

## HUBUNGAN AKTIVITAS MENONTON TELEVISI DENGAN STATUS GIZI PADA ANAK USIA SEKOLAH 6-8 TAHUN

---

Theresia Fieny Enny Mardona<sup>1)</sup>, Joko Wiyono<sup>2)</sup>, Yanti Rosdiana<sup>3)</sup>

<sup>1)</sup> Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang

<sup>2)</sup> Dosen Program Studi Keperawatan Poltekkes Kemenkes Malang

<sup>3)</sup> Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang

E-mail: [jurnalpsik.unitri@gmail.com](mailto:jurnalpsik.unitri@gmail.com)

### ABSTRAK

Aktivitas menonton televisi sangat berpengaruh pada status gizi, karena kurangnya pengeluaran energi. Aktivitas menonton televisi merupakan salahsatu factor penting yang menentukan status gizi seseorang karena pengeluaran energi yang kurang dan ditambah lagi asupan nutrisi yang masuk sehingga akan terjadi kegemukan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan aktivitas menonton televisi dengan status gizi pada anak usia sekolah 6-8 tahun di SDN Merjosari 02 Malang. Pada penelitian ini menggunakan desain penelitian *non eksperimen* dengan jenis *correlation* dengan metode pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah anak usia sekolah 6-8 tahun sebanyak 20 orang. Sampel dalam penelitian ini sebanyak 20 orang. Pengambilan sampel dengan *purposive sampling*. Data yang diperoleh dianalisis dengan menggunakan uji statistic *spearman rank* dengan derajat kemaknaan (0,05). Hasil uji statistik menunjukkan sebagian besar aktivitas menonton televisi responden masuk kategori lama, minggu 15 orang (75%), senin 11 orang (55%), selasa 13 orang (65%), dan sebagian besar status gizi dari responden masuk dalam kategori gemuk sebanyak 6 orang laki-laki dan 7 orang perempuan. Hasil analisis bivariat menunjukkan  $p\text{-value} > 0,05$ . Artinya tidak ada hubungan antara aktivitas menonton televisi dengan status gizi pada anak usia sekolah 6-8 tahun. Beberapa saran yang dapat direkomendasikan kepada pihak-pihak antara lain, bagi orang tua diharapkan dapat membantu memberikan informasi kepada anak agar anak tidak selalu sering menonton televisi. Bagi peneliti selanjutnya, dengan tidak adanya hubungan yang positif antara hubungan aktivitas menonton televisi dengan status gizi pada anak usia sekolah 6-8 tahun, diharapkan dapat lebih mengembangkan hasil penelitian ini menjadi ada hubungan.

**Kata Kunci :** Aktivitas menonton televisi; status gizi.

## **RELATION ACTIVITY WATCHED TELEVISION NUTRIENT FOR CHILDREN SCHOOL AGE 6-8 YEAR**

### **ABSTRACT**

*Activity watched television very influence nutrien status. Activity influences many factor, one of them is ouhess energy. Ouhess energy influencess nutrient status someone. Activity watched one of them necessary factors to choose nutrien status. Someone because outless energy less and add again enter nutrient in until will becom fatest. The target from this riset is know betwen relation watched television with nutrient status for children school age 6-8 year at sdn morjo sari 02 malang. This riset use design riset non eksperimen with type correlation, methode closser cross sectional. The population is children school age 6-8 year as much 20 people. The sample this riset as much 20 people take sample with purposive sampling. The file have to analysis use static axam spearman rank at degres necessaries (0.05) The riset static result as big activity wached movie response enter week old catagory is people (75%), monday 11 people (55%). Tuesday 13 people (65%) and as big as nutrient status from responses enter in category fat as much as men 6 person and women 7 person (30% and 37%) the result analysis bivariat show Pvalue >0.05. The meaning nothing relation activity wached television with nutrien status for children school age 6-8 year. A little aduice can recomanded to sides ono of them, for parents is hopeses can help give information to child in order that children not always wached television. Specialty for the riset next with. Nothing the relation positive between relation activity wached television accompanying nutrient status for school age children 6-8 year, hopeses can more make this riset result become there is relation.*

**Keywords:** Activity wached television; nutrient status.

### **PENDAHULUAN**

Anak merupakan individu yang berada dalam satu rentangan perubahan perkembangan yang dimulai dari bayi hingga remaja. Masa anak merupakan masa pertumbuhan dan perkembangan yang dimulai dari usia bayi (0-1 tahun), usia bermain/toddler (3-5 tahun), prasekolah (3-6 tahun), usia sekolah (6-12 tahun), hingga remaja (12-18 tahun). Anak memiliki suatu ciri yang khas yaitu

selalu tumbuh dan berkembang secara teratur, saling berkaitan, dan berkesinambungan dimulai sejak konsepsi sampai dewasa. Karakteristik tumbuh kembang spesifik terhadap usia anak (Azis, 2005).

Pada tumbuh kembang anak usia sekolah yang optimal tergantung pemberian nutrisi dengan kualitas dan kuantitas yang baik serta benar. Dalam masa tumbuh kembang tersebut pemberian nutrisi atau asupan makanan

pada anak tidak selalu dapat dilaksanakan dengan sempurna. sering timbul masalah terutama dalam pemberian makanan yang tidak benar dan menyimpang. Penyimpangan ini mengakibatkan gangguan pada banyak organ-organ dan system tubuh anak (Judarwanto, 2005).

Televisi merupakan bentuk media massa yang paling berpengaruh dan mengisi waktu luang yang paling populer bagi anak (Chen, 1993 dalam Hilma, 2004). Di jaman sekarang, sebagian besar anak usia sekolah menggunakan waktunya sehari-hari untuk menonton televisi. Data menunjukkan bahwa beberapa tahun terakhir terlihat adanya perubahan gaya hidup yang menjurus pada penurunan aktivitas fisik seperti ke sekolah naik kendaraan dan kurangnya aktivitas bermain dengan teman serta lingkungan rumah yang tidak memungkinkan anak-anak bermain di luar rumah sehingga anak lebih sering bermain komputer, video games, dan menonton televisi dibandingkan melakukan aktivitas fisik. Penelitian di Amerika pada anak-anak menunjukkan bahwa anak dengan lama waktu menonton televisi 5 jam per hari, memiliki resiko obesitas sebesar 5.3 kali lebih besar daripada anak dengan lama menonton 2 jam per hari (Hidayati, dkk, 2006).

Aktivitas merupakan gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi. Aktivitas fisik yang tidak ada (kurangnya aktivitas fisik) merupakan faktor risiko independen untuk penyakit kronis seperti obesitas, dan secara keseluruhan diperkirakan menyebabkan kematian

secara global (WHO, 2010; Physical Activity. In Guide to Community Preventive Services Web site, 2008). Jika seorang anak menghabiskan banyak waktunya di kegiatan yang tidak mengeluarkan energi banyak secara terus menerus seperti menonton televisi atau bermain video games, maka dianjurkan untuk lebih banyak melakukan aktivitas fisik. Pemerintah dan ahli kesehatan di Amerika merekomendasikan untuk melakukan aktivitas fisik selama 60 menit atau lebih supaya membantu anak untuk mencapai berat badan ideal dan menjaga berat badannya di kemudian hari (Wardlaw & Hampl, 2007).

Tubuh memerlukan energi untuk fungsi-fungsi organ tubuh, pergerakan tubuh, mempertahankan suhu, fungsi enzim, pertumbuhan dan pergantian sel yang rusak. Metabolisme merupakan semua proses biokimia pada sel tubuh. Proses metabolisme dapat berupa anabolisme (membangun) dan katabolisme (pemecah). Masalah nutrisi erat kaitannya dengan intake makanan dan metabolisme tubuh serta faktor-faktor yang mempengaruhinya. Secara umum faktor yang mempengaruhi kebutuhan nutrisi adalah faktor fisiologis untuk kebutuhan metabolisme basal, faktor patologis seperti adanya penyakit tertentu yang mengganggu pencernaan atau meningkatkan kebutuhan nutrisi, faktor sosio-ekonomi seperti adanya kemampuan individu dalam memenuhi kebutuhan nutrisi (Soenarjo, 2000).

Data WHO menyatakan bahwa salah satu faktor penyebab peningkatan global kejadian overweight dan obesitas

anak adalah meningkatnya perilaku sedentary dan berkurangnya aktivitas fisik. Perilaku sedentary misalnya seperti menonton TV, penggunaan komputer, bermain video game sering menggantikan aktivitas fisik pada anak. Penelitian Suprihatun juga menunjukkan aktivitas fisik rendah, meliputi banyaknya aktivitas bermain didalam rumah, kurang aktivitas bermain diluar rumah, dan banyak menonton TV/bermain game di komputer berisiko terhadap kejadian obesitas pada anak.

Status gizi merupakan suatu keadaan tubuh yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dengan kebutuhan. Keseimbangan tersebut dapat dilihat dari variabel pertumbuhan, yaitu berat badan, tinggi badan/panjang badan, lingkar kepala, lingkar lengan, dan panjang tungkai (Gibson, 2005). Masalah gizi saat ini telah menjadi perhatian global. Sebagian besar negara-negara maju dan berkembang mengalami peningkatan masalah gizi lebih dan obesitas (Khan, 2006; WHO, 2008). Masalah gizi yang berkembang di masyarakat sangat erat hubungannya dengan perilaku dan gaya hidup pada masa kanak-kanak dan remaja (Dietz & Gortmaker, 2001; Sabin & Shield, 2008). Sekitar 80% obesitas pada masa kanak-kanak dan remaja akan terus berkembang menjadi obesitas pada saat dewasa dan semakin sulit untuk diubah (Schwarz, 2012).

Dalam penelitian kejadian obesitas dipercaya yang menjadi faktor penting terjadinya obesitas adalah karena faktor konsumsi dan kurangnya aktivitas fisik.

Anak-anak pada masa sekarang sangat terpaku pada televisi yang dimana mereka dapat menghabiskan waktu selama 24 jam per minggu untuk menonton tayangan di televisi. Banyak juga anak-anak menghabiskan waktu sekitar 10 jam per minggu untuk bermain komputer dan video games. Berdasarkan data tersebut maka The American Academi of pediatrics merekomendasikan batasan untuk menonton televisi dan video games untuk anak-anak yaitu sekitar 14 jam per minggu (Wardlaw & Hampl, 2007).

Menurut RISKESDAS (2010) secara nasional masalah kegemukan pada anak sekolah umur 6-12 tahun masih tinggi yaitu 9,2% atau masih di atas 5,0%. Prevalensi kegemukan pada anak laki-laki umur 6-12 tahun lebih tinggi dari prevalensi pada anak perempuan yaitu berturut-turut sebesar 10,7% dan 7,7%. Berdasarkan tempat tinggal prevalensi kegemukan lebih tinggi di perkotaan dibandingkan dengan prevalensi di perdesaan yaitu berturut-turut sebesar 10,4% dan 8,1%.

Peran televisi berdampak cukup besar dalam mempengaruhi kebiasaan makan anak, sehingga menjadikan hal tersebut sebagai faktor resiko kuat untuk terjadinya obesitas. Dalam sebuah penelitian yang dilaporkan jurnal *pediatrics*, terbitan Amerika Serikat mengemukakan adanya hubungan kebiasaan aktivitas menonton televisi dengan kecenderungan obesitas pada anak dan remaja. Dari penelitian ini menyebutkan bahwa tiap alokasi waktu untuk menonton televisi 1 jam akan meningkat kemungkinan terjadinya

obesitas sebesar 2%. Hal ini mereka simpulkan dengan mempelajari kesehatan dan kebiasaan anak menonton televisi pada 1500 anak Amerika. Prilaku bermalas-malasan atau kurangnya aktivitas fisik menjadi salah satu penyebab kegemukan pada anak sekolah (Wardlaw & Hampl, 2007).

Berdasarkan fenomena-fenomena tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang bagaimana kebiasaan anak yang jarang melakukan aktivitas. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti sangat tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Antara Aktivitas Menonton Televisi Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Sekolah 6-8 Tahun Di SDN Merjosari 02 Malang”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan aktivitas menonton televisi dengan status gizi pada anak usia sekolah 6-8 tahun di SDN Merjosari 02 Malang.

## **METODE PENELITIAN**

Desain penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah desain kolerasional yang bertujuan mencari, menjelaskan hubungan, memperkirakan, dan menguji berdasarkan teori yang ada antara variabel (Nursalam, 2003). Dalam penelitian ini, peneliti ingin mencari Hubungan Aktivitas Menonton Televisi Dengan Status Gizi Pada Anak Usia Sekolah 6-8 Tahun. Pendekatan yang dipakai dalam proses penelitian ini adalah *cross sectional* yaitu penelitian pada beberapa populasi yang diamati pada waktu yang sama. (Alimul.

A,2009).Variabel bebas merupakan variabel yang menentukan variabel lain (Nursalam, 2008). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah aktivitas menonton televisi. Data aktivitas menonton televisi dapat dilihat dari hasil pengisian pertanyaan terbuka yang telah tersedia dilembar kusioner mengenai durasi atau lama menonton televisi yang dilakukan anak dalam satu hari. Nilai diperoleh dari lamanya waktu yang digunakan untuk menonton televisi dalam jam. Kemudian nilai tersebut dikategorikan untuk selanjutnya dianalisis bivariat. Untuk mengukur aktivitas menonton televisi responden yang akan diteliti. Maka dilihat dari lamanya aktivitas menonton televisi, dengan ketentuan sebagai berikut lama 3 - 5 jam, sedang 2 - 3 jam, kadang-kadang : 1 jam.

Variabel terikat merupakan variabel yang nilainya ditentukan variabel lain (Nurasalam, 2008). Variabel terikat dalam penelitian ini adalah status gizi.Data status gizi dilihat dari hasil penimbangan berat badan dan hasil pengukuran tinggi badan. Lalu dihitung dengan menggunakan rumu Indeks Masa Tubuh. Kemudian disesuaikan dengan tabel kategori ambang batas IMT utuk Indonesia. Untuk mengukur status gizi responden yang akan diteliti, peneliti menggunakan pengukuran IMT dengan kategori.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Berdasarkan Tabel 1 dapat diketahui bahwa hampir setengahnya dari responden berusia 8 tahun sebanyak 9 orang (45%),

berdasarkan jenis kelamin diketahui sebagian besar dari anak usia sekolah berjenis kelamin perempuan sebanyak 11 orang (56%), dan diketahui bahwa sebagian besar anak berada di kelas dua, yaitu sebanyak 12 orang (70%).

Tabel 1. Karakteristik responden berdasarkan umur, jenis kelamin anak usia sekolah 6-8 tahun di SDN Merjosari 02 Malang

Umur	f	(%)
6 Tahun	5	25
7 Tahun	6	30
8 Tahun	9	45
Total	20	100
<b>Jenis kelamin</b>		
Laki-laki	9	45
Perempuan	11	55
Total	20	100
<b>Kelas</b>		
Satu	8	40
Dua	12	60
Total	20	100

Berdasarkan Tabel 2 dapat dilihat bahwa sebagian besar lamanya menonton televisi pada hari minggu masuk kategori lama sebanyak 15 orang (54%).

Tabel 2. Karakteristik berdasarkan lamanya menonton televisi pada hari minggu

Durasi	f	(%)
Lama (3-5 jam)	15	75
Sedang (2-3 jam)	5	25
Kadang-kadang (1 jam)	0	0
<b>Total</b>	20	100

Berdasarkan Tabel 3 dapat dilihat bahwa sebagian besar lamanya menonton

televisi pada hari senin masuk kategori lama sebanyak 11 orang (58%).

Tabel 3. Karakteristik berdasarkan lamanya menonton televisi pada hari Senin

Durasi	f	(%)
Lama (3-5 jam)	11	55
Sedang (2-3 jam)	7	35
Kadang-kadang (1 jam)	2	10
<b>Total</b>	20	100

Berdasarkan Tabel 4 dapat dilihat bahwa sebagian besar lamanya menonton televisi pada hari selasa masuk kategori lama sebanyak 13 orang (64%).

Tabel 4. Karakteristik berdasarkan lamanya menonton televisi pada hari selasa

Durasi	f	(%)
Lama (3-5 jam)	13	65
Sedang (2-3 jam)	7	35
Kadang-kadang (1 jam)	0	0
<b>Total</b>	20	100

Berdasarkan Tabel 5 dapat dilihat bahwa hampir seluruhnya status gizi anak laki-laki dan perempuan masuk dalam kategori gemuk sebanyak laki-laki 6 orang perempuan 7 orang (30% dan 37%).

Tabel 5. Karakteristik berdasarkan status gizi anak laki-laki dan perempuan

IMT	Frekuensi		Presentase	
	L	P	L	P
<b>Gemuk</b>	6	7	30	35
<b>Normal</b>	3	2	15	10
<b>Kurus</b>	0	1	0	5
<b>Total</b>	20		100	

**Karakteristik berdasarkan lamanya menonton televisi**

Berdasarkan Tabel 2, 3 dan 4 didapat bahwa sebagian besar aktivitas responden masuk kategori lama, yaitu sebanyak 15 orang (75%) pada hari minggu, senin 11 orang (55%), selasa 13 orang (65%). Dengan variabel aktivitas menonton televisi tidak ada hubungan karena sesuai hasil perhitungan menggunakan bantuan *software* SPSS versi 15 maka didapat  $X^2 = 0,22 > \alpha (0,05)$  yang berarti  $H_0$  diterima. Aktivitas fisik adalah gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot-otot rangka yang dihasilkan sebagai suatu pengeluaran tenaga (dinyatakan kilo-kalori), yang meliputi pekerjaan, waktu senggang dan aktivitas sehari-hari. Aktivitas tersebut memerlukan usaha ringan, sedang atau berat yang dapat menyebabkan perbaikan kesehatan bila dilakukan secara teratur (Adisapoetra, 2005).

Berdasarkan Tabel 1 berdasarkan karakteristik responden berdasarkan umur, hampir setengahnya responden berdasarkan umur adalah berusia 8 tahun sebanyak 9 orang (45%). Dan sebagian kecil responden berdasarkan umur adalah 6 tahun sebanyak 5 orang (25%). Tinggi rendahnya aktivitas seseorang dapat dipengaruhi oleh banyak faktor, salah satunya adalah kurangnya pengeluaran energi.

Hal ini dibenarkan oleh pendapat Wardlaw & Hampl (2007), bahwa jika seorang anak menghabiskan banyak waktunya dikegiatan yang tidak mengeluarkan energi banyak secara terus menerus seperti menonton televisi atau bermain video games akan memiliki resiko obesitas. Penelitian di Amerika

pada anak-anak menunjukkan bahwa anak dengan lama waktu menonton televisi 5 jam perhari, memiliki resiko obesitas sebesar 5-3 kali lebih besar daripada anak dengan lama menonton 2 jam perhari (Hidayati, dkk, 2006). Menurut pendapat peneliti dimungkinkan karena saat seorang anak menonton televisi aktivitas mereka tidak hanya duduk diam saja dan terpaksa melihat televisi melainkan aktivitas mereka ada yang sambil melompat-lompat, bermain boneka atau meniru kegiatan yang ada di televisi seperti tokoh-tokoh yang ada dikartun, aktivitas seperti ini dapat juga membantu mengeluarkan energi dalam tubuh.

#### **Karakteristik berdasarkan status gizi anak**

Berdasarkan Tabel 5 menunjukkan bahwa sebagian besar status gizi dari responden masuk dalam kategori gemuk sebanyak laki-laki 6 orang dan perempuan 7 orang (30% dan 37%), dan hampir setengahnya status gizi dari responden masuk dalam kategori normal sebanyak laki-laki 3 orang dan perempuan 2 orang (15% dan 10%). Dengan variabel status gizi tidak ada hubungan karena sesuai hasil perhitungan menggunakan bantuan *software* SPSS versi 15 maka didapat  $X^2 = 0,22 > \alpha (0,05)$  yang berarti  $H_0$  diterima.

Tepat atau tidaknya status gizi dapat dipengaruhi oleh faktor pendukung status gizi. asupan nutrisi sangat mempengaruhi status gizi, jika pengeluaran energi kurang dan asupan nutrisi selalu masuk maka kemungkinan dapat terjadinya obesitas. Hal ini dibenarkan

oleh Batada et al (2008), lebih banyak anak menonton televisi lebih banyak mereka mengemil diantara waktu makan, mengkonsumsi makanan yang diiklankan di televisi dan cenderung mempengaruhi orangtua mereka untuk membeli makanan yang diiklankan di televisi dan cenderung mempengaruhi orangtua mereka untuk membeli makanan-makanan tersebut. Selain itu duduk berjam-jam didepan layar membuat tubuh tidak banyak bergerak dan menurunkan metabolisme, sehingga lemak bertumpuk, tidak terbakar dan akhirnya menimbulkan kegemukan.

Dalam penelitian saecara nasional masalah kegemukan pada anak usia sekolah umur 6-12 tahun masih tinggi yaitu 9,2% atau masih diatas 5,0%. Prevalensi kegemukan pada anak laki-laki umur 6-12 tahun lebih tinggi dari prevalensi pada anak perempuan yaitu berturut-turut sebesar 10,7% dan 7,7%. Berdasarkan tempat tinggal prevalensi kegemukan lebih tinggi di perkotaan dibandingkan dengan prevalensi di perdesaan yaitu berturut-turut sebesar 10,4% dan 8,1%.

Menurut pendapat peneliti dimungkinkan karena bukan aktivitas menonton televisilah yang menyebabkan gizi lebih tetapi dikarenakan asupan nutrisi yang masuk dalam tubuh seperti mengemil dan ditambah lagi pengeluaran energi kurang yang dapat menyebabkan gizi seorang anak lebih. tetapi ketika anak menonton televisi tidak setiap saat juga anak mengkonsumsi makanan seperti mengemil atau hanya sekali-kali, sehingga anak yang gizinya lebih tidak mungkin dikarenakan mengemil saat melakukan

aktivitas menonton televisi, dan asupan nutrisi yang masuk atau mengemil tidak hanya saat mereka melakukan aktivitas menonton televisi saja bisa juga saat mereka melakukan aktivitas lain seperti saat mereka belajar dan bersantai.

## **KESIMPULAN**

Pada hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan beberapa hal aktivitas menonton televisi pada anak usia sekolah di SDN Merjosari 02 Malang didapatkan hasil terbanyak dengan kategori lama sebanyak minggu 15 orang (75%), senin 11 orang (55%), selasa 13 orang (65%). Status gizi pada anak usia sekolah di SDN Merjosari 02 Malang didapatkan hasil terbanyak dengan kategori gemuk sebanyak laki-laki 6 orang dan perempuan 7 orang (30% dan 37%). Hasil perhitungan nilai  $p\ value = 0,22$  sehingga dapat disimpulkan  $p\ value = 0,22 > \alpha$  (0,05). Hal ini berarti  $H_0$  diterima dan menyimpulkan pada populasi (dari mana sampel itu diambil) secara statistic tidak ada hubungan antara aktivitas menonton televisi dengan status gizi pada anak usia sekolah 6-8 tahun.

## **SARAN**

Bagi anak usia sekolah 6-8 tahun jangan sering-sering menonton televisi selain dapat mengurangi kegiatan belajar aktivitas menonton televisi dapat juga mengganggu kesehatan terutama dapat menyebabkan kegemukan, ini dikarenakan

pengeluaran energi yang kurang dan ditambah lagi asupan nutrisi yang masuk sehingga akan terjadi kegemukan. Bagi orang tua agar tetap selalu memberitahu dan mengawasi anak-anaknya agar selalu berolahraga, tidak terlalu sering menonton televisi dan memberitahu jangan sering ngemil saat menonton televisi. Bagi peneliti yang akan datang perlu melakukan penelitian lagi karena dalam penelitian ini ada kesalahan dalam pengumpulan data sehingga perlu banyak mengumpulkan data terutama data dari aktivitas menonton televisi, kemudian dalam pemilihan sampel juga harus jelas sehingga dapat merubah data yang tidak signifikan menjadi signifikan sehingga dapat diketahui bahwa ada hubungan dalam penelitian ini.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Alimul, A. 2003. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Selemba Medika.
- Alimul, A. 2007. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Selemba Medika.
- Alimul, A. 2009. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Selemba Medika.
- Ariawan, Iwan. 1998. *Besar dan Metode Sampel pada Penelitian Kesehatan*. Depok : Jurusan Biostatistik dan Kependudukan FKM UI.
- Arikunto, S. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Burton, Graeme. 2007. *Membincangkan Televisi : Sebuah pengantar kepada studi televisi*. Yogyakarta: Jalasutra.
- Depkes RI. 2005. *Pedoman Perbaikan Gizi Anak Sekolah Dasar Dan Madrasah Ibtidaiyah*. Direktorat Jendral Bina Kesehatan Masyarakat Direktorat Gizi Masyarakat. Jakarta.
- Duma, G. 2013. *Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik dan Kejadian Obesitas Anak Kelas V dan VI Di Sekolah Dasar Yayasan Pendidikan Shafiyatul Amaliyyah*. Universitas Sumatera Utara. 2013
- Khomsan A. 2000. *Teknik Pengukuran Pengetahuan Gizi. Jurusan Gizi Masyarakat dan Sumberdaya Keluarga, Fakultas Pertanian, Institut Pertanian Bogor*. Bogor.
- Nursalam. 2013. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pendekatan Praktis Edisi 3*. Jakarta: Selemba Medika.
- Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS). 2010. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI.
- Soetjiningsih. 1995. *Tumbuh Kembang Anak*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Sugiyono. 2012. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta.
- Supriasa et al. 2001. *Penilaian Status Gizi*. Jakarta: Buku Kedokteran EGC.
- Tendean, A.L. 2011. *Hubungan Aktivitas Fisik dengan Status Gizi pada Mahasiswa Fakultas Kesehatan*

- Masyarakat Semester 1 Universitas Sam Ratulangi (tidak dipublikasikan).* Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sam Ratulangi. Manado.
- Tim Penyusun. 2012. *Buku Pedoman Penulisan skripsi.* Program Studi Ilmu Keperawatan. Malang.
- Triwardani , R. 2007. *Kajian Kritis Praktik Anak Menonton Film Kartun di Televisi.* Universitas Gadjah Mada. Yogyakarta.
- WHO. 2007. *Growth reference 6-18 years.* [www.who.int](http://www.who.int).pdf. Diakses pada tanggal 20 Mei 2014.
- Wiyono, J. 2013. *Keperawatan Tumbuh Kembang Keluarga.* Universitas Negeri Malang. Malang.
- World Health Organization (WHO). 2010. *Global Recommendations on Physical Activity for Health.* Geneva: WHO Press. [http://whqlibdoc.who.int/publications/2010/9789241599979\\_eng.pdf](http://whqlibdoc.who.int/publications/2010/9789241599979_eng.pdf), Diakses pada tanggal 26 Mei 2014.