsi.

Tidak adanya perbedaan TKE antara kategori HST dan LST dapat disebabkan oleh tidak adanya perbedaan asupan lemak antara kategori HST dan LST. Energi tidak hanya berasal dari karbohidrat, juga berasal dari lemak sebesar 9 kkal/g dan protein sebesar 4 kkal/g.

Berdasarkan Tingkat Kecukupan Protein (TKP), sebagian besar contoh berada pada kategori defisit tingkat berat (Tabel 16). Artinya sebagian besar contoh kekurangan asupan protein. Secara deskriptif, contoh HST cenderung lebih banyak yang termasuk dalam kategori lebih (TKP>110%) daripada LST. Hal ini menunjukkan bahwa contoh dengan intensitas *screen time* yang tinggi memiliki asupan protein yang cenderung lebih tinggi dari contoh dengan intensitas *screen*

*time* rendah. Almtsier (2003) menyebutkan bahwa asupan protein yang berlebihan akan diubah menjadi lemak sehingga dapat menyebabkan kegemukan. Berdasarkan uji beda *Independent sample T test*, tidak terdapat perbedaan TKP yang signifikan antara kategori HST dengan LST (Lampiran 9).

### Status Gizi

Status gizi merupakan keadaan kesehatan tubuh seseorang atau sekelompok orang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan (absorpsi), dan penggunaan (utilisasi) zat gizi makanan. Menurut Riyadi (2001), status gizi dapat dinilai dengan empat cara, yaitu konsumsi pangan, antropometri, biokimia, dan klinis. Indikator yang digunakan tergantung pada waktu, biaya, tenaga, dan tingkat ketelitian penelitian yang diinginkan, serta banyaknya orang yang akan dinilai status gizinya. Antropometri adalah ukuran dari tubuh. Antropometri gizi berhubungan dengan berbagai macam tingkat umur dan tingkat gizi. Berbagai jenis ukuran tubuh antara lain adalah berat badan, tinggi badan, lingkaran lengan atas dan tebal lemak di bawah kulit (Supariasa *et al.* 2001). Berikut tabel status gizi berdasarkan kategori *screen time* yang diukur melalui tinggi badan dan berat badan contoh.

Tabel 17 Status gizi berdasarkan kategori *screen time*

Status gizi	<i>Low screen time</i>		<i>High screen time</i>		Total		p
	n	%	n	%	n	%	
Sangat kurus	0	0	0	0	0	0	0.351
Kurus	3	6.38	3	3.85	6	4.8	
Normal	34	72.34	53	67.95	87	69.6	
Gemuk	6	12.77	14	17.95	20	16	
Obesitas	4	8.51	8	10.26	12	9.6	

Berdasarkan status gizi, persentase contoh dengan kategori LST yang memiliki status gizi kurus dan normal cenderung lebih tinggi daripada HST, sedangkan contoh dengan kategori LST yang memiliki status status gizi gemuk dan obesitas cenderung lebih kecil daripada HST (Tabel 17). Secara keseluruhan contoh memiliki status gizi normal dan tidak ada contoh yang memiliki status gizi sangat kurus. Anderson *et al.* (2008) menyebutkan bahwa terdapat 16.9 persen anak usia 4–11 tahun di Amerika termasuk kategori obesitas dan termasuk kategori *high screen time*.

Berdasarkan uji beda *Independent sample T test* tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara kelompok HST dengan LST (Lampiran 5). Hal ini sejalan dengan penelitian Wisudasari (2012) menyebutkan bahwa durasi menonton televisi dan bermain game tidak berhubungan signifikan dengan status gizi contoh. Kairupan (2012) juga menyebutkan bahwa antara *screen time* dengan status gizi tidak ditemukan adanya korelasi yang signifikan. Tidak adanya perbedaan status gizi antara kategori *screen time* mungkin disebabkan oleh faktor desain penelitian yang digunakan yaitu *cross sectional* sehingga perubahan status gizi contoh tidak

terpantau. Kemungkinan akibat kronik dari *screen time* baru terlihat ketika anak bertambah dewasa.

Selain itu seseorang yang memiliki *screen time* yang tinggi kemungkinan juga tetap melakukan aktivitas fisik yang berat setiap harinya sehingga tetap memiliki status gizi yang normal. Terdapat beberapa faktor yang kemungkinan berpengaruh terhadap korelasi antara *screen time* dengan status gizi yang tidak diamati dalam penelitian ini yaitu kepemilikan benda-benda elektronik dan program penurunan berat badan yang dilakukan contoh. Susilowati (2007) menyebutkan faktor yang mempengaruhi status gizi seseorang adalah aktivitas fisik. Indriasari *et al.* (2013) menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kepemilikan laptop/komputer dengan kejadian obesitas sentral.

Kebiasaan menghabiskan waktu didepan televisi, penggunaan komputer dan alat-alat teknologi lainnya akan berkontribusi terhadap kejadian gizi lebih pada anak (Dietz dan Gortmaker 2001). Penelitian Boone *et al.* (2007) juga menyebutkan bahwa *screen time* yang rendah berkorelasi dengan prevalensi obesitas yang rendah. Dowsen 2005 juga menyebutkan bahwa kegiatan sedentari seperti menonton televisi, bermain komputer atau *video games* yang dilakukan lebih dari dua jam dapat menyebabkan obesitas pada anak. Hidayati *et al.* (2009) faktor yang berpotensi berkorelasi dengan *screen time* dan resiko obesitas adalah iklan makanan yang dapat meningkatkan asupan energi seperti makanan ringan sehingga akan mendorong konsumsi pangan yang lebih tinggi saat menonton televisi.

### **Faktor-Faktor yang Mempengaruhi *Screen Time***

Analisis multivariat dilakukan untuk mengetahui variabel yang berpengaruh terhadap *screen time*. Analisis multivariat yang dilakukan adalah uji regresi linear berganda karena terdapat satu variabel dependen dan dua atau lebih variabel independen. Dilakukan uji regresi linear berganda untuk melihat faktor-faktor yang mempengaruhi *screen time*. Analisis multivariat berfungsi untuk mendapatkan model terbaik dalam menentukan faktor dominan yang paling berpengaruh dengan *screen time*. Variabel penelitian yang diduga berpengaruh terhadap *screen time* adalah usia, uang saku, besar keluarga, pendidikan ayah, pendidikan ibu, pendapatan ayah dan pendapatan ibu.

Hasil dari uji regresi linear berganda menunjukkan nilai *R square* adalah 0.032 (Lampiran 10). Artinya adalah sebanyak 3.2 persen *screen time* dipengaruhi oleh variabel variabel diatas dan sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain diluar penelitian. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat faktor lain yang kemungkinan mempengaruhi *screen time* seperti kepemilikan media elektronik dan faktor lingkungan seperti teman sebaya. Kairupan (2012) menyebutkan bahwa tingginya *screen time* didukung oleh temuan tingginya kepemilikan media elektronik seperti televisi, DVD, *video game*, komputer maupun laptop. Berdasarkan hasil uji koefisien regresi, tidak terdapat variabel yang berpengaruh nyata terhadap *screen time* (Lampiran 11). Hal ini menunjukkan bahwa secara individu variabel-variabel diatas tidak berpengaruh nyata terhadap *screen time*.

### **Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Asupan Lemak dan Serat**

Faktor internal yang mempengaruhi perilaku makan adalah faktor psikologis dan faktor fisik sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi perilaku makan adalah ekonomi, media atau periklanan, pengetahuan, norma sosial, dan budaya (Barasi 2007). Beberapa variabel penelitian yang diduga berpengaruh terhadap asupan lemak dan serat adalah usia, uang saku, besar keluarga, pendidikan ayah, pendidikan ibu, pendapatan ayah, pendapatan ibu, *screen time*, kebiasaan jajan, kebiasaan konsumsi *fast food* serta kebiasaan konsumsi sayur dan buah.

Hasil dari uji regresi linear berganda menunjukkan nilai *R square* dari variabel dependent asupan lemak adalah 0.097 (Lampiran 12). Artinya adalah sebanyak 9.7 persen asupan lemak dipengaruhi oleh variabel-variabel di atas dan sisanya dipengaruhi oleh faktor-faktor lain diluar penelitian seperti faktor budaya, psikologis, norma sosial, dan pengetahuan gizi. Berdasarkan hasil uji koefisien regresi, tidak terdapat variabel yang berpengaruh nyata terhadap asupan lemak (Lampiran 13). Hal ini menunjukkan bahwa secara individu variabel-variabel di atas tidak berpengaruh terhadap asupan lemak.

Hasil uji regresi linear berganda menunjukkan nilai *R square* dari variabel dependent asupan serat adalah 0.069 (Lampiran 14). Sebanyak 6.9 persen asupan serat dipengaruhi oleh variabel independent yang diuji dan sisanya dipengaruhi oleh variabel lain diluar penelitian. Berdasarkan hasil uji koefisien regresi, tidak terdapat variabel yang berpengaruh nyata terhadap asupan serat (Lampiran 15). Hal ini menunjukkan bahwa secara individu variabel-variabel di atas tidak berpengaruh terhadap asupan serat.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa diantara semua variabel yang diteliti tidak ada yang berpengaruh secara individu terhadap asupan lemak maupun asupan serat. Putri (2014) menyebutkan bahwa tidak terdapat hubungan antara faktor ekonomi yaitu uang saku dengan perilaku makan. *Screen time* tidak berpengaruh terhadap asupan lemak ( $p=0.449$ ) dan asupan serat contoh ( $p=0.620$ ). Hal ini tidak sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa televisi mempunyai hubungan dengan peningkatan konsumsi makanan tinggi lemak, gula, garam dan minuman berkarbonat serta rendah serat (Maurer & Smith 2005). Putri (2014) juga menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara faktor media dengan perilaku makan remaja putri di Padang. Perbedaan ini kemungkinan disebabkan oleh saat menonton televisi atau melakukan kegiatan didepan benda-benda elektronik lainnya, contoh tidak mengimbangnya dengan konsumsi cemilan. Namun hal tersebut tidak diteliti pada penelitian kali ini.

### **Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi**

Dilakukan analisis bivariat yaitu uji korelasi *Rank Spearman* untuk melihat variabel kandidat yang berhubungan dengan status gizi (Lampiran 2). Terdapat beberapa variabel dengan nilai  $p < 0.05$  yaitu jenis kelamin ( $p=0.026$ ), pendapatan ayah ( $p=0.027$ ), kebiasaan konsumsi buah ( $p=0.003$ ), pendidikan ayah ( $p=0.004$ ), dan pendidikan ibu ( $p=0.048$ ). Hal ini menunjukkan bahwa jenis kelamin, pendapatan ayah, kebiasaan konsumsi buah, pendidikan ayah, dan pendidikan ibu berhubungan signifikan dengan status gizi.

Beberapa variabel independent yang diduga merupakan faktor-faktor yang berhubungan dengan status gizi baik secara langsung maupun tidak langsung adalah asupan zat gizi, perilaku dan kebiasaan makan, konsumsi sayur dan buah (Newby *et al.* 2005), konsumsi makanan berlemak (Castillon *et al.* 2007), pendidikan dan pekerjaan orang tua, serta pendapatan keluarga (Subardja 2004).

Uji regresi linear berganda dilakukan terhadap semua variabel penelitian sehingga diperoleh nilai *R square* adalah 0.204 (Lampiran 16) yang artinya sebanyak 20.4 persen status gizi dipengaruhi oleh semua variabel penelitian sedangkan sisanya dipengaruhi oleh variabel-variabel diluar penelitian. Terdapat beberapa variabel yang kemungkinan berpengaruh terhadap status gizi namun tidak diteliti dalam penelitian ini seperti penyakit infeksi, aktivitas fisik, dan genetik (Purwati *et al.* 2004). Berdasarkan hasil uji koefisien regresi, pendidikan ayah ( $p=0.028$ ) dan kebiasaan konsumsi buah ( $p=0.019$ ) berpengaruh nyata terhadap status gizi (Lampiran 17). Hal ini menunjukkan bahwa secara individu variabel pendidikan ayah dan kebiasaan konsumsi buah berpengaruh terhadap status gizi.

Pendidikan ayah berpengaruh positif ( $B=0.335$ ) terhadap status gizi yang menunjukkan semakin tinggi pendidikan ayah maka semakin tinggi status gizi anak. Pendidikan orang tua biasanya berpengaruh terhadap status gizi anak karena semakin tinggi pendidikan maka semakin tinggi pengetahuan sehingga dapat menyerap informasi terkait gizi dengan baik. Hal ini akan memberikan peluang untuk menyediakan makanan dengan kualitas dan kuantitas yang baik sehingga status gizi anak menjadi baik. Namun jika hal ini tidak dapat diimbangi, maka kemungkinan anak mengonsumsi makanan berlebih juga lebih besar. Hal ini tidak sejalan dengan penelitian Musadat (2010) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara pendidikan ayah dengan status gizi. Perbedaan ini karena sebagian besar pendidikan ayah contoh pada penelitian Musadat (2010) adalah SD dan SLTP sedangkan sebagian besar pendidikan ayah contoh pada penelitian ini adalah SMA/ sederajat.

Kebiasaan konsumsi buah berpengaruh positif ( $B=0.454$ ) terhadap status gizi. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi konsumsi buah maka semakin tinggi status gizi anak. Musadat (2010) menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang nyata antara kebiasaan konsumsi buah dengan kegemukan pada anak usia 6-14 tahun di Provinsi Sumatera Selatan. Hal ini mengindikasikan semakin tinggi konsumsi buah maka semakin tinggi status gizi anak. Berikut persamaan regresi linear dengan variabel  $y$  adalah status gizi,  $x_1$  adalah pendidikan ayah dan  $x_2$  adalah kebiasaan konsumsi buah.

$$y = -1.194 + 0.335 x_1 + 0.454 x_2$$

Secara individu, *screen time* ( $p=0.634$ ), asupan lemak ( $p=0.668$ ) dan serat ( $p=0.502$ ) tidak berpengaruh terhadap status gizi. Hayati *et. al* (2013) yang menyebutkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara asupan serat dengan status gizi. Namun hasil penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian Castillon *et al.* (2007) yang menyebutkan bahwa konsumsi makanan berlemak mempengaruhi status gizi. Manios *et al.* (2009) dalam penelitiannya di Yunani menyebutkan bahwa terdapat hasil yang signifikan tentang pengaruh media terhadap status gizi. Keterbatasan penelitian ini adalah akibat dari kebiasaan

makan contoh dilihat bersamaan dengan status gizi contoh karena desain dalam penelitian ini adalah *cross sectional study*.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Sebagian besar contoh penelitian menghabiskan waktu lebih dari 2 jam/hari untuk kegiatan didepan layar (*screen time*) seperti menonton televisi, bermain *play station*, menggunakan komputer dan handphone. Sebaran *screen time* contoh mulai dari yang tertinggi sampai terendah adalah menonton televisi, penggunaan handphone, penggunaan komputer atau laptop, dan bermain *play station*. Terdapat perbedaan yang signifikan antara jenis kelamin kategori *High Screen Time* (HST) dan *Low Screen Time* (LST). Tidak terdapat perbedaan umur, uang saku, besar keluarga, pendidikan ayah dan ibu, pendapatan ayah dan ibu, kebiasaan jajan, kebiasaan konsumsi *fast food*, kebiasaan konsumsi sayur dan buah, asupan lemak dan serat, TKE dan TKP, serta status gizi antara kategori HST dan LST.

Faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi adalah kebiasaan konsumsi buah dan pendidikan ayah. Kebiasaan konsumsi buah dan pendidikan ayah berpengaruh positif terhadap status gizi yang artinya semakin tinggi konsumsi buah dan pendidikan ayah maka semakin tinggi status gizi. *Screen time* tidak mempengaruhi asupan lemak dan serat, serta *screen time*, asupan lemak dan serat tidak mempengaruhi status gizi.

### Saran

Perlu dilakukan sosialisasi baik melalui pemerintah, pihak sekolah, maupun keluarga untuk mengurangi intensitas *screen time* pada anak usia sekolah dasar yaitu tidak lebih dari dua jam per hari. Disarankan menggunakan metode *stratifikasi random sampling* agar contoh lebih representatif. Selain itu untuk penelitian lanjutan perlu ditambahkan variabel-variabel yang kemungkinan berkaitan dengan *screen time* seperti aktivitas fisik, kepemilikan benda-benda elektronik, kebiasaan mengonsumsi cemilan saat *screen time* dan faktor teman sebaya.

## DAFTAR PUSTAKA

Al-Hazzaa HM, Al-Sobayel HI, Abahussain NA, Qahwaji DM, Alahmadi MA, Musaiger AO. 2013. Association of dietary habits with levels of physical activity and screen time among adolescents living in Saudi Arabia. *J Hum Nutr Diet*. doi:10.1111/jhn.12147.

- Almatsier S. 2003. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta (ID): Gramedia Pustaka Utama.
- Andarwulan. 2008. Monitoring Verifikasi dan Profil Keamanan Pangan Makanan Jajanan Anak Sekolah (PJAS) Nasional tahun 2008. Bogor (ID): Seafast Center.
- Anderson SE, Economos CD, Must A. 2008. Active play and screen time in US children aged 4 to 11 years in relation to sociodemographic and weight status characteristics: a nationally representative cross-sectional analysis. *BMC Public Health*. 8:366.
- American Academy of Pediatrics, Committee on Public Education. 2001. Children, adolescents, and television. *Pediatrics*. 107:423–6.
- Asshidiqie H & Panunggal B. 2013. Perbedaan Jumlah Asupan Energi, Lemak, Serat dan Natrium Berdasarkan Kategori *Screen Time Viewing* Pada Anak Obesitas Usia 9–12 Tahun. *Journal of Nutrition College*. 2(3):403–410.
- Barasi ME. 2007. *At a Glance : Ilmu Gizi*. Jakarta (ID): Erlangga.
- [BKKBN] Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional. 2–5 Pendapatan keluarga. BKKBN [Internet]. [diunduh 2013 Des 30]. Tersedia pada: [www.bkkbn.go.id](http://www.bkkbn.go.id)
- Boone, JE, Gordon-Larsen P, Adair LS, Popkin BM. 2007. Screen time and physical activity during adolescence: longitudinal effects on obesity in young adulthood. *International Journal of Behavioral Nutrition and Physical Activity*. 4:26(1–8). DOI:10.1186/1479-5868-4–26.
- Bowman SA. 2004. Effect of fast food consumption on energy intake and diet quality among children in nation household survey. *Pediatrics*. 113: 112–118.
- Castillon. 2007. Intake of Fried is Associated with Obesity in the Cohort of Spanish Adult from The European Prospective Investigation into Cancer and Nutrition. *American Journal of Clinical Nutrition*. [Internet]. [diunduh 2013 Des 13]. Tersedia pada : <http://m.ajcn.nutrition.org>
- Davies CA, Vandelanotte C, Duncan MJ, Van Uffelen Jannique GZ. 2012. Associations of Physical Activity and Screen Time on Health related Quality of Life in Adult. *Preventive Medicine*. 55: 46–9.
- Deni. 2009. Pengetahuan gizi, aktivitas fisik, konsumsi *snack* dan pangan lainnya, pada murid sd bina insani bogor yang berstatus gizi normal dan gemuk [skripsi]. Bogor (ID): Institut Pertanian Bogor.
- Dietz WH, Gortmaker SL. 2001. Preventing obesity in children and adolescent. *Annual Review of Public Health*. 22:337–53.
- Direktorat Bina Gizi. 2014. Angka kecukupan gizi yang dianjurkan bagi bangsa Indonesia. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Dowshen. 2005. Healthy habits for TV, Video games and the internet. *Kidshealt* [Internet]. [diunduh 2013 Des 04]. Tersedia pada: <http://www.kidshealt.org>
- Feldman S, Eisenberg ME, Neumark-Sztainer D, Story M. 2007. Associations between watching TV during family meals and dietary intake among adolescents. *Journal of Nutrition Education and Behavior*. 39:257–63.
- Hayati AW, Hardinsyah, Jalal F, Madanijah S, Briawan D. 2013. Hubungan asupan serat dengan status gizi dan profil lipid darah pada orang dewasa dislipidemia. *Jurnal Gizi dan Pangan*. 8(3).
- Hayati F. 2000. Faktor-faktor yang berhubungan dengan konsumsi fast food warlaba modern dan tradisional pada remaja siswa SMU Negeri di Jakarta Selatan. [skripsi]. Bogor (ID): Institut Pertanian Bogor.

- Hidayati SN, Irawan R, Hidayat B. 2009. *Obesitas pada Anak*. Surabaya (ID): Divisi Nutrisi dan penyakit Metabolik, Ilmu Kesehatan Anak, Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga.
- Henry J. 2004. The role of media in childhood obesity. *Kaiser Family Foundation* [Internet]. [diunduh 2014 Jan 10]. Tersedia pada: <http://www.kff.org>.
- Indriasari R, Istiqamah N, Sirajuddin S. 2013. Hubungan pola hidup sedentarian dengan kejadian obesitas sentral pada pegawai pemerintah di kantor Bupati Kabupaten Jenepono. Makasar (ID): Universitas Hasanuddin Makasar.
- Kairupan TS. 2012. Hubungan antara aktivitas fisik dan *screen time* dengan status gizi pada siswa-siswa SMP Kristen Eben Haezar 2 Manado [tesis]. Manado (ID): Program Pasca Sarjana Program Study Ilmu Kesehatan Masyarakat.
- Lipsky LM & Lannotti RJ. 2012. Associations of Television Viewing with Eating Behaviors in the 2009 Health Behaviour in School-aged Children Study. *Arch Pediatr Adolesc Med*. 166(5):465–72.
- Madanijah S, Briawan D, Kusumaningrum HD, Zulaikhah. 2010. Pengembangan model pendidikan makanan jajanan sehat berbasis sekolah untuk tingkat sekolah dasar. Bogor (ID): *Southeast Asian Food and Agricultural Science and Technology* (SEAFAST) Center IPB dan Direktorat Surveilans Penyuluhan Keamanan Pangan BPOM RI.
- Manios Y, Kourbala G, Kondaki K, Grammatikakai E, Anastasiadou A, Romagiannikou E. 2009. Obesity and Television Watching in Preschoolers in Greece: The Genesis Study. *Obesity*. 17: 2047–2053.
- Mark AE, Boyce WF, Janssen I. 2006. Television viewing, computer use and total screen time in Canadian youth. *Paediatr Child Health*. 11(9).
- Masti SE. 2009. Keragaan status gizi, aktivitas fisik, konsumsi pangan serta tingkat kecukupan energi dan zat gizi anak Sekolah Dasar di Kota Bogor [skripsi]. Bogor (ID): Institut Pertanian Bogor.
- Matheson DM, Killen JD, Wang Y, Varady A, Robinson TN. 2004. Children's food consumption during television viewing. *American Journal of Clinical Nutrition*. 79(6): 1088-94.
- Maurer FA, Smith CM. 2005. *Community Public Health Nursing Practice : Health For Families And Populations*. Third Edition. St. Louis: Elsevier/Saunders.
- Meilany TA. 2001. Profil klinis dan laboratoris obesitas pada murid sekolah dasar [tesis]. Jakarta (ID): Universitas Indonesia dan RSCM.
- Musadat A. 2010. Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi kegemukan pada anak usia 6–14 tahun di Provinsi Sumatera Selatan [tesis]. Bogor (ID): Institut Pertanian Bogor.
- Mustika MA. 2012. Tingkat aktivitas fisik, tingkat konsumsi zat gizi dan status gizi siswa di pondok pesantren AL Falak Kota Bogor [skripsi]. Bogor (ID): Institut Pertanian Bogor.
- Newby PK, Tucker KL, Wolk A. 2005. Risk of Overweight and Obesity among Semivegetarians, Lactovegetarians, and Vegan Women. *American Journal of Clinical Nutrition*. (81): 607–613.
- Nina CO, Knut-Inge K, Elling B. 2013. Changes in screen time activity in Norwegian children from 2001 to 2008: two cross sectional studies. *BMC Public Health*. 13(80).

- Purwati S, Rahayuningsih S, Salimar. 2005. *Perencanaan Menu untuk Penderita Kegemukan*. Jakarta (ID): Penebar Swadaya.
- Putra AE. 2009. Gambaran kebiasaan jajan siswa di sekolah Studi Di Sekolah Dasar Hj. Isriati Semarang [skripsi]. Semarang (ID): Universitas Diponegoro.
- Putri DY. 2014. Faktor – Faktor Yang Berhubungan dengan Perilaku Makan pada Remaja Putri di Sma Negeri 10 Padang Tahun 2013. Padang (ID): Universitas Andalas.
- Rachmaniah M, Tanziha I, Firman I, Herdiani Y. 2013. Peningkatan kesehatan masyarakat melalui *interactive breakfast-nutrition learning content management system* berbasis *mobile* untuk siswa sekolah dasar. Bogor (ID): Institut Pertanian Bogor.
- [Risesdas] Riset Kesehatan Dasar. 2007. Badan penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- \_\_\_\_\_. 2010. Badan penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Riyadi H. 2001. *Metode Penilaian Status Gizi secara Antropometri*. Bogor (ID): Institut Pertanian Bogor.
- Rosa R. 2011. Pengetahuan gizi dan keamanan pangan jajanan serta kebiasaan jajan siswa sekolah dasar di Depok Dan Sukabumi [skripsi]. Bogor (ID): Institut Pertanian Bogor.
- Santrock J. 2007. *Perkembangan Anak*. Jakarta (ID): Erlangga.
- Soelistijani DA. 2002. *Sehat dengan Menu Berserat*. Jakarta (ID): Trubus Agriwidya.
- Susilowati. 2007. Faktor-faktor kesegaran jasmani pada polisi lalu lintad di Kota Semarang. *Media Gizi & Keluarga*, 4(2), 91–98.
- Subardja D. 2004. *Obesitas Primer pada Anak*. Bandung (ID): PT Kiblat Buku Utama.
- Sukandar D. 2007. *Studi sosial ekonomi, aspek pangan, gizi dan sanitasi petani sawah beririgasi di Banjar Jawa Barat*. Bogor (ID): Institut Pertanian Bogor.
- Sumarwan U. 2007. Karakter Konsumen Anak. *Food Review*. 11(2): 10–13.
- Supariasa IDN, Bakri B, Fajar I. 2001. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta (ID) : Buku Kedokteran EGC.
- Suryaalamshyah II. 2009. Konsumsi *fast food* dan faktor-faktor yang berhubungan dengan kegemukan anak sekolah di SD Bina Insani Bogor [tesis]. Bogor (ID): Institut Pertanian Bogor.
- Umardani MR. 2011. Kebiasaan jajan, aktivitas fisik, status gizi dan kesehatan serta hubungannya dengan prestasi belajar siswa sekolah dasar di Kota Bogor [skripsi]. Bogor (ID): Institut Pertanian Bogor.
- Winarno FG. 2004. *Keamanan Pangan*. Bogor (ID): Mbrio Press.

## LAMPIRAN

Lampiran 1 Kuesioner penelitian



**LEMBAGA PENELITIAN DAN PENGABDIAN  
MASYARAKAT  
INSTITUT PERTANIAN BOGOR  
2013**

**Peningkatan Kesehatan Masyarakat melalui *Interactive Breakfast-Nutrition Learning Content Management System* Berbasis *Mobile* untuk Siswa Sekolah Dasar**

Isilah dengan huruf kapital. Jawaban yang jujur sangat membantu untuk keberhasilan penelitian ini. Terima kasih atas partisipasi Anda.

**Sheet 1: Cover**

Nama Lengkap : \_\_\_\_\_  
Usia : \_\_\_\_\_ tahun  
Tempat/tanggal Lahir \_\_\_\_\_ :

Jenis Kelamin : 1. Laki-laki      2. Perempuan

Asal SD : 1. SD .....  
2. SD .....  
3. SD .....  
4. SD .....

Alamat Rumah : \_\_\_\_\_

No. Telepon Rumah/HP \_\_\_\_\_ :

Berat Badan : \_\_\_\_\_ kg

Tinggi Badan : \_\_\_\_\_ cm

Tanggal Pengisian : \_\_\_\_\_

Nama Enumerator\* : \_\_\_\_\_

**Sheet 2: Data Karakteristik Individu**

1. Saya adalah anak ke \_\_\_\_\_ dari \_\_\_\_\_ orang      bersaudara sekandung.
2. Uang saku per hari saya sebanyak Rp \_\_\_\_\_
3. Sumber uang saku saya adalah dari \_\_\_\_\_

**Sheet 3: Data Kebiasaan Jajan**

Berilah tanda silang (x) pada pilihan jawaban. Jawaban ini TIDAK akan berpengaruh pada nilai sekolah.

Catatan : Hasil tes ini **TIDAK** akan berpengaruh pada nilaimu di Sekolah

1. Apakah kamu terbiasa jajan ?
  - a. Ya
  - b. Tidak
2. Jika Ya, berapa kali biasanya kamu jajan dalam seminggu ?
  - a. 7x/minggu
  - b. 4-5x/minggu
  - c. 2-3x/minggu
  - d. 1x/minggu
3. Apa jenis makanan yang paling sering kamu beli ?
  - a. Makanan berat : nasi goreng, mie goreng, nasi uduk, baso dll
  - b. Minuman kemasan/softdrink/minuman ber es :teh sisri, teh gelas, fanta
  - c. Snack/kue :gemplong, risol, bakwan dll

#### **Sheet 4: Data Kebiasaan Makan *Fast Food* (Makanan siap saji)**

4. Apakah kamu terbiasa makan *fast food* ?
  - a. Ya
  - b. Tidak
5. Jika Ya, berapa kali biasanya kamu makan *fast food* sebulan terakhir ?
  - a. 1xsebulan
  - b. 2xsebulan
  - c. 3xsebulan
  - d. 4xsebulan
6. Lingkari jenis makanan siap saji yang biasanya kamu makan jika kamu di restoran *fast food* (jawaban boleh lebih dari 1)
 

Makanan jepang / pizza / ayam goreng / nugget / hamburger / hot dog / salad / sup sayur / sup cream / kentang goreng / sandwich / donat

#### **Sheet 5 : Data Kebiasaan Makan Sayur dan Buah**

7. Apakah kamu sering makan sayur-sayuran ?
  - a. Ya, setiap hari
  - b. Ya, 4-6x/minggu
  - c. Kadang-kadang (1-3x/minggu)
  - d. Tidak pernah
8. Jika Ya, apa alasan kamu makan sayur ?
  - a. Karena sayur disediakan oleh orang tua
  - b. Karena terbiasa makan sayur sejak kecil
  - c. Karena saya suka sayur
  - d. Karena rasanya enak
  - e. Alasan lain, sebutkan . . . . .
9. Jika kadang-kadang/tidak pernah, apa alasan kamu tidak makan sayur ?
  - a. Rasanya tidak enak
  - b. Tidak terbiasa dari kecil
  - c. Tidak tersedia dirumah
  - d. Hanya suka sayuran tertentu
  - e. Alasan lain, sebutkan . . . . .

10. Apakah kamu sering makan buah-buahan ?
- Ya, setiap hari
  - Ya, 4-6x/minggu
  - Kadang-kadang (1-3x/minggu)
  - Tidak pernah
11. Jika Ya, apa alasan kamu makan buah ?
- Karena sayur disediakan oleh orang tua
  - Karena terbiasa makan buah sejak kecil
  - Karena saya suka buah
  - Karena rasanya enak
  - Alasan lain, sebutkan . . . . .
12. Jika kadang-kadang/tidak pernah, apa alasan kamu tidak makan sayur ?
- Rasanya tidak enak
  - Tidak terbiasa dari kecil
  - Tidak tersedia dirumah
  - Hanya suka buah tertentu
  - Alasan lain, sebutkan . . . . .

**Sheet 6 : Data KSPN**  
**Recall Konsumsi Pangan**  
**CONTOH:**

**Hari Libur (12 /06/2013)**

Waktu	Jenis Makanan	Bahan Makanan	Jumlah yang dikonsumsi	
			URT	gr*
Pagi (06.00-10.00)	Nasi Goreng	Nasi	1 Piring	
	Telur Ceplok	Telur	1 Butir	
	Sayur Kacang	Kacang Panjang	4 Sendok Makan	
Selingan (10.00-12.00)	Roti Coklat	Roti	1 Bungkus	
		COKLAT PASTA	1 SENDOK MAKAN	
Siang (12.00-16.00)	Nasi	Nasi	1 Piring	
	Tempe Bacem	Tempe	1 Potong	
	Sayur Bayam	Bayam	1/2 Mangkuk Kecil	
	Ikan Goreng	Ikan Mujair	1 Potong	
	Buah Pepaya	Pepaya	1 Potong	

URT= Ukuran Rumah Tangga): piring, mangkok, piring kecil, gelas, bungkus, sendok makan, sendok teh, cangkir, tusuk, bungkus, potong, porsi, buah.

\*= tidak perlu diisi oleh responden.

**Hari Libur (Minggu) Tanggal :**

Waktu	Jenis Makanan	Bahan Makanan	Jumlah yang dikonsumsi	
			URT	gr*
Pagi (06.00-10.00)				
Selingan (10.00-12.00)				
Siang (12.00-16.00)				
Selingan (16.00-19.00)				
Malam (19.00-21.00)				
Selingan (21.00-tidur)				

URT= Ukuran Rumah Tangga): piring, mangkok, piring kecil, gelas, bungkus, sendok makan, sendok teh, cangkir, tusuk, bungkus, potong, porsi, buah.

\*= tidak perlu diisi oleh responden.

**Hari Sekolah. Tanggal :**

Waktu	Jenis Makanan	Bahan Makanan	Jumlah yang dikonsumsi	
			URT	gr*
Pagi (06.00- 10.00)				
Selingan (10.00- 12.00)				
Siang (12.00- 16.00)				
Selingan (16.00- 19.00)				
Malam (19.00- 21.00)				
Selingan (21.00- tidur)				

URT= Ukuran Rumah Tangga): piring, mangkok, piring kecil, gelas, bungkus, sendok makan, sendok teh, cangkir, tusuk, bungkus, potong, porsi, buah.

\*= tidak perlu diisi oleh responden.

**Sheet 7 : Data Keluarga**

Nama/Kelas :

Pilihlah salah satu jawaban dan beri tanda silang. Jawaban yang jujur sangat membantu untuk keberhasilan penelitian ini. Terima kasih atas partisipasi Anda.

**KETERANGAN : DIBAWA PULANG KERUMAH DAN DIISI OLEH ORANG TUA SISWA.**

1. Jumlah Keluarga (Seluruh orang yang tinggal di dalam rumah)
  - a. 1 – 4 orang, sebutkan . . . . .orang
  - b. 5 – 7 orang, sebutkan . . . . .orang
  - c. Lebih dari 8 orang, sebutkan . . . . .orang
2. Pendidikan terakhir ayah
  - a. Tidak sekolah/Tidak lulus SD
  - b. SD/ sederajat
  - c. SMP/ sederajat
  - d. SMA/SMK/ sederajat
  - e. Diploma
  - f. Sarjana/ Pascasarjana
3. Pendidikan terakhir ibu
  - a. Tidak sekolah/Tidak lulus SD
  - b. SD/ sederajat
  - c. SMP/ sederajat
  - d. SMA/SMK/ sederajat
  - e. Diploma
  - f. Sarjana/ Pascasarjana
4. Pendapatan ayah per bulan
  - a. 0
  - b. Kurang sama dengan dari Rp 1.000.000
  - c. Besar dari Rp 1.000.000 – kurang dari sama dengan Rp 2.500.000
  - d. Besar dari Rp 2.500.000 – kurang dari sama dengan Rp 5.000.000
  - e. Lebih dari Rp 5.000.000
5. Pendapatan ibu per bulan
  - a. 0
  - b. Kurang dari sama dengan 1.000.000
  - c. Besar dari Rp 1.000.000 – kurang dari sama dengan Rp 2.500.000
  - d. Besar dari Rp 2.500.000 – kurang dari sama dengan Rp 5.000.000
  - e. Lebih dari Rp 5.000.000

**Sheet 8 : Data Screen Time (Penggunaan media elektronik)**

Nama/Kelas :

**Contoh cara mengisi kuesioner.**

Hari	Menonton TV	Bermain laptop/ computer	Bermain Station (PS)	Play	Bermain HP
1 Senin	30 menit	1 jam	0		10 menit

**Isilah tabel dibawah ini seperti contoh diatas !**Catatan : Hasil tes ini **TIDAK** akan berpengaruh pada nilaimu di Sekolah**KETERANGAN : DIBAWA PULANG KERUMAH DAN DIISI OLEH  
SISWA**

Hari	Menonton TV	Bermain laptop/ komputer/tablet	Bermain Station (PS)	Play	Bermain HP
Senin					
Selasa					
Rabu					
Kamis					
Jumat					
Sabtu					
Minggu					

Lampiran 2 Hasil uji *Rank Spearman* variabel independent status gizi

No	Variabel independent	p
1	<i>Screen time</i>	0.201
2	Jenis kelamin	0.026
3	Pendapatan ayah	0.027
4	Kebiasaan konsumsi sayur	0.726
5	Kebiasaan konsumsi buah	0.003
6	TKE	0.193
7	Umur	0.283
8	Uang saku	0.070
9	ART	0.317
10	Pendidikan ayah	0.004
11	Pendidikan ibu	0.048
12	Pendapatan ibu	0.973
13	TKP	0.974
14	Asupan lemak	0.797
15	Asupan serat	0.689
16	Konsumsi <i>fast food</i>	0.409
17	Kebiasaan jajan	0.943

Lampiran 3 *Independent sample T test* asupan lemak

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
lemak	Equal variances assumed	1.621	.205	-.016	123	.987	-.09292	5.80302	-11.57965	11.39381
	Equal variances not assumed			-.017	115.448	.986	-.09292	5.44808	-10.88407	10.69823

Lampiran 4 *Independent sample T test* asupan serat

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
serat	Equal variances assumed	.267	.607	.084	123	.933	.04746	.56257	-1.06612	1.16104
	Equal variances not assumed			.087	107.908	.931	.04746	.54295	-1.02877	1.12369

Lampiran 5 *Independent sample T test* status gizi

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
status gizi	Equal variances assumed	.273	.602	-.936	123	.351	-.22926	.24488	-.71398	.25545
	Equal variances not assumed			-.915	90.061	.363	-.22926	.25063	-.72718	.26886

Lampiran 6 *Independent sample T test* umur

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
umur	Equal variances assumed	.039	.845	-.045	123	.964	-.005	.103	-.208	.199
	Equal variances not assumed			-.046	99.536	.964	-.005	.102	-.207	.197

Lampiran 7 *Independent sample T test* uang saku

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
uang saku	Equal variances assumed	.141	.708	-1.175	123	.242	-804.828	684.862	-2160.471	550.815
	Equal variances not assumed			-1.228	110.287	.222	-804.828	655.570	-2103.977	494.321

Lampiran 8 *Independent sample T test* TKE

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
TKE	Equal variances assumed	.191	.663	1.074	123	.285	6.79178	6.32576	-5.72967	19.31322
	Equal variances not assumed			1.101	104.783	.273	6.79178	6.16909	-5.44068	19.02423

Lampiran 9 *Independent sample T test* TKP

		Levene's Test for Equality of Variances		t-test for Equality of Means						
		F	Sig.	t	df	Sig. (2-tailed)	Mean Difference	Std. Error Difference	95% Confidence Interval of the Difference	
									Lower	Upper
TKP	Equal variances assumed	.828	.365	1.004	123	.317	8.08904	8.05345	-7.85226	24.03035
	Equal variances not assumed			1.056	112.025	.293	8.08904	7.66114	-7.09049	23.26858

Lampiran 10 *Model summary* variabel dependent screen time

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.179 <sup>a</sup>	.032	-.026	2.0827615

Lampiran 11 *Coefficients* variabel dependent *screen time*

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-1.244	4.041		-.308	.759
	UMUR	.268	.353	.072	.758	.450
	Uang	5.503E-5	.000	.099	1.010	.314
	ART2	.055	.089	.057	.619	.537
	PA	.005	.251	.003	.019	.985
	PI	.208	.250	.118	.833	.406
	pna2	-4.769E-8	.000	-.048	-.388	.699
	pni2	-7.076E-8	.000	-.055	-.496	.621

Lampiran 12 *Model summary* variabel dependent asupan lemak

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.312 <sup>a</sup>	.097	.001	31.2882365

Lampiran 13 *Coefficients* variabel dependent asupan lemak

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-5.127	62.587		-.082	.935
	UMUR	4.258	5.385	.075	.791	.431
	ART2	-.407	1.380	-.027	-.295	.769
	PA	-.755	3.782	-.030	-.200	.842
	PI	3.626	3.910	.135	.928	.356
	pna2	2.664E-7	.000	.018	.143	.886
	pni2	3.456E-6	.000	.175	1.599	.113
	SC	-1.093	1.437	-.072	-.760	.449
	KS	10.649	6.865	.153	1.551	.124
	KB	.958	4.666	.019	.205	.838
	KF	-.279	2.773	-.009	-.101	.920
	KJ	4.135	8.139	.048	.508	.612
	Uang	.000	.001	.040	.397	.692

Lampiran 14 *Model summary* variabel dependent asupan serat

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.263 <sup>a</sup>	.069	-.030	3.080

Lampiran 15 *Coefficients* variabel dependent asupan serat

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	8.813	6.162		1.430	.155
	UMUR	-.610	.530	-.111	-1.150	.253
	ART2	.126	.136	.087	.929	.355
	PA	.172	.372	.070	.461	.646
	PI	-.083	.385	-.032	-.216	.829
	pna2	-8.880E-9	.000	-.006	-.049	.961
	pni2	-4.575E-8	.000	-.024	-.215	.830
	SC	.070	.141	.048	.498	.620
	KS	.783	.676	.116	1.159	.249
	KB	.303	.459	.063	.660	.511
	KF	.302	.273	.104	1.108	.270
	KJ	.715	.801	.085	.892	.374
	Uang	2.026E-5	.000	.025	.242	.809

Lampiran 16 *Model summary* variabel dependent status gizi

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.451 <sup>a</sup>	.204	.094	1.262

Lampiran 17 *Coefficients* variabel dependent status gizi

Model		Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
		B	Std. Error	Beta		
1	(Constant)	-1.194	.737		-1.621	.108
	ART2	.016	.056	.026	.290	.772
	PA	.335	.150	.312	2.231	.028
	PI	-.184	.159	-.161	-1.162	.248
	pna2	1.133E-7	.000	.176	1.514	.133
	pni2	-7.650E-8	.000	-.091	-.869	.387
	SC	.028	.058	.043	.477	.634
	KS	.020	.279	.007	.072	.943
	KB	.454	.191	.216	2.383	.019
	KF	-.141	.117	-.111	-1.205	.231
	KJ	.161	.330	.044	.488	.627
	Uang	-2.038E-6	.000	-.006	-.059	.953
	L	.002	.004	.041	.431	.668
	SRT	-.027	.040	-.062	-.673	.502
	TKE	.006	.005	.146	1.176	.242
	TKP	-.007	.004	-.216	-1.695	.093



Lampiran 19 Wawancara *food recall* 2x24 jam



Lampiran 20 Pengukuran tinggi badan menggunakan stature meter



Lampiran 21 Pengukuran berat badan menggunakan timbangan



## RIWAYAT HIDUP

Penulis dilahirkan di Durian Banggal, 26 Agustus 1992 dari ayah Abdul Rahman Nasution dan Ibu Raminauli. Penulis adalah putri kedua dari tiga bersaudara. Tahun 2010 penulis lulus dari Madrasah Aliyah Negeri 1 Medan dan pada tahun yang sama penulis lulus seleksi masuk Institut Pertanian Bogor (IPB) melalui jalur Undangan Seleksi Masuk IPB dan diterima di Departemen Gizi Masyarakat, Fakultas Ekologi Manusia.

Selama mengikuti perkuliahan, penulis menjadi pengajar pada Kegiatan Pelatihan Penulisan Proposal PKM tahun 2013 dan menjadi asisten mata kuliah Metode Penelitian Gizi tahun 2014. Penulis juga menjadi pembicara Pelatihan pembuatan proposal PKM (P4) IPB tahun 2012, SCIENTIA (Scientific In Action) tahun 2013, dan seminar PKM tahun 2013. Penulis pernah aktif sebagai bendahara 2 Ecoagrifarma tahun 2012 dan staf Divisi Produksi Ecoagrifarma tahun 2013. Penulis juga aktif sebagai staf Divisi Peduli Pangan dan Gizi HIMAGIZI IPB tahun 2012. Bulan Juli-Agustus 2013 penulis melaksanakan Kuliah Kerja Bersama Masyarakat (KKBM) di Desa Hambaro, Kecamatan Nanggung dan pada bulan Februari 2014 penulis melaksanakan Praktik Kerja Lapangan (PKL) di RSUD Kabupaten Tangerang.

Penulis juga aktif mengikuti lomba karya tulis ilmiah tingkat mahasiswa. Beberapa prestasi yang diraih oleh penulis antara lain ialah Penghargaan Setara Emas di Pekan Ilmiah Mahasiswa Nasional (PIMNAS) XXV tahun 2012, Finalis 10 *paper* terbaik *Tanoto Student Reseach Award* tahun 2012, Finalis *paper* TRI-U Internasional tahun 2012, Termasuk Kategori Sosial Kemanusiaan dan Lainnya 105 Inovasi Indonesia tahun 2013, dan masuk dalam 50 Inovasi Mahasiswa IPB tahun 2013.