

**HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN GADGET DENGAN  
OBESITAS DI SDN 01 SUCI PANTI JEMBER**

**SKRIPSI**



**Oleh:**

**Ayun Hairunnisak**

**NIM 19010019**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS dr. SOEBANDI**

**JEMBER**

**2023**

**HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN GADGET DENGAN  
OBESITAS DI SDN 01 SUCI PANTI JEMBER**

**SKRIPSI**

**Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan**



**Oleh:**

**Ayun Hairunnisak**

**NIM 19010019**

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KEPERAWATAN**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**UNIVERSITAS dr. SOEBANDI**

**JEMBER**

**2023**

## LEMBAR PERSTUJUAN

Skripsi ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk mengikuti seminar hasil pada program studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi

Jember, 14 September 2023

Pembimbing Utama



**I Gusti Ayu Karnasih, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Mat**

**NIDN. 4005116802**

Pembimbing Anggota



**Ns. Umi Sukowati, SH., M.Kep., Sp.Mat**

**NIDK. 889440101**

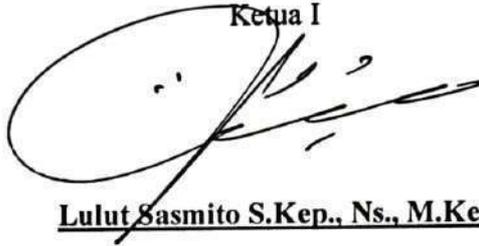
## LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul "Hubungan Intensitas Penggunaan Gadget Dengan Obesitas di SDN 01 Suci Panti Jember" telah diuji dan disahkan oleh dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada :

Hari : Kamis  
Tanggal : 21 September 2023  
Tempat : Room Zoom

Tim Penguji

Ketua I



Lulut Sasmito S.Kep., Ns., M.Kes

NIDN. 4009056901

Penguji II



I Gusti Ayu Karnasih, S.Kep., Ns., M.Kep.,  
Sp.Mat

NIDN. 4005116802

Penguji III



Ns. Umi Sukowati, SH., M.Kep., Sp.Mat

NIDK. 889440101

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Dr. Soebandi



Apt. Lindawati Setyaningrum, M.Farm

NIK. 19890603 201805 2 148

## PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertandatangan dibawah ini

Nama : Ayun Hairunnisak  
Tempat, Tanggal Lahir : Jember, 03 Juni 2001  
NIM : 19010019

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini adalah asli dan belum pernah diajukan sebagai syarat penelitian, baik di Universitas dr. Soebandi Jember maupun di perguruan tinggi lain. Skripsi ini murni gagasan dan rumusan saya sendiri tanpa bantuan oleh pihak lain, kecuali arahan dari tim dosen pembimbing. Dalam perumusan skripsi ini tidak terdapat karya atau pendapat orang lain yang telah ditulis serta dipublikasikan, kecuali secara tertulis dengan jelas dicantumkan dalam daftar pustaka. Apabila dikemudian hari terdapat adanya penyimpangan dan ketidakbenaran dalam pernyataan ini, maka saya bersedia menerima sanksi akademik maupun sanksi lainnya, sesuai dengan norma yang berlaku dalam perguruan tinggi ini.

Jember, 14 September 2023

Yang Menyatakan,

  
Ayun Hairunnisak

NIM.19010019

**SKRIPSI**

**HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN GADGET DENGAN  
OBESITAS DI SDN 01 SUCI PANTI**

Oleh :

**Ayun Hairunnisak**

**19010019**

**Pembimbing :**

**Dosen Pembimbing Utama** : I.G.A Karnasih., M.Kep., Ns., Sp.,Kep. Mat

**Dosen Pembimbing Anggota** : Ns. Umi Sukowati, SH., M.Kep., Sp.Mat

## **PERSEMBAHAN**

Segala puji bagi Allah SWT atas limpahan Rahmat dan hidayah-NYA yang selalu memberikan kemudahan, petunjuk, kekuatan dan keyakinan sehingga saya dapat menyelesaikan penyusunan skripsi ini tepat pada waktunya.

1. Terima kasih kepada keluarga saya terutama Umi saya atas doa, semangat, motivasi, nasihat serta kasih sayang yang tidak akan pernah henti sampai saat ini.
2. Terima kasih kepada dosen pembimbing (Ibu Ayu dan Ibu Umi) yang sudah membimbing dan memberi arahan kepada saya dan juga sudah memberikan motivasi selalu untuk segera menuntaskan skripsi di semester akhir ini.
3. Terima kasih kepada saudara saya Tannia dan Febi yang sudah menemani perjalanan saya dan memotivasi saya dan juga selalu menjadi tempat hiburan saya untuk bisa menjalani dan bertanggung jawab untuk menuntaskan kewajiban saya selama ini.
4. Terima kasih kepada teman-teman yaitu : Deby , Andini , Diana , Ade , Lutfu , Ridho , Niken , Alaikal Dan Anita saya yang sudah membantu memberikan informasi maupun memberi semangat sehingga selama ini , semoga kita semua bisa menjadikan ilmu ini bermanfaat dimasyarakat nanti.

## MOTTO

“Sesungguhnya sesudah kesulitan itu ada kemudahan. Maka apabila kamu tidak selesai (dari suatu urusan) , kerjakanlah dengan sungguh-sungguh (urusan yang lain)”

(QS. Al Insyirah :6-7)

*“Maybe I made a mistake yesterday , but yestrerday’s me still me. I am who I am today , with all my faults. Tomorrow ai might be a tiny bit wiser, and that’s me, too. These faults and mistakes are what I am, making up the brightest stars in the constellation of my life. I have come to love myself for who I was , who I am , and who I hope to become.”*

(RM : Speech in UNICEF)

“Jangan lelah berusaha menjadi baik , jangan bosan menjadi orang baik dan jangan menyesal telah berbuat baik.”

(Eka Bagus Panutan : 25)

## ABSTRAK

Hairunnisak, Ayun\* Karnasih, I Gusti Ayu\*\* Sukowati, Umi \*\*\*2023. **Hubungan Intensitas Penggunaan Gadget Dengan Obesitas di SDN 01 Suci Pantai.** Skripsi. Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Dr. Soebandi Jember.

**Latar Belakang :** Obesitas sudah menjadi masalah kesehatan yang terjadi di dunia dengan prevalensi yang sering bertambah setiap tahunnya, bahkan di negara maju ataupun negara berkembang. Obesitas terjadi karena aktivitas fisik yang kurang dari kebutuhan tubuh. Kebiasaan anak pada zaman sekarang lebih menyukai beraktivitas di dalam rumah seperti menonton televisi dan bermain gadget. Tujuan penelitian ini yaitu untuk menganalisis hubungan intensitas penggunaan gadget dengan obesitas pada anak di SDN 01 Suci Pantai. **Metode :** Desain penelitian ini bersifat *cross-sectional* yaitu menekankan pada waktu pengukuran atau pengamatan data dari variabel independen dan variabel dependen yang dilakukan hanya satu kali pada saat bersamaan. Populasi berjumlah 85 anak dan penentuan besar sampel dapat menggunakan rumus Slovin yaitu menjadi 70 sampel. Dalam penelitian ini menggunakan uji *Chi Square*. **Hasil :** Hasil analisis uji *Chi Square* diperoleh p-value  $0,001 < 0,05$  dan nilai uji koefisien kontingensi sebesar 0,590 yang berarti hubungan intensitas penggunaan gadget dengan obesitas di SDN 01 Suci Pantai Jember memiliki tingkat hubungan yang kuat. **Kesimpulan :** Berdasarkan penelitian dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi intensitas penggunaan gadget maka semakin banyak pula anak mengalami obesitas yang disebabkan oleh menurunnya aktivitas fisik sehingga asupan makan yang dikonsumsi tersimpan menjadi lemak.

**Kata Kunci : Intensitas Penggunaan Gadget , Obesitas.**

\*Peneliti : Ayun Hairunnisak

\*\*Pembimbing I : I Gusti Ayu Karnasih, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Mat

\*\*\*Pembimbing II : Ns. Umi Sukowati, SH., M.Kep., Sp.Mat

## ABSTRACT

Hairunnisak, Ayun\* Karnasih, I Gusti Ayu\*\* Sukowati, Umi \*\*\*2023. **The Relationship between Intensity of Gadget Use and Obesity at SDN 01 Suci Panti.** Thesis. Nursing Study Program, Dr. Soebandi Jember University.

**Background:** Obesity has become a health problem that occurs in the world with prevalence that often increases every year, even in foreign countries or developing countries. Obesity occurs due to physical activity that is less than the body's needs. Children's habits today prefer to do activities at home such as watching television and playing gadgets. The purpose of this study was to analyze the relationship between the intensity of gadget use and obesity in children at SDN 01 Suci Panrti. **Method:** This research design is *cross-sectional*, which emphasizes the time of measurement or observation of data from the independent variable and the dependent variable which is carried out only once at the same time. The population is 85 children and the determination of sample size can use the Slovin formula which is 70 samples. In this study using Chi Square test. **Results:** The results of the *Chi Square test analysis* obtained a p-value of  $0.001 < 0.05$  and a contingency coefficient test value of 0.590 which means that the relationship between the intensity of gadget use and obesity at SDN 01 Suci Panti Jember has a strong level of relationship. **Conclusion:** Based on research it can be concluded that the higher the intensity of gadget use, the more children experience obesity caused by decreased physical activity so that the food intake consumed is stored into fat.

**Keywords:** intensity of gadget use, obesity.

\*Researcher : Ayun Hairunnisak

\*\*Supervisor I: I Gusti Ayu Karnasih, M.Kep., Ns., Sp.Kep.Mat

Supervisor II : Ns. Umi Sukowati, SH., M.Kep., Sp.Mat

## **KATA PENGANTAR**

Alhamdulillah segala puuji syukur bagi kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penyusunan skripsi ini dapat terselesaikan. Skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan menyelesaikan pendidikan Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi Jember yang berjudul “Hubungan Intensitas Penggunaan Gadget dengan Obesitas di SDN 01 Suci Panti” dalam proses penyusunan skripsi penulisan dibimbing dan dibantu oleh dari berbagai pihak , pada kesempatan ini penulis menyampaikan ucapan terimakasih pada penghargaan yang setinggi-tingginya kepada :

1. Andi Eka Pranata S.ST., S.Kep., Ns., M.Kes selaku Rektor Universitas dr. Soebandi Jember yang telah memberikan kesempatan untuk menempuh pendidikan serta membantu dengan memberikan fasilitas serta berbagai kemudahan selama menempuh pendidikan.
2. Apt. Linda Setyaningrum M.Farm selaku dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soebandi Jember, yang mensupport penyusunan skripsi ini.
3. Prestasianita Putri S.Kep., Ns., M.Kep selaku ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas dr. Soebandi Jember yang telah memberikan bimbingan dan motivasi dalam pembuatan skripsi ini.
4. Lulut Sasmito S.Kep., Ns., M.Kes selaku ketua penguji yang telah bersedia menjadi dosen penguji dan memberi kritik serta saran yang membangun bagi skripsi skripsi penulis.
5. I Gusti Ayu Karnasih, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Mat selaku dosen pembimbing utama , yang telah meluangkan waktu , pikiran , ilmu , motivasi dan perhatian serta dengan sabar membimbing dalam penyusunan skripsi ini.
6. Ns. Umi Sukowati, SH., M.Kep., Sp.Mat selaku dosen pembimbing anggota yang telah meluangkan waktu , pikiran , ilmu motivasi dan perhatian serta dengan sabar membimbing dalam penyusunan skripsi ini.

7. Bapak dan ibu dosen Universitas dr. Soebandi Jember yang telah memberikan segenap ilmu dan pengalamannya ,sehingga dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini.
8. Keluarga dan juga orang-orang yang sudah mendukung saya sehingga dapat tersusunnya skripsi ini.

Dalam penyusunan skripsi ini , penulis menyadari masih jauh dari kesempurnaan , untuk itu penulis sangat mengharapkan saran dan masukan untuk perbaikan yang sifatnya membangun semangat peneliti.

Jember, 14September 2023

**Ayun Hairunnisak**

**NIM. 19010019**

## DAFTAR ISI

<b>HALAMAN SAMPUL</b> .....	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL</b> .....	<b>ii</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN</b> .....	<b>iv</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN</b> .....	<b>v</b>
<b>HALAMAN PEMBIMBINGAN</b> .....	<b>vi</b>
<b>HALAMAN PERSEMBAHAN</b> .....	<b>vii</b>
<b>MOTTO</b> .....	<b>viii</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>ix</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>x</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>xvii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xviii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Masalah .....	3
1.3.1 Tujuan Umum.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus .....	4

1.4 Manfaat Penelitian .....	4
1.4.1 Manfaat Teoritis.....	4
1.4.2 Manfaat Praktisi.....	4
1.5 Keaslian Penelitian .....	5

## **BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA**

2.1 Konsep Obesitasas .....	7
2.1.1 Definisi Obesitas .....	7
2.1.2 Etiologi .....	8
2.1.3 Penentuan Obesitas .....	10
2.1.4 Tipe-Tipe Obesitas .....	11
2.1.5 Resiko Obesitas .....	12
2.1.6 Pencegahan Obesitas .....	13
2.2 Konsep Gadget .....	14
2.2.1 Definisi Gadget .....	15
2.2.2 Definisi Intensitas Pengguna Gadget .....	15
2.2.3 Aspek-Aspek Intensitas Pengguna Gadget .....	16
2.2.4 Faktor yang Mempengaruhi Pengguna Gadget pada Anak .....	16
2.2.5 Dampak Gadget pada Anak .....	18
2.2.6 Indikator Penggunaan Gadget .....	20
2.3 Konsep Anak Usia Sekolah .....	21
2.3.1 Definisi Anak Usia Sekolah.....	21

2.3.2 Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Sekolah .....	21
2.3.3 Tahap Operasional .....	23
<b>BAB 3 KERANGKA KONSEP .....</b>	<b>25</b>
3.1 Kerangka Konsep.....	25
3.2 Hipotesis Penelitian .....	26
<b>BAB 4 METODE PENELITIAN .....</b>	<b>27</b>
4.1 Desain Penelitian .....	27
4.2 Populasi Penelitian.....	27
4.2.1 Populasi .....	27
4.2.2 Sampel Penelitian.....	27
4.3 Teknik Sampling .....	29
4.4 Variabel Penelitian.....	29
4.5 Tempat Penelitian .....	29
4.6 Waktu Penelitian .....	29
4.7 Definisi Operasional .....	29
4.8 Teknik Pengumpulan Data .....	31
4.8.1 Sumber Data .....	31
4.8.2 Teknik Pengumpulan Data.....	31
4.9 Pengelolaan Data .....	32
4.10 Teknik Analisa Data .....	33
4.11 Instrumen Penelitian .....	33

4.12 Etika Penelitian .....	35
<b>BAB 5 HASIL PENELITIAN .....</b>	<b>36</b>
5.1 Deskripsi Lokasi penelitian.....	36
5.2 Data Umum .....	36
5.2.1 Karakteristik Siswa/Siswi di SDN 01 Suci Panti Berdasarkan Usia..	36
5.2.2 Karakteristik Siswa/Siswi di SDN 01 Suci Panti Berdasarkan Jenis Kelamin.....	37
5.3 Data Khusus .....	37
5.3.1 Identifikasi Intensitas Penggunaan Gadget Di SDN 01 Suci Panti...	37
5.3.2 Kejadian Obesitas Yang Terjadi Di SDN 01 Suci Panti Jember .....	38
5.3.3 Hubungan Intensitas Penggunaan Gadget dengan Obesitas di SDN 01 Suci Panti Jember .....	39
<b>BAB 6 PEMBAHASAN .....</b>	<b>41</b>
6.1 Intensitas Penggunaan Gadget di SDN 01 Suci Panti.....	41
6.2 Kejadian Obesitas yang Terjadi Pada Anak di SDN 01 Suci Panti .....	43
6.3 Hubungan Intensitas Penggunaan Gadget dengan Obesitas di SDN 01 Suci Panti Jember.....	45
6.4 Keterbatasan Penelitian.....	48
<b>BAB 7 PENUTUPAN.....</b>	<b>49</b>
7.1 Kesimpulan .....	49
7.2 Saran.....	50
7.2.1 Bagi Institusi Pendidikan .....	50
7.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	50

<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>51</b>
<b>LAMPIRAN .....</b>	<b>54</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	5
Tabel 2.1 Penentuan Obesitas .....	11
Tabel 4.1 Definisi Operasional .....	30
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi dan Presentase Responden Berdasarka Usia di SDN 01 Suci Panti .....	36
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi dan Persentase Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di SDN 01 Suci Panti .....	37
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Intensitas Penggunaan Gadget di SDN 01 Suci Panti .....	38
Tabel 5.4 Distribusi frekuensi kejadian obesitas yang terjadi di SDN 01 Suci Panti Jember .....	38
Tabel 5.5 Hasil tabulasi silang hubungan intensitas penggunaan gadget dengan obesitas di SDN 01 Suci Panti .....	39
Tabel 5.6 Hasil uji hubungan intensitas penggunaan gadget dengan obesitas di SDN 01 Suci Panti Jember .....	39

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Penjadwalan Penyusunan Skripsi .....	56
Lampiran 2 Surat Ijin Studi Pendahuluan Kampus .....	57
Lampiran 3 Surat Ijin Studi Pendahuluan JEMBER-KESBANGPOL .....	58
Lampiran 4 Surat Ijin Studi Pendahuluan Dinas Pendidikan.....	59
Lampiran 5 Surat Layak Etik .....	60
Lampiran 6 Surat Ijin Penelitian Kampus .....	61
Lampiran 7 Surat Ijin Penelitian JEMBER-KESBANGPOL .....	62
Lampiran 8 Surat Persetujuan Menjadi Responden .....	63
Lampiran 9 Lembar Observasi Penelitian .....	64
Lampiran 10 Rekapitulasi Data Responden .....	65
Lampiran 11 Lembar Data SPSS.....	66
Lampiran 12 Dokumentasi Penelitian .....	67
Lampiran 13 Lembar Bimbingan Skripsi .....	68
Lampiran 14 Persyaratan Semhas .....	69

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **1.1 Latar Belakang**

Obesitas sudah menjadi masalah kesehatan yang terjadi di dunia dengan prevalensi yang sering bertambah setiap tahunnya, bahkan di negara maju ataupun negara berkembang. WHO bahkan menyatakan obesitas menjadi epidemik global, sehingga sudah menjadi suatu masalah yang harus segera diatasi (Retnaningsih, 2011). Obesitas pada anak juga merupakan kejadian yang ditandai dengan berat badan di atas rata-rata dengan indeks masa tubuh (IMT) dan merupakan penumpukan lemak yang berlebihan. Obesitas merupakan masalah serius yang terjadi karena aktifitas yang keluar tidak sesuai dengan kebutuhan tubuh. Obesitas yang terjadi pada anak sering terjadi karena banyak anak-anak yang kurang melakukan aktifitas diluar melainkan lebih sering menghabiskan waktu didalam rumah dan bermain Gadget dari pada bermain diluar bersama teman-temannya.

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan peningkatan prevalensi obesitas tahun di wilayah Jawa Timur dari 8,4% (2013) menjadi 22,37% (2018). Dari hasil data obesitas yang terjadi pada anak di atas terdapat juga data Laki-laki- dengan nilai obesitas 14,32% dan perempuan yaitu dengan nilai data 9,70%. Obesitas yang terjadi di daerah Jember pada anak yang berusia 5-12 tahun di Jember yaitu dengan nilai 11,32% (2018). Riskesdas tahun 2018 juga menunjukkan disparitas prevalensi nasional pada beberapa provinsi di Indonesia. Selain itu overweight dan obesitas memiliki resiko mengalami Diabetes 44% penyakit jantung iskemik 23% dan kanker sebanyak 7%-41%. Dari hasil studi pendahuluan yang sudah dilakukan di SDN 01 Suci Panti terdapat jumlah anak yang mengalami obesitas yaitu 63 anak.

Penyebab terjadinya obesitas yaitu aktifitas fisik pada seseorang. Aktivitas fisik adalah setiap gerakan tubuh yang menghasilkan otot-otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi. Kurangnya aktivitas fisik merupakan salah satu

penyebab utama dari meningkatnya angka kejadian obesitas (Sari, 2019). Rata-rata penyebab terjadinya obesitas yaitu disebabkan oleh penurunan aktifitas fisik sehingga menyebabkan energi yang dikeluarkan tidak maksimal, selain itu terdapat penyebab lain yaitu kebiasaan makan yang buruk karena asupan energi yang berlebihan menyebabkan kelebihan berat badan dan obesitas. Dan juga terdapat penyebab faktor genetik yang dapat berpotensi mengalami obesitas. Dari sekian faktor penyebab, faktor yang paling banyak berpengaruh adalah aktifitas fisik yang kurang, kebiasaan makan yang buruk. Selain itu terdapat juga dampak anak yang menggunakan gadget yaitu aktifitas fisik yang kurang dan juga gangguan pola makan yang buruk sehingga obesitas banyak terjadi pada anak-anak yang menggunakan gadget (Tanjung et al., 2017).

Namun perlu kita sadari, penggunaan gadget yang berlebihan sangatlah tidak tepat. Mereka lebih memilih untuk duduk dan menikmati dunia yang ada di dalam gadget tersebut. Hal ini tentu berdampak buruk terhadap kesehatan maupun perkembangan anak. Anak-anak yang mengalami obesitas lebih cenderung akan mengalami masalah kesehatan dan akan berdampak saat dewasa nanti bahkan ada beberapa penyakit yang meningkat prevelensinya pada orang yang mengalami obesitas seperti Kardiovaskuler, diabetes melitus, kanker dan juga osteoarthritis. Selain itu obesitas juga sangat merugikan kualitas hidup anak seperti gangguan tungkai kaki, gangguan tidur dan asma (Kemenkes RI, 2012).

Dari hasil penelitian Arnisam (2019) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara obesitas terhadap kejadian penyakit jantung koroner yaitu dengan hasil penelitian menunjukkan analisis bivariat didapatkan bahwa tingkat obesitas ( $P=0,001$ ) memiliki hubungan yang bermakna terhadap kejadian penyakit jantung koroner dengan nilai ODDS ratio (OR) = 6,955. (Arnisam, 2019). Begitupun juga dengan penelitian dari Nova Nurwinda Sari (2019) bahwa seorang yang mengalami obesitas mempunyai hubungan yang signifikan dengan diabetes melitus yaitu 7,14 kali lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok IMT normal. (Sari, 2019).

Peningkatan jumlah yang terjadi pada anak yang mengalami obesitas disebabkan oleh pola asupan energi lebih rendah dari energi yang dikeluarkan. Usia anak sekolah merupakan periode dimana anak-anak dapat melakukan aktifitas fisik dan cepat mengalami pertumbuhan dalam pola kebiasaan sehari-hari. Kesempatan untuk memperkenalkan aktifitas fisik pada anak dapat dijaga dan dikontrol melalui kebiasaan kegiatan yang sering dilakukan (Agus 2013). *American Academy Of Pediatric* (AAP) merekomendasikan durasi penggunaan gadget untuk anak-anak tidak lebih dari 1 – 2 jam perhari (Yuanda, In, & Andriani, 2022). Selain itu juga orang tua dapat memberikan fasilitas permainan yang dapat dimainkan diluar rumah oleh anaknya sehingga anak-anak dapat melakukan aktifitas fisik. Beberapa peneliti menyatakan bahwa waktu bermain gadget sangat kuat berhubungan dengan resiko obesitas karena tidak adanya aktifitas fisik yang dilakukan. Dengan demikian peneliti tertarik untuk meneliti tentang hubungan intensitas penggunaan gadget dengan obesitas di SDN 01 Suci Panti.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Rumusan masalah yang terdapat pada penelitian ini yaitu “Adakah hubungan intensitas penggunaan gadget dengan obesitas di SDN 01 Suci Panti?”

## **1.3 Tujuan Masalah**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum dalam penelitian ini untuk mengetahui “Hubungan intensitas penggunaan gadget dengan obesitas di SDN 01 Suci Panti”.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi intensitas penggunaan gadget pada siswa/siswi di SDN 01 Suci Panti.
- b. Mengidentifikasi adanya kejadian obesitas pada siswa/siswi di SDN 01 Suci Panti.

- c. Menganalisis hubungan intensitas penggunaan gadget dengan kejadian obesitas pada siswa/siswi di SDN 01 Suci Panti.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### 1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan landasan pengetahuan bagi peneliti lain dalam rangka meningkatkan kemampuan memecahkan masalah, serta sebagai sarana pengembangan ilmu pengetahuan secara teoritis mengenai hubungan intensitas pengguna gadget terhadap obesitas siswa/siswi di SDN 01 Suci Panti.

### 1.4.2 Manfaat Praktisi

#### a. Bagi Peneliti

Memberi pengalaman bagi peneliti dalam melaksanakan penelitian serta mengasah kemampuan dan mendorong peneliti untuk mengaplikasikan berbagai teori dan konsep yang telah didapat di bangku perkuliahan ke dalam bentuk penelitian mengenai hubungan intensitas pengguna gadget terhadap obesitas siswa/siswi di SDN 01 Suci Panti.

b. Bagi Mahasiswa Penelitian ini diharapkan menjadi bahan pertimbangan dan masukan yang bermanfaat untuk mengetahui mengenai hubungan intensitas pengguna gadget terhadap obesitas siswa/siswi di SDN 01 Suci Panti.

c. Bagi masyarakat Penelitian ini diharapkan dapat membantu untuk mengurangi tingkat kejadian obesitas pada siswa/siswi dengan memantau intensitas penggunaan gadget.

### 1.5 Keaslian Penelitian

Penelitian ini berbeda dengan penelitian-penelitian sebelumnya. Berikut peneliti menyertakan penelitian terdahulu untuk menjamin keaslian penelitian.

**Tabel 1. Keaslian Penelitian**

No.	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	Risa Ardiana, Enny Fitriahadi	Hubungan Aktifitas Fisik Dengan Obesitas Pada Anak Kelas 2 Di Sd Muhmmadiyah Mlangi Sleman	Berdasarkan hasil penelitian didapatkan aktifitas fisik berat 13,5%, aktifitas fisik sedang 58,1%, aktifitas fisik ringan 28,4%, status gizi dengan obesitas 29,7%, normal 55,4%, dan kurus 14,9%. Sedangkan p value sebesar 0,000 (p	Kejadian obesitas pada anak sekolah	Perbedaan tempat penelitian, Perbedaan variabel independent Metode penelitian berbeda

2.	Fajar Sri Tanjung , Emy Huriyati , Djauhar Ismail	Intensitas penggunaan gawai pada anak prasekolah yang kelebihan berat badan di Yogyakarta	Hasil penelitian menunjukkan bahwa anak usia pra sekolah dengan intensitas penggunaan gadget yang tinggi memiliki peluang 2,1 kali lebih besar untuk mengalami obesitas bandingkan dengan anak pra sekolah intensitas pengguna gadget rendah	Intensitas penggunaan gadget dengan obesitas	Perbedaan tempat penelitian, dan juga populasi pada penelitian.
----	---	---	--	--	---

## **BAB 2**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **2.1 Konsep Obesitas**

##### 2.1.1 Definisi Obesitas

Obesitas adalah peningkatan berat badan melebihi batas kebutuhan skeletal dan fisik sebagai akibat akumulasi lemak berlebihan dalam tubuh. Obesitas tidak hanya berdampak terhadap kesehatan fisik tapi juga berdampak terhadap kesehatan mental (Hasdinah, 2014).

Obesitas adalah keadaan kelebihan jaringan lemak dalam tubuh yang pada umumnya ditimbun pada jaringan subkutan. Obesitas dapat didefinisikan sebagai kelebihan bobot 20% diatas standar. Obesitas merupakan refleksi ketidakseimbangan konsumsi energi dan pengeluaran energi. Penyebab obesitas yang bersifat *exogeneous* , yaitu konsumsi energi berlebihan , dan menyebabkan *endogenous* yang berarti adanya gangguan metabolik dalam tubuh , misalnya tumor pada hipotalamus sehingga penderita mengalami *hyperpaghia* atau nafsu makan berlebihan. Obesitas pada anak dapat terjadi karena ketidakseimbangan antara energi yang dikonsumsi dengan energi yang dikeluarkan artinya anak tersebut banyak makan tetapi aktifitas fisik sedikit (Novianita, n.d.).

Secara klinis obesitas dengan mudah dapat dikenali karena mempunyai gejala dan tanda yang khas yaitu : wajah membulat , pipi tembem , dagu rangkep , leher relatif pendek, dada mengembung dengan payudara yang membesar yang mengandung lemak , perut buncit , kedua tungkai pada umumnya bentuk x. pada anak laki-laki penis tampak kecil karena terkubur dalam jaringan lemak supra pubrik , pada anak perempuan indeks menstruasi dini (Jospe, 2014).

Kelebihan berat badan pada anak yang disebabkan oleh penumpukan kadar lemak yang banyak. Orang tua banyak yang kurang menyadari bahwa didalam tubuh anak mereka yang gemuk dapat mengancam kesehatan anak tersebut. Namun tidak semua anak yang gemuk dapat dikategorikan sebagai anak yang

mengalami obesitas. Banyak juga anak yang mengalami kerangka tubuh lebih besar diatas rata-rata , selain itu juga memiliki kadar lemak yang tinggi pada masa pertumbuhan , jadi akan terlihat seperti mengalami obesitas. Dapat diketahui pada anak tidak bisa dilihat ukuran bada ana tersebut. Dalam hal ini dokter berperan penting untuk memeriksa apakah anak itu termasuk anak yang mengalami obesitas (Klien, 2010).

### 2.1.2 Etiologi

Obesitas dapat disebabkan oleh beberapa faktor menurut KKRI 2019 antara lain yaitu pola makan , keturunan , aktifitas fisik , umur , pola pikir dan konsentrasi intake makanan , obat-obatan dan faktor kesehatan, berikut penjelasan dari etiologi obesitas :

#### a. Pola makan

Jumlah asupan energi yang berlebihan menyebabkan kelebihan berat badan dan obesitas. Jenis makanan dengan kepadatan energi (tinggi lemak , gula , serta kurang serat) menyebabkan ketidakseimbangan energi. Banyak makan tidak berarti dia mengonsumsi makanan dalam porsi besar tetapi sering mengonsumsi cemilan atau *fast food* yang menjadi penyebab obesitas.

#### b. Aktifitas fisik

Pola aktifitas fisik sedentary (kurang gerak) menyebabkan energi yang dikeluarkan tidak maksimal sehingga meningkatkan resiko obesitas. Kemajuan teknologi seperti televisi , komputer , gadget , mengakibatkan anak-anak menjadi malas bergerak. Anak-anak lebih tertarik untuk menghabiskan sebagian besaar waktunya dengan melakukan aktifitas pasif antara lain video game , game online , berinternet ataupun menonton televisi setiap hari.

#### c. Fator genetik

Obesitas dapat diturunkan oleh orang tua. Seorang anak yang memiliki orang tua atau keluarga yang mengalami obesitas juga dapat berpotensi

mengalami obesitas. Namun faktor keturunan tidak lantas membuat orang akan mengalami berat badan yang berlebihan jika sang anak mengonsumsi kalori yang berlebihan dan dapat menjaga gizi yang dibutuhkan oleh tubuh.

d. Umur

Obesitas dapat terjadi pada seluruh golongan umur, baik pada anak sampai orang dewasa. Obesitas dapat terjadi pada balita ketika dalam tubuhnya terjadi ketidakseimbangan antara konsumsi kalori dan kebutuhan energi, dimana konsumsi kalori (*energy intake*) terlalu banyak dibandingkan dengan kebutuhan atau pemakaian energi (*energy expenditure*). Dalam hal ini asupan energi yang berlebihan tanpa diimbangi aktifitas fisik perhari yang seimbang maka akan mempermudah terjadinya kegemukan atau obesitas pada seseorang.

e. Faktor perkembangan

Penambahan ukuran atau jumlah sel-sel lemak dapat menyebabkan bertambahnya jumlah lemak yang disimpan dalam tubuh. Penderita obesitas terutama yang menjadi gemuk pada saat kanak-kanak, bisa mengalami sel lemak sampai 5 kali lebih banyak dibandingkan dengan orang yang berat badannya hanya dapat dilakukan dengan cara mengurangi jumlah didalam setiap sel.

f. Faktor kesehatan

Beberapa penyakit bisa menyebabkan obesitas, diantaranya yaitu hipotiroidisme, sindrom cushing, sindroma prader-willi dan beberapa kelainan saraf yang bisa menyebabkan seseorang banyak makan.

g. Jenis kelamin

Jenis kelamin laki-laki juga diketahui lebih banyak overweight dibandingkan perempuan pada ras-ras tertentu, termasuk asia. Hasil penelitian ini sama dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan di Indonesia, anak laki-laki cenderung membatasi asupan karena pengaruh *body image*.

#### h. Faktor psikologis

Beberapa anak makan berlebihan untuk melupakan masalah , melawan kebosanan , ataupun meredam emosi , seperti masalah stres. Faktor ini tidak hanya menyerang anak-anak orang tua juga sering mempunyai kecenderungan seperti ini.

#### 2.1.3 Penentuan Obesitas

Penilaian penentuan obesitas pada anak dengan antropometri. Secara umum antropometri artinya ukuran tubuh manusia. Ditinjau dari sudut pandang gizi , maka antropometri gizi berhubungan dengan berbagai macam pengukuran dimensi tubuh dari berbagai tingkat umur dan tingkat gizi. Antropometri secara umum digunakan untuk melihat ketidakseimbangan asupan protein dan energi. Ketidakseimbangan ini melihat pada pola pertumbuhan fisik dan proporsi jaringan tubuh seperti lemak , otot dan jumlah air dalam tubuh. Beberapa indeks antropometri yang sering digunakan yaitu berat badan menurut umur (BB/UU) , tinggi badan menurut umur (TB/UU) dan berat badan menurut tinggi badan (BB/TB) dan IMT menurut umur (Quin, 2018). Dalam mengukur obesitas pada anak usia 7-12 tahun menurut kementerian kesehatan RI (2010) menggunakan standar indeks massa tubuh menurut umur (IMT/umur). Dalam penelitian ini indeks parameter yang digunakan untuk penentuan penderita obesitas atau kegemukan yang digunakan BB/TB.

#### **Klasifikasi obesitas berdasarkan IMT menurut usia anak usia 6-12 tahun.**

**Tabel 2. Penentuan Obesitas**

Indeks Massa Tubuh (Kg/m <sup>2</sup> )	Kategori
<17,0	Berat badan kurang tingkat berat
17,0-18,5	Berat badan kurang tingkat ringan
>18,5-25,0	Berat badan normal
>25-27,0	Berat badan lebih
>27,0	Obesitas

Sumber : Kemenkes RI 2010

Rumus :

$$\text{IMT} = \frac{\text{BB (kg)}}{\text{TB (m}^2\text{) x TB (m}^2\text{)}}$$

Keterangan :

IMT : indeks massa tubuh

BB : Berat Badan (kg)

TB<sup>2</sup> : tinggi badan dalam kuadrat.

#### 2.1.4 Tipe-Tipe Obesitas

Berdasarkan kondisi selnya , kegemukan dapat digolongkan dalam beberapa tipe (Purwati, 2010) yaitu :

- 1) Tipe *Hyperplastik* , adalah kegemukan yang terjadi karena jumlah sel yang lebih banyak dibandingkan ukuran sel normal ,tetapi ukuran sel-selnya sesuai dengan ukuran sel normal yang terjadi pada masa anak-anak. Upaya menurunkan berat badan ke kondisi normal pada masa anak-anak akan lebih sulit.
- 2) Tipe *Hypertropik* , kegemukan ini terjadi karena sel yang lebih besar dibandingkan dengan ukuran sel yang normal. Kegemukan tipe ini terjadi pada usia dewasa dan upaya untuk menurunkan berat badan lebih mudah bila dibandingkan dengan tipe *Hyperplastik*.
- 3) Tipe *Hyperplastik* dan *Hypertropik* kegemukan tipe ini terjadi karena jumlah dan ukuran sel melebihi normal. Kegemukan tipe ini dimulai pada masa anak-anak dan terus berlangsung sampai setelah dewasa. Upaya untuk menurunkan berat badan pada tipe ini merupakan yang paling sulit karena beresiko terjadinya komplikasi penyakit , seperti penyakit degeneratif.

### 2.1.5 Resiko Obesitas

Kelebihan penumpukan lemak diatas 20% berat badan ideal , akan menimbulkan masalah kesehatan hingga terjadi gangguan fungsi organ tubuh (Misnadierly, 2010). Orang dengan obesitas akan lebih mudah terserang penyakit degeneratif yaitu seperti :

a. Jantung koroner

Penyakit jantung koroner dapat mengakibatkan penyempitan pembuluh darah dan koroner. Hasil penelitian menyebutkan bahwa dari 500 penderita obesitas , sekitar 88% mendapatkan resiko terserang penyakit jantung koroner. Meningkatnya faktor resiko penyakit jantung koroner sejalan dengan terjadinya penambahan berat badan seseorang.

b. Diabetes melitus

Diabetes melitus dapat disebut sebagai penyakit keturunan , tetapi kondisi tersebut tidak selalu timbul jika seseorang tidak kelebihan berat badan. Lebih dari 90% penderita diabetes melitus tipe serangan dewasa adalah penderita kegemukan. Pada umumnya penderita diabetes memiliki kadar lemak yang abnormal dalam darah. Maka , dianjurkan bagi penderita yang ingin menurunkan berat badan sebaiknya dilakukan dengan mengurangi konsumsi bahan makanan yang bersumber dari lemak dan lebih banyak mengonsumsi makanan serat.

c. Kanker

Hasil penelitian terbaru menunjukkan bahwa laki-laki dengan penderita obesitas akan beresiko terkena kanker usus besar , rectum , dan kelenjar prostate. Sedangkan pada wanita akan beresiko terkena kanker rahim dan kanker payudara. Untuk mengurangi resiko tersebut konsumsi lemak total harus dikurangi. Pengurangan lemak dalam makanan sebanyak 20-25% perkilo kalori merupakan pencegahan terhadap resiko penyakit kanker payudara (Purwati, 2010).

### 2.1.6 Pencegahan Obesitas Pada Anak

- a. Perhatikan makanan yang diberikan pada anak  
Artinya yang harus ibu lakukan dengan mengurangi konsumsi makanan cepat saji atau *fast food*, makanan ringan dalam kemasan, minuman ringan, cemilan manis atau makanan dengan kandungan lemak tinggi. Sebaliknya sajikan daging dan sayuran segar. Perbanyak konsumsi buah dan susu yang baik untuk pertumbuhan anak. Berikan porsi yang sesuai dan jangan terlalu berlebihan.
- b. Berikan sarapan dan bekal untuk anak  
Sarapan adalah awal yang baik untuk saat dimulai hari. Sarapan diperlukan supaya anak dapat kuat saat beraktifitas disekolah dan mencegah makan berlebihan setelahnya. Dengan membawa makanan dari rumah, orang tua dapat mengontrol gizi anak dengan menghindari agar anak tidak perlu jajan diluar.
- c. Perlu teknik mengelola makanan  
Perhatikan teknik memasak, jangan banyak menggoreng makanan supaya tidak terlalu banyak lemak yang dikonsumsi. Contohnya masakan yang dapat dicoba dengan cara dikukus, merebus atau memanggang makanan agar makanan lebih sehat.
- d. Tetapkan aturan makan  
Cara lain yang dapat dilakukan yaitu membuat peraturan agar anak tertib. Biasakan agar anak makan dimeja makan bukan didepan televisi atau sambil bermain gadget.
- e. Batasi kegiatan menonton televisi, penggunaan komputer atau gadget  
Kegiatan bermain dirumah dengan televisi maupun gadget atau komputer akan membuat anak malas untuk bergerak, maka diperlukan aturan tegas tentang berapa lama kegiatan ini boleh dilakukan. Selain itu, dapat membantu anak agar menyenangi hiburan lain seperti bermain sepeda, sepak bola atau sekedar bermain lompat tali.
- f. Lakukan kegiatan yang memerlukan aktifitas fisik

Aktifitas fisik dapat direncanakan dan diarahkan oleh orang tua , agar anak-anak tidak asal-asalan melakukan aktifitas fisik. Aktifitas fisik dapat dilakukan bersama anak dan orang tua seperti jogging , lari pagi , berenang , badminton dan olahraga yang lainnya , atau rencana liburan bersama digunung , taman hiburan , kebun binatang dan pantai sehingga dapat banyak berjalan kaki (Nirwana, 2012).

## **2.2 KONSEP GADGET**

Pada tahun 1980, teknologi elektronik mengalami perubahan. Perubahan teknologi dimulai dengan perubahan dari analog ke digital. Selain itu, teknologi informasi dan komunikasi seperti internet juga mulai berkembang sehingga memberikan perubahan yang besar di dunia ini. Perkembangan ini dapat memberikan dampak positif bagi masyarakat karena dapat membantu dan mempermudah hampir disegala urusannya, seperti dalam bidang industry, kesehatan, hiburan, makanan, dan sebagainya. Namun perkembangan ini juga dapat memberikan dampak negatif bagi masyarakat karena dapat menjadi pencetus pencetus terjadinya tindakan tindakan kejahatan kejahatan melalui melalui teknologi teknologi internet internet seperti seperti terjadinya penipuan, penculikan, pencemaran nama baik, bahkan dapat menjadi peluang peluang bagi pelaku kejahatan-kejahatan kejahatan-kejahatan besar transnasional transnasional yang dilakukan dilakukan secara sistematis secara sistematis. (Alamiyah, Zamzamy, & Rasyidah, 2017).

### **2.2.1 Definisi Gadget**

Menurut Widiawati & Sugiman (2014), gadget merupakan perangkat elektronik yang memiliki ukuran kecil dan memiliki kegunaan yang khusus, meliputi Iphone, Blackberry, dan netbook yang merupakan perpaduan antara notebook dan perangkat internet (Sapardi, 2018). Menurut Ma'ruf (2015), gadget merupakan inovasi dari barang elektronik dan teknologi yang berukuran kecil dan memiliki kegunaan tertentu dengan keunggulan kegunaan yang lebih

pintar dibandingkan dengan teknologi normal pada masa awal penemuannya (Al-Ayouby, 2017).

### 2.2.2 Definisi Intensitas Pengguna Gadget

Menurut Rozalia (2017 ) intensitas merupakan kadar keseringan dan durasi seseorang dalam melakukan suatu hal. Menurut Yuniar dan Nurwidawati (2013) intensitas merupakan tingkat durasi seseorang dalam melakukan suatu kegiatan tertentu yang didasari rasa senang dengan kegiatan yang dilakukan. Menurut Ajez (2013) intensitas merupakan suatu usaha seseorang atau individu untuk melakukan tindakan tertentu. Intensitas terbentuk dari 4 elemen yaitu perilaku yang dilakukan berulang-ulang pemahaman terhadap perilaku , batasan terhadap waktu serta adanya subjek.

Intensitas penggunaan gadget merupakan kadar keseringan dan durasi seseorang dalam penggunaan gadget untuk berberbagai macam fungsi dan tujuan. Berdasarkan pengertian diatas dapat diambil kesimpulan bahwa intensitas pengguna gadget adalah tingkat keseringan dan durasi seseorang dalam menggunakan media gadget dalam memenuhi aktifitas keseharian.

### 2.2.3 Aspek-Aspek Intensitas Pengguna Gadget

#### a. Perhatian (*Attention*)

Minat individu terhadap sesuatu. Perhatian yang sesuai dengan minat akan lebih menarik dan intensif bila dibanding dengan yang tidak terdapat minat dalam hal tersebut.

#### b. Penghayatan (*Comprehention*)

Pemahaman terhadap suatu informasi , minat individu yang didukung dengan usaha untuk menemani dan menyimpan informasi sebagai pengetahuan.

#### c. Durasi (*Duration*)

Durasi yaitu rentan waktu atau lamanya waktu individu dalam menjalankan kegiatannya.

#### d. Frekuensi (*Frequency*)

Banyaknya aktifitas dengan perilaku yang dilakukan berulang kali.

#### 2.2.4 Faktor yang Mempengaruhi Penggunaan Gadget pada Anak

Penggunaan gadget pada anak dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain :

##### 1. Persepsi orang tua

Orang tua memiliki pendapat bahwa penggunaan smartphone memiliki manfaat untuk anak mereka, yaitu mengenalkan manfaat untuk anak mereka, yaitu mengenalkan anak pada teknologi baru, melatih ada teknologi baru, melatih kemampuan motorik dan kognitif anak, dan melatih kemampuan visual anak (Genc, 2014). Sebagian besar orang tua memiliki persepsi bahwa mereka merasa penting untuk penting untuk mengenalkan anak mereka pada teknologi teknologi agar anak mereka lebih mengenal dan akrab pada teknologi-teknologi baru. Salah satu pengenalan teknologi baru pada anak yaitu dengan mengizinkan anak menggunakan smartphone (Roy & Paradis, 2015).

##### 2. Sikap orang tua

Orang tua sering memberikan dan mengizinkan anak mereka menggunakan gadget untuk mengalihkan perhatian anak. Ketika anak menangis atau kecewa, orang tua memberikan gadget sebagai cara untuk menenangkan dan mengalihkan perhatian anak. (Roy & Paradis, 2015).

##### 3. Pendidikan orang tua

Ketika pendidikan orang tua lebih rendah, maka pengetahuan tentang dampak penggunaan gadget pada anak juga akan lebih rendah sehingga orang tua dengan mudah memberikan dan mengizinkan anak untuk menggunakan gadget (Park & Park, 2014).

#### 4. Penghasilan orang tua

Orang tua yang berpenghasilan rendah tidak mampu membeli gadget yang mahal sehingga kepemilikan gadget pada anak mungkin mungkin lebih rendah. Namun, tingkat penggunaan gadget pada orang dewasa telah mencapai hampir 90% sehingga hampir semua orang tua yang berpenghasilan rendah telah memiliki gadget . Karena kekurangan sumber daya dalam membesarkan anak, maka orang tua dengan mudah membiarkan anak memakai gadget seperti bermain game pada gadget tersebut (Park & Park, 2014).

#### 5. Pekerjaan orang tua

Ketika kedua orang tua bekerja, waktu untuk mengurus anak akan berkurang sehingga sehingga orang tua akan lebih mudah dan membiarkan membiarkan anak mereka menggunakan gadget karena kesibukan orang tua sehingga tingkat penggunaan gadget pada anak lebih tinggi (Park & Park, 2014).

#### 6. Pola asuh orang tua

Pola asuh permisif memiliki kemungkinan lebih besar untuk memberikan izin pada anak dalam menggunakan gadget . Pola asuh permisif memberikan anak kebebasan untuk menyatakan keinginannya dan orang tua bersikap seperti teman bagi anak bagi anak mereka. Karena orang tua sangat mencintai anak mereka dengan sikap sebagai teman, maka anak mereka akan menjadi lebih manja, keras kepala, impulsif, dan egois. Anak akan dengan keras kepala mengungkapkan keinginannya untuk memakai gadget dan orang tua akan dengan mudah memberikan gadget tersebut (Park & Park, 2014).

#### 2.2.5 Dampak Gadget pada Anak

Gadget memiliki dampak positif dan dampak negatif bagi anak-anak (Sihura, 2018), antara lain :

### 1) Dampak positif

Dampak positif dari penggunaan gadget antara lain :

- a. Gadget dapat dijadikan media pembelajaran bagi anak untuk dapat mengenal berbagai jenis warna, bentuk, dan suara.
- b. Memberikan berbagai rangsangan sensorik maupun motorik dengan menyentuh layar gadget .
- c. Mengasah otak anak ketika anak menggunakan fitur game yang sesuai dengan usia mereka.
- d. Meningkatkan ketajaman visual pada anak.
- e. Meningkatkan kemampuan berbahasa pada anak.
- f. Meningkatkan kemampuan metatic pada anak.

Menurut Sari & Mitsalia (2016) gadget memiliki dampak positif terhadap personal sosial anak pada usia prasekolah, antara lain :

- a. Anak dapat mengikuti pembelajaran seperti menghafal Al-Qur'an, mengetahui lebih banyak kosa kata baru dalam bahasa Inggris, dan lainlain.
- b. Membantu anak daam belajar membaca atau menghafal.
- c. Menjadi sarana hiburan pada anak dengan tetap memberikan batasan dalam penggunaan gadget .
- d. Terbiasa memahami bahasa asing.
- e. Memberikan stimulasi pada anak dengan fitur game yang tersedia dengan anak dapat menyelesaikan tahapan game yang lebih tinggi dari sebelumnya.

### 2) Dampak negatif

Dampak negatif dari penggunaan gadget antara lain :

- a. Dampak fisik pada anak
  - 1) Aktifitas fisik menurun , menurunnya aktifitas menyebabkan penggunaan energi rendah sehingga energi banyak yang tersimpan dan dan dapat terjadi penumpukan lemak pada tubuh.

- 2) Kebiasaan buruk , Kebiasaan makan yang buruk dapat menyebabkan
  - 3) Kualitas tidur yang buruk
  - 4) Kesehatan mata
- b. Dampak psikologis pada anak
- 1) Depresi
  - 2) Gelisah
  - 3) Kesendirian
  - 4) Agresif
  - 5) Kurang empati
  - 6) Fobia sosial

#### 2.2.6 Indikator Penggunaan Gadget

Dengan berkembangnya zaman dan teknologi yang ada, gadget merupakan pilihan yang sering digunakan oleh anak-anak. Namun banyak ditemukan gangguan pada perkembangan dan kesehatan anak ketika anak menggunakan semua bentuk media digital. Oleh karena itu, adanya rekomendasi untuk orang tua dalam indikator penggunaan gadget pada anak (Patton & Sawyer, 2000) antara lain :

- a. Menghindari penggunaan media digital, kecuali video dan pesan pada anak yang berusia < 18 bulan hingga 24 bulan.
- b. Untuk anak-anak yang berusia 18 bulan hingga 24 bulan boleh diperkenalkan dengan media digital atau gadget namun harus dengan pendampingan dalam pemilihan konten yang berkualitas dan bagus untuk anak anak. Pada anak usia ini, hindari penggunaan hindari penggunaan gadget secara pribadi.
- c. Pada anak yang berusia 2 tahun hingga 5 tahun, pemberian batasan waktu dalam menggunakan gadget yaitu 1 jam perhari dengan kualitas bagus pada konten yang dilihat, penggunaan gadget dilakukan bersama antara orang tua dan anak, membantu anak dalam memahami konten yang

- d. dilihatnya dan membantu dalam mengaplikasikan konten yang telah mereka pelajari di kehidupan sekitar mereka.
- e. Pada anak usia 5-15 tahun penggunaan gadget dibatasi selama 120 menit atau 2 jam . pada usia ini , anak sudah bisa diajak berdiskusi untuk menetapkan kesepakatan bersama terkait durasi khusus dalam menggunakan gadget.
- f. Menghindari penggunaan gadget pada fitur atau konten yang tidak dimengerti oleh anak-anak seperti aplikasi yang membingungkan atau mengganggu anak, serta konten yang banyak menunjukkan adegan kekerasan.
- g. Matikan televisi dan perangkat lainnya ketika sedang tidak digunakan.
- h. Hindari menggunakan gadget untuk menenangkan anak meskipun hanya dilakukan sewaktu-waktu karena dikhawatirkan dapat menyebabkan masalah ketidakmampuan anak untuk mengembangkan regulasi emosi anak.
- i. Mengawasi konten media yang diunduh dan digunakan oleh anak-anak dengan cara mencoba aplikasi atau fitur tersebut. Saat digunakan oleh anak, lakukan secara bersama-sama dengan orang tua dan tanyakan pendapat anak mengenai aplikasi tersebut.
- j. Tidak menggunakan gadget ketika waktu tidur atau saat di kamar tidur, waktu makan, dan waktu bagi anak dan orang tua saat berkomunikasi.
- k. Larangan menggunakan gadget 1 jam sebelum tidur dan menyimpan Gadget tersebut sebelum anak masuk ke kamar tidur.

## **2.3 KONSEP ANAK USIA SEKOLAH**

### **2.3.1 Definisi Anak Usia Sekolah**

Menurut wong (2009), usia sekolah adalah anak pada usia 6-12 tahun , yang artinya sekolah menjadi pengalaman inti anak. Periode ketika anak-anak dianggap mulai bertanggung jawab atas perilakunya sendiri dalam hubungan dengan orang tua mereka , teman sebaya , dan orang lainnya. Usia sekolah

merupakan masa anak memperoleh dasar-dasar pengetahuan untuk keberhasilan penyesuaian diri pada kehidupan dewasa dan memperoleh keterampilan tertentu (Brier & lia dwi jayanti, 2020).

### 2.3.2 Pertumbuhan dan Perkembangan Anak Usia Sekolah

Selama usia anak sekolah , pertumbuhan dan perkembangan anak relative stabil dibandingkan masa bayi atau masa remaja yang sedang mengalami pertumbuhan cepat. Peryumbuhan berat badan setiap tahun rata-rata sekitar 7 pounds (3-3,5kg) dan pertambahan tinggi badan setiap tahun rata-rata sekitar 2,5 inchi (6 cm). kecepatan pertumbuhan anak wanita dan laki-laki hampir sama pada usia 9 tahun. Selanjutnya, antara usia 10-12 tahun , pertumbuhan anak wanita mengalami percepatan lebih dahulu karena tubuhnya memerlukan persiapan menjelang usia reproduksi. Sementara nak laki-laki baru dapat menyusul dua tahun kemudian (Brier & lia dwi jayanti, 2020).

Pertumbuhan fisik anak usia sekolah dasar (SD) cenderung stabil , tetapi perkembangan kognitif , emosional dan social berkembang sangat pesat. Anak usia 6-12 tahun mulai berhubungan tidak hanya dengan keluarga , tetapi juga dengan teman , guru , pelatih , pengasuh dan lain sebagainya, orang diluar keluarga tersebut turut memengaruhi konsumsi makanan anak (Brier & lia dwi jayanti, 2020).

Pada usia “*early childhood*” terjadi peningkatan persen lemak tubuh minimal sebesar 16% pada wanita dan 13% pada laki-laki. Peningkatan persen lemak tubuh ini digunakan sebagai persiapan untuk menghadapi “*growth spurt*” pada usia remaja. Peningkatan persen lemak tubuh terjadi bersamaan dengan pubertas awal dan lebih tinggi pada wanita menyebabkan mereka memiliki potensi potensi untuk mengalami obesitas. Oleh karena itu , dibutuhkan kepedulian orang tua untuk meyakinkan anak bahwa peningkatan lemak tubuh tersebut merupakan proses dari pertumbuhan dan perkembangan normal dan hanya bersifat sementara (Brier & lia dwi jayanti, 2020).

### 2.3.3 Tahap Operasional

Antara usia 7-12 tahun yaitu pada tahapan operasional konkret anak-anak menguasai berbagai konsep konservasi untuk melakukan manipulasi logis lainnya. Contohnya mereka dapat menyusun benda berdasarkan dimensi seperti tinggi dan berat (Brier & lia dwi jayanti, 2020).

Pieget menanamkan masa ini tahapan operasional konkret: meskipun anak-anak memakai istilah abstrak mereka hanya memakai dalam hubungannya dengan objek yang konkrit. Sebelum mencapai tahap akhir perkembangan kognitif, pada tahapan operasional formal yang mulai sekitar 11-12 tahun anak-anak sanggup berfikir logis dengan berbagai istilah simbolik murni (Brier & lia dwi jayanti, 2020).

#### a) Perkembangan intelektual

Kemampuan intelektual pada masa ini sudah cukup untuk menjadi dasar di berikannya berbagai kecakapan yang dapat mengembangkan pola pikir atau daya nalarnya. Kepada anak sudah dapat diberikan dasar-dasar keilmuan seperti : membaca, menulis, dan berhitung. Disamping itu anak juga diberikan pengetahuan-pengetahuan tentang manusia, hewan lingkungan alam sekitar dan sebagainya.

#### b) Perkembangan bahasa

Bahasa adalah sarana komunikasi dengan orang lain. Dalam pengertian ini mencakup semua cara untuk berkomunikasi dimana pikiran dan perasaan dinyatakan dalam bentuk tulisan, lisan, isyarat atau gerak menggunakan kata-kata, kalimat bunyi, lambang, tulisan. Pada awal masa ini anak sudah menguasai sekitar 2.500 kata dan pada masa akhir telah menguasai sekitar 5000 kata. Pada masa ini tingkat berfikir anak sudah lebih maju, dia banyak menanyakan soal waktu dan sebab akibat. Oleh karena itu, kata tanya yang dipergunakan pun yang semula hanya “apa”, sekarang sudah diikuti dengan pertanyaan :”dimana”, “darimana”, “kemana”,”mengapa”, dan “bagaimana”.

c) Perkembangan sosial

Sebagai proses belajar untuk menyesuaikan diri dengan norma-norma kelompok, tradisi dan moral (agama). Perkembangan sosial pada anak-anak sekolah dasar ditandai dengan adanya perluasan hubungan, di samping dengan keluarga juga dia mulai membentuk ikatan baru dengan teman sebaya (peer group) atau teman sekelas, sehingga ruang gerak hubungan sosialnya telah tambah luas. Pada usia ini, anak mulai memiliki kesanggupan menyesuaikan diri-sendri (egosentris) kepada sikap yang kooperatif (bekerja sama) atau sosiosentris (mau memperhatikan kepentingan orang lain). Anak dapat berminat terhadap kegiatan-kegiatan teman sebayanya, dan bertambah kuat keinginannya untuk diterima menjadi anggota kelompok (gang), dia merasa tidak senang apabila tidak diterima dalam kelompoknya.

d) Perkembangan Emosi

Emosi merupakan faktor dominan yang mempengaruhi tingkah laku individu, dalam hal ini termasuk pula perilaku belajar. Emosi yang positif, seperti perasaan senang, bergairah, bersemangat atau rasa ingin tahu akan mempengaruhi individu untuk mengonsentrasikan dirinya terhadap aktivitas belajar, seperti memperhatikan penjelasan guru, membaca buku, aktif dalam diskusi, mengerjakan tugas, dan disiplin dalam belajar.

e) Perkembangan Motorik

Seiring perkembangan fisiknya yang beranjak matang, maka perkembangan motorik anak sudah dapat terkoordinasi dengan baik. Setiap gerakannya sudah selaras dengan kebutuhan atau minatnya. Pada masa ini ditandai dengan kelebihan gerak atau aktivitas motorik yang lincah. Oleh karena itu, usia ini merupakan masa yang ideal untuk belajar keterampilan yang berkaitan dengan motorik ini, seperti menulis, menggambar, melukis, mengetik (komputer), berenang, main bola, dan atletik.

Perkembangan fisik yang normal merupakan salah satu faktor penentu kelancaran proses belajar, baik dalam bidang pengetahuan maupun keterampilan. Oleh karena itu, perkembangan motorik sangat menunjang

keberhasilan belajar peserta didik. Pada masa usia sekolah dasar kematangan perkembangan motorik ini pada umumnya dicapainya, karena itu mereka sudah siap menerima pelajaran keterampilan.

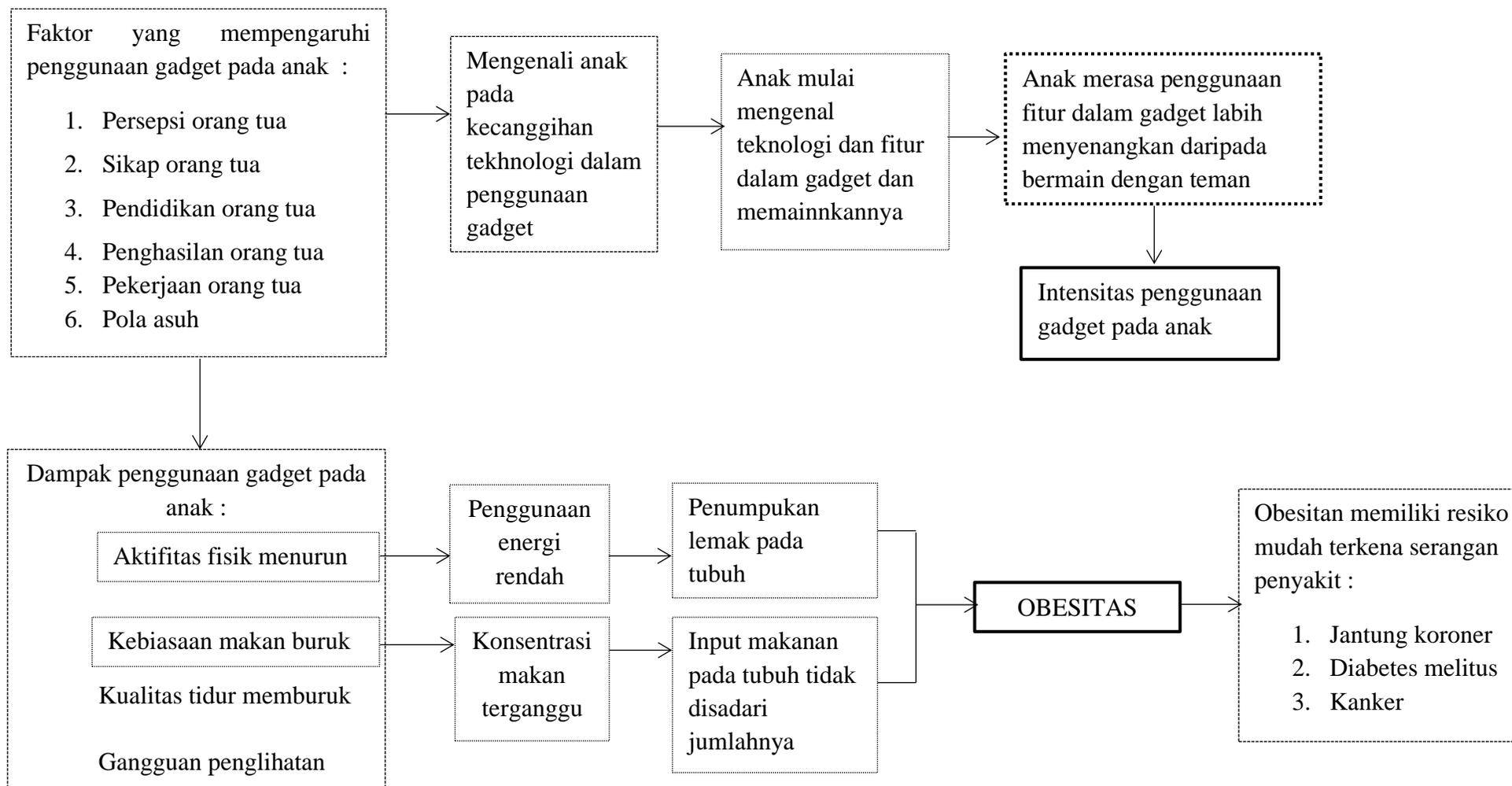
f) Perkembangan Fisik

Perkembangan fisik cenderung lebih stabil atau tenang sebelum memasuki masa remaja yang pertumbuhannya sangat cepat. Masa yang tenang ini diperlukan oleh anak untuk belajar berbagai kemampuan akademik. Anak lebih tinggi, lebih berat, lebih kuat serta belajar berbagai keterampilan. Kenikatan tinggi dan berat badan bervariasi antara anak satu dengan yang lain. Peran kesehatan dan gizi sangat penting dalam pertumbuhan dan perkembangan anak.

## BAB III

### KERANGKA KONSEP

#### 3.1 Kerangka Konsep



Keterangan :



: variabel yang diteliti



: variabel yang tidak diteliti

### 3.2 hipotesis Peneiltian

Hipotesis merupakan jawaban sementara dari rumusan masalah atau pernyataan penelitian (Nursalam, 2017). Hipotesis yang dianjurkan dalam penelitian ini adalah :

H1 : Ada Hubungan antara intensitas penggunaan gadget dengan obesitas di SDN 01 Suci Panti Jember.

H0 : Tidak ada Hubungan Hubungan antara intensitas penggunaan gadget dengan obesitas di SDN 01 Suci Panti Jember.

## BAB 4

### METODE PENELITIAN

#### 4.1 Desain Penelitian

Metode penelitian dengan menggunakan jenis pendekatan kuantitatif deskriptif yang menghasilkan data deskriptif berupa ukuran nilai atau jumlah hasil dari pengerjaan yang dicapai (Rini, Pratiwi, & Ahsin, 2021). Desain penelitian ini menggunakan pendekatan *cross-sectional* yaitu menekankan pada waktu pengukuran atau pengamatan data dari variabel independen dan variabel dependen yang dilakukan hanya satu kali pada saat bersamaan. Penelitian ini umumnya dilakukan untuk memperoleh pembuktian tentang hubungan antar variabel yang mempengaruhi intensitas penggunaan Gadget (X) dengan obesitas (Y) pada anak usia 6-12 tahun di SDN 1 Suci Panti.

#### 4.2 Populasi dan Sampel

##### 4.2.1 Populasi

Populasi merupakan subjek (misalnya , manusia , klien ,) yang memenuhi kriteria yang telah ditetapkan (Nursalam, 2017). Populasi dalam penelitian ini adalah siswa dan siswi di SDN 01 Suci Panti yang berjumlah 85 siswa/siswi.

##### 4.2.2 Sampel Penelitian

Sampel penelitian merupakan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2012). Pada penelitian ini jumlah sampel yang digunakan adalah seluruh total dari jumlah populasi yaitu 85 sampel.

Untuk menentukan besar sampel dapat menggunakan rumus Slovin, sebagai berikut :

$$\text{Rumus : } n = \frac{N}{1+N(d)^2}$$

$$n = \frac{85}{1+85(0.05)^2}$$

$n = 70,12$  dibulatkan menjadi 70 responden

Keterangan :

$n$  : jumlah sampel

$N$  : Jumlah Populasi

$e^2$  : tingkat penyimpangan

Total sampel yang digunakan sebanyak 70 siswa/siswi di sekolah SDN 01 Suci Panti

Sampel yang digunakan dalam penelitian yaitu siswa/siswi di sekolah SDN 01 Suci Panti yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut :

1. Kriteria Inklusi
  - a. Siswa/siswi yang bersekolah SDN 01 Suci Panti
  - b. Siswa/siswi yang pengguna gadget
  - c. Bersedia menjadi sampel
2. Kriteria eksklusi
  - a. Siswa/siswi yang tidak hadir pada saat penelitian
  - b. Siswa/siswi yang sedang sakit
  - c. Siswa/siswi yang tidak bersedia menjadi sampel penelitian
  - d. Siswa/siswi yang tidak menggunakan gadget.

### **4.3 Teknik Sampling**

Teknik sampling merupakan proses penentuan prosedural dari populasi untuk dapat mewakili dari populasi tersebut. Dalam penelitian ini menggunakan pendekatan teknik *probability sampling* dengan *simple random sampling*, yaitu teknik pengambilan sampel yang memberi peluang atau kesempatan sama bagi

setiap anggota populasi untuk dipilih menjadi sampel dengan cara di (Nursalam, 2017).

#### **4.4 Variabel Penelitian**

Variabel merupakan fasilitas untuk pengukuran dan atau memanipulasi suatu penelitian dan konsep yang dituju harus bersifat konkrit dan secara langsung dapat diukur (Nursalam, 2017). Pada penelitian ini terdapat dua variabel yang akan diteliti diantaranya :

- a. Variabel Independen : Intensitas penggunaan Gadget
- b. Variabel Dependen : Obesitas pada anak

#### **4.5 Tempat Penelitian**

Penelitian ini dilakukan di sekolah SDN 01 Suci Panti secara *offline*.

#### **4.6 Waktu Penelitian**

Waktu penelitian ini dilakukan dan dimulai pada bulan Juni-Juli 2023.

#### **4.7 Definisi Operasional**

Definisi operasional merupakan pedoman bagi peneliti untuk mengujur suatu variabel penelitian sehingga memudahkan dalam pengumpulan data dan menghindarkan perbaikan perbedaan interpretasi serta membatasi ruang lingkup variabel (Prof. Dr. Soekidjo Notoatmodjo, 2010)

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi operasional	Indikator	Alat ukur	Skala	Skor
Variabel independen: Intensitas penggunaan gadget	Intensitas pengguna gadget merupakan tingkat keserigian anak dalam menggunakan media gadget dalam memenuhi aktifitas keseharian.	Intensitas penggunaan gadget pada anak meliputi : - Durasi penggunaan gadget - Frekuensi penggunaan gadget	Lembar observasi penggunaan gadget.	Nominal	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Normal : 2 jam atau kurang</li> <li>• Lama : &gt; 2 ajam</li> </ul>
Variabel dependen: Obesitas pada anak usia sekolah SD	Obesitas merupakan kelebihan berat badan menurut kategori IMT usia anak , yang sudah ditetapkan oleh Kemenkes 2010.	Dengan menggunakan pedoman status gizi dari Kemenkes 2010 untuk mengkalsifikasikan IMT yaitu : Indeks massa tubu (IMT = $BB(kg)/TB^2(m^2)$ ).	Lembar observasi dan alat bantu menggunakan timbangan <i>Bathroom Scale</i> , <i>microtois</i> .	Nominal	Obesitas = $>27,0$ kg /m <sup>2</sup> . Tidak Obesitas = $>18,5-25,0$ kg/m <sup>2</sup> .

## 4.8 Teknik Pengumpulan Data

### 4.8.1 Sumber Data

#### a. Data Primer

Data primer adalah data yang dikumpulkan sendiri oleh peneliti dan didapat langsung oleh responden pada saat berlangsungnya suatu penelitian (Sugiono 2015). Metode penelitian ini adalah dengan menggunakan lembar questioner pada siswa/siswi di SDN 01 Suci Panti yang berisikan beberapa item pertanyaan yang digunakan sebagai pedoman dalam menilai intensitas pengguna gadget terhadap obesitas.

#### b. Data Sekunder

Data sekunder merupakan data pengumpulannya tidak dilakukan oleh peneliti, tetapi diperoleh dari pihak lain. Dalam penelitian ini, peneliti mengambil literatur dari buku, tesis, dan jurnal penelitian.

### 4.8.2 Teknik Pengumpulan Data

#### a. Langkah persiapan penelitian

- 1) Menyusun proposal penelitian.
- 2) Peneliti melakukan studi pendahuluan di SDN 01 Suci Panti untuk melakukan pengambilan data objektif melalui guru sekaligus menimbang berat badan dan tinggi badan di SDN 01 Suci Panti.
- 3) Menentukan waktu dan lokasi penelitian.
- 4) Menyusun lembar observasi yang akan digunakan.
- 5) Melakukan uji etik penelitian saat proposal penelitian sudah disetujui.

#### b. Langkah Pelaksanaan Penelitian

- 1) Membawa surat izin penelitian yang telah disetujui saat akan dilaksanakannya penelitian kepada pihak sekolah.
- 2) Menentukan responden yang sesuai dengan kriteria inklusi.
- 3) Peneliti menjelaskan maksud dan tujuan penelitian.
- 4) Peneliti melakukan *Informed Consent* kepada responden.

- 5) Peneliti melakukan penilain tentang intensitas penggunaan gadget terhadap obesitas kepada responden sesuai dengan lembar observasi.
- 6) Setelah data terkumpul peneliti memeriksa kembali kelengkapan data yang diperoleh.
- 7) Peneliti melakukan pengolahan data menggunakan program komputer aplikasi SPSS versi 23 *for windows* 10.
- 8) Setelah analisa statistik selesai kemudian membuat pembahasan dan kesimpulan yang akan disusun dalam laporan hasil penelitian.

#### 4.9 Pengelolaan Data

Data yang masuk dari rangkain kegiatan pengumpulan data akan diproses dengan melakukan pengelolaan data. Berikut pengelolaan data yang dilakukan :

- a. *Editing* (penyuntingan data)  
Peneliti melakukan pengecekan kuesioner apakah sudah terisi lengkap dan jelas.
- b. *Coding* (pengkodean)  
Pemberian kode berupa angka atau huruf yang berguna untuk mempermudah mengelola data
- c. *Scoring* (pemberian skor)  
Suatu tahap penilaian pertanyaan yang sudah dilakukan dan jumlah hasil yang didapat dari pertanyaan responden.
- d. *Entry* (memasukkan data)  
Data yang sudah berbentuk kode angka dimasukkan dalam program SPSS , dalam proses ini ditentukan ketelitian lebih dari peneliti untuk melakukan *entry*.
- e. *Cleaning* (pembersihan data)  
Apabila data dari semua responden sudah selesai dimasukkan maka harus diperhatikan kembali untuk memastikan data yang masuk sudah benar.
- f. *Tabulating* (pembentukan tabel)  
Data yang sudah masuk kemudian akan dimasukkan dalam bentuk tabel.

#### 4.10 Teknik Analisa Data

Analisa data yang digunakan untuk mengetahui hasil dari penelitian dengan menggunakan cara analisa univariat dan analisa bivariate yang berfungsi untuk mengetahui interaksi dua variabel dalam penelitian (Hardani, dkk, 2020):

1) Analisa Univariat

Analisa univariat merupakan analisa yang menjelaskan variabel-variabel yang ada pada penelitian baik variabel bebas maupun variabel terikat. Analisa data pada penelitian ini dapat disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi variabel independent yaitu penggunaan gadget dan variabel independent obesitas dengan anak disekolah SDN 01 Suci Panti.

2) Analisa Bivariat

Analisa bivariat dilakukan untuk menganalisa dua variabel yang diduga berhubungan atau korelasi. Analisa ini digunakan untuk menguji hipotesis pada penelitian ini dengan penentuan hubungan antara variabel independent dan variabel dependen. Pada penelitian ini uji statistik yang digunakan yaitu *Chi Square* karena penelitian ini menguji antara dua variabel dengan skala data nominal untuk mengetahui hubungan atau tidak pada dua variabel dan seberapa besar hubungannya.

#### 4.11 Instrumen Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat atau fasilitas yang digunakan oleh peneliti dalam proses pengumpulan data agar pengerjaannya lebih mudah dan mendapatkan hasil yang lebih baik sehingga lebih mudah untuk diolah (Saryono, 2011). Penelitian ini menggunakan kuesioner. Kuesioner merupakan alat pengumpulan data secara formal kepada subjek untuk menjawab pertanyaan secara tertulis (Nursalam, 2017). Lembar kuesioner yang dirancang terdiri dari beberapa pertanyaan yang memiliki tujuan untuk mengetahui bagaimana hubungan intensitas pengguna gadget dengan obesitas pada anak di SDN 01 Suci Panti.

1. Lembar observasi A , dibuat oleh peneliti sebelumnya yaitu Meta Anindya Aryanti (2017) yang sudah melalui uji validitas dan reliabilitas. Lembar tersebut berisi tentang pertanyaan yang diajukan kepada responden mengenai durasi (rentang waktu) dalam menggunakan gadget dalam setiap harinya. Kuesioner berisikan pertanyaan mengenai penggunaan gadget dan dapat menjawab pertanyaan tersebut dengan spesifikasi :

Lama : > 2 jam

Normal : <2 jam

2. Lembar observasi B , disusun oleh peneliti sebelumnya yaitu Puput Mei Indrawati (2019) tentang pertanyaan yang diajukan kepada responden mengenai identitas serta pengukuran berat badan dan tinggi badan. Sistem penilaian yang digunakan adalah sebagai berikut:

Indeks massa tubuh (IMT) =  $BB(kg)/TB^2(m^2)$ .

Obesitas =  $>27,0 \text{ kg /m}^2$ .

#### 4.12 Etika Penelitian

Dalam etika penelitian ini peneliti telah mendapatkan surat dari institusi untuk mengajukan permohonan ijin pada institusi tempat penelitian. Setelah mendapatkan persetujuan , peneliti menekankan etika sebagai berikut :

- a. Lembar persetujuan (*Inform Consent*)

Sebelum melakukan penelitian calon responden diberi penjelasan tentang tujuan dan manfaat penelitian , apabila calon responden bersedia maka harus menandatangani lembar persetujuan dan jika responden menolak untuk mengikuti penelitian maka peneliti tidak boleh memaksa

- b. Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Peneliti menjamin kerahasiaan yang diinformasikan oleh responden dan semua data yang masuk

- c. Kejujuran (*veracity*)

Kejujuran yang diberikan peneliti kepada responden ditunjukkan dengan memberikan informasi secara jujur dan jelas berkaitan dengan penelitian sehingga responden tidak merasa curiga dan cemas ketika berpartisipasi dalam penelitian.

## BAB 5

### HASIL DAN PEMBAHASAN

#### 5.1 Deskripsikan Lokasi Penelitian

Pengambilan data penelitian ini dilakukan di SDN 01 Suci Panti Jember. SDN 01 Suci Panti merupakan suatu Sekolah Dasar yang terletak di Desa Suci kecamatan panti yang terletak diwilayah yang sangat strategis yaitu 30 meter dari Balaidesa Suci Panti disebelah kiri jalan desa Suci Panti. SDN 01 Suci Panti merupakan Sekolah Dasar dengan jumlah siswa/siswi yaitu 168 dengan total ruangan yaitu 13 ruangan. SDN 01 Suci Panti terdapat 13 guru yang mengajar di sekolah tersebut dan juga memiliki lapangan olahraga dan juga perpustakaan.

#### 5.2 Data Umum

Data umum disampaikan karakteristik responden meliputi : usi anak dan jenis kelamin anak.

##### 5.2.1 Karakteristik Siswa/Siswi di SDN 01 Suci Panti Berdasarkan Usia

Berdasarkan identifikasi usia dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi dan Presentase Responden Berdasarka Usia di SDN 01 Suci Panti pada bulan Juli 2023

No.	Usia Responden	Jumlah	Persentase
1.	8 tahun	11	15.7%
2.	9 tahun	18	25.7 %
3.	10 tahun	19	27.1%
4.	11 tahun	14	20.0%
5.	12 tahun	8	11.4%
	<b>Total</b>	70	100.0

Berdasarkan data sebagaimana pada tabel 5.1 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi terbanyak menurut usia responden adalah 19 (27.1%) yaitu pada siswa/siswi usia 10 tahun dan frkuensi terendah menurut usia responden adalah 8 (11.4%) yaitu terdapat pada anak usia 12 tahun.

### 5.2.2 Karakteristik Siswa/Siswi di SDN 01 Suci Panti Berdasarkan Jenis Kelamin

Berdasarkan identifikasi jenis kelamin yang didapatkan pada tabel sebagai berikut :

Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi dan Persentase Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di SDN 01 Suci Panti pada bulan Juli 2023

No.	Jenis Kelamin	Jumlah	Persentase
1.	Perempuan	33	47.1%
2.	Laki-laki	37	52.9%
	<b>Total</b>	70	100.0

Berdasarkan data sebagaimana pada tabel 5.2 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi terbanyak menurut jenis kelamin yaitu Laki-laki yang berjumlah 37 (52.%) responden dan frekuensi terendah menurut jenis kelamin yaitu perempuan berjumlah 33 (47.1%).

## 5.3 Data Khusus

Pada data khusus disampaikan intensitas penggunaan gadget , kejadian obesitas pada siswa/siswi di SDN 01 Suci Panti dan juga hubungan intensitas penggunaan gadget dengan obesitas pada anak di SDN 01 Suci Panti Jember sebagai berikut :

### 5.3.1 Identifikasi Intensitas Penggunaan Gadget Di SDN 01 Suci Panti

Berdasarkan identifikasi intensitas penggunaan gadget dapat dilihat pada tabel sebagai berikut :

Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Intensitas Penggunaan Gadget di SDN 01 Suci Panti pada bulan Juli 2023

No.	Intensitas Penggunaan Gadget	Jumlah	Persentase
1.	<2 jam	21	30.0%
2.	>2jam	49	70.0%
<b>Total</b>		70	100.0

Berdasarkan data sebagaimana pada tabel 5.3 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi responden terbanyak menurut intensitas penggunaan gadget adalah intensitas penggunaan yang >2 jam yaitu berjumlah 49 responden (70.0%) , dan frekuensi terendah menurut intensitas penggunaan gadget adalah <2 jam yaitu yang berjumlah 21 responden (30.0% %).

### 5.3.2 Kejadian Obesitas Yang Terjadi Di SDN 01 Suci Panti Jember

Berdasarkan identifikasi kejadian obesitas yang terjadi di SDN 01 Suci Panti Jember adalah sebagai berikut :

Tabel 5.4 Distribusi frekuensi kejadian obesitas yang terjadi di SDN 01 Suci Panti pada bulan Juli 2023

No.	Kejadian Obesitas	Jumlah	Persentase
1.	Obesitas	36	51.4%
2.	Tidak obesitas	34	48.6%
<b>Total</b>		70	100.0

Berdasarkan data sebagaimana pada tabel 5.4 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi responden yang mengalami terjadinya obesitas di SDN 01 Suci Panti adalah 36 responden (51.4%) dan untuk frekuensi yang mengalami tidak mengalami obesitas adalah 34 responden (48.6%).

### 5.3.3 Hubungan Intensitas Penggunaan Gadget dengan Obesitas di SDN 01

#### Suci Panti Jember

Penelitian ini mengidentifikasi atau menganalisa hubungan intensitas penggunaan gadget dengan obesitas di SDN 01 Suci Panti Jember. Hasil penelitian yang telah didapatkan data melalui program SPSS 25.0 yang disajikan pada tabel dibawah ini.

Tabel 5.5 Hasil tabulasi silang hubungan intensitas penggunaan gadget dengan obesitas di SDN 01 Suci Panti pada bulan Agustus 2023

			Intensitas Penggunaan Gadget		Total
			>2 jam	<2 jam	
Kejadian Obesitas	TIDAK	Count	18	17	35
		Expected count	24,5	10,5	35,0
	YA	Count	31	4	35
		Expected count	24,5	10,5	35,0
Total		Count	49	21	70
		Expected count	49,0	21,0	70,0

Tabel 5.6 Hasil uji hubungan intensitas penggunaan gadget dengan obesitas di SDN 01 Suci Panti Jember pada bulan Juli 2023

	Value	Df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	11,497 <sup>a</sup>	1	,001		
Continuity Correction <sup>b</sup>	9,796	1	,002		
Likelihood Ratio	12,152	1	,000		
Fisher's Exact Test				,001	,001
N of Valid Cases	70				

Tabel 5.7 Interpretasi korelasi hubungan intensitas penggunaan gadget dengan obesitas di SDN 01 Suci Panti pada bulan Juli 2023

		Value	Approximate Significance
Nominal by Nominal	Contingency Coefficient	.590	.000
N of Valid Cases		70	

Berdasarkan tabulasi silang pada tabel diatas didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden mengalami obesitas dan kategori intensitas penggunaan gadget >2 jam pada anak yaitu dengan nilai 31 orang (24,5) selain itu terdapat hubungan intensitas penggunaan gadget dengan obesitas di SDN 01 Suci Panti dengan nilai signifikansi sebesar 0,001 <0,05 dan nilai koefisien kontingensi sebesar 0,590 yang berarti hubungan intensitas penggunaan gadget dengan obesitas di SDN 01 Suci Panti Jember memiliki tingkat hubungan yang kuat.

## **BAB 6**

### **PEMBAHASAN**

Hasil penelitian dipaparkan berdasarkan tujuan penelitian yaitu mengidentifikasi hubungan intensitas penggunaan gadget dengan obesitas di SDN 01 Suci Panti Jember. Uraian pembahasan ini disusun berdasarkan tujuan dalam penelitian agar pembaca bisa melihat dengan runtun dan lebih mudah untuk memahami pembahasan dari hasil

#### **6.1 Intensitas Penggunaan Gadget di SDN 01 Suci Panti**

Hasil penelitian berdasarkan tabel 5.5 menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan kategori paling tinggi terdapat pada kategori intensitas penggunaan gadget dengan durasi lama yaitu selama >2 jam sebanyak 49 responden (70.0%). Terdapat beberapa faktor penyebab terjadinya penggunaan gadget yang lebih dari 2 jam yaitu persepsi orang tua terhadap penggunaan gadget pada anak, orang tua berpendapat bahwa penggunaan gadget pada anak memiliki manfaat untuk anak mereka, yaitu mengenalkan anak pada teknologi baru, melatih kemampuan motorik dan kognitif anak dan melatih kemampuan visual anak.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Cucu Sopiah (2021) dengan mengatakan Intensitas penggunaan gadget sangat mempengaruhi perilaku anak, karena dengan penggunaan gadget tanpa batas dan kapan saja dapat digunakan membuat kecanduan pada anak terhadap gadget, yang berakibat pada perubahan perilaku, terutama perilaku disiplin anak, seperti anak akan sulit untuk mengatur jadwal kegiatan mandi, makan, tidur, bermain, belajar dan mengerjakan tugas. Dalam penggunaan fitur-fitur tersebut anak akan menghabiskan waktu minimal 1-2 jam sehari, bahkan 5 jam sehari, frekuensi inilah yang akan membuat anak menjadi kecanduan terhadap gadget dengan penggunaan aplikasi didalamnya.

Gadget merupakan perangkat elektronik yang memiliki ukuran kecil dan memiliki kegunaan yang khusus, meliputi Iphone, Blackberry, dan netbook yang merupakan perpaduan antara notebook dan perangkat internet (Sapardi, 2018). Intensitas penggunaan gadget merupakan kadar keseringan dan durasi seseorang dalam melakukan suatu hal. Menurut Yuniar dan Nurwidawati (2013) intensitas merupakan tingkat durasi seseorang dalam melakukan suatu kegiatan tertentu yang didasari rasa senang dengan kegiatan yang dilakukan dan durasi seseorang dalam menggunakan media gadget dalam memenuhi aktifitas keseharian. Faktor yang mempengaruhi penggunaan gadget pada anak antara lain yaitu persepsi orang tua, sikap orang tua, pendidikan orang tua, penghasilan orang tua, pekerjaan orang tua dan juga pola asuh orang tua (Roy & Paradis, 2015).

Pada anak usia 5-15 tahun penggunaan gadget dibatasi selama 120 menit atau 2 jam. Pada usia ini, anak sudah bisa diajak berdiskusi untuk menetapkan kesepakatan bersama terkait durasi khusus dalam menggunakan gadget supaya anak memiliki lebih banyak waktu untuk melakukan aktifitas fisik yang dapat merangsang perkembangan anak dan dapat mencegah anak agar tidak candu dalam memainkan gadget dan dapat menyebabkan anak ketergantungan dengan gadget (Patton & Sawyer, 2000). Selain itu ketergantungan terhadap gadget pada anak disebabkan karena lamanya durasi dalam penggunaan gadget. Bermain gadget dengan durasi yang cukup panjang dan dilakukan setiap hari, bisa membuat anak berkembang ke arah pribadi yang lebih pasif. Dampak yang ditimbulkan dari hal tersebut sebenarnya adalah dapat membuat anak lebih bersikap individualisme karena lama kelamaan menyebabkan lupa berkomunikasi dan berinteraksi terhadap lingkungan sekitar. Dampak yang dapat terjadi juga anak mengalami penurunan aktifitas fisik yang dapat menyebabkan pengeluaran energi yang rendah sehingga energi banyak yang tersimpan dan dapat terjadi penumpukan lemak pada tubuh (Alamiyah, Zamzamy, & Rasyidah, 2017).

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Novinda Andi Ani pada tahun 2019 dengan judul “Hubungan Intensitas Penggunaan Gadget Dengan Status Gizi Pada Anak Di SDN Al- Furqon Surabaya” menyatakan bahwa anak dengan penggunaan

gadget buruk dan anak yang status gizi lebih terdapat 23 anak (63,9%) , anak dengan penggunaan gadget sedang anak yang status gizi kurang sebanyak 2 anak (5,6%) dan anak dengan penggunaan gadget baik anak yang status gizi normal yaitu sebanyak 11 anak (30,6%). Hal ini menunjukkan bahwa penggunaan gadget pada anak yang berlebihan dapat membuat anak menjadi fokus pada gadget dan anak akan menjadi malas beraktifitas. Mengawasi atau mengontrol penggunaan gadget pada anak adalah sebuah kewajiban yang harus dilakukan oleh orang tua.

Peneliti berpendapat penggunaan gadget pada anak seharusnya <2 jam perhari. Mayoritas orang tua masih memberikan kebebasan pada anak untuk bermain gadget agar anak bisa mudah dalam pantauan pengelihatannya dan merasa dengan demikian anak akan aman , dan tanpa disadari bahwa hal tersebut akan sangat berdampak buruk pada anak , karena pada dasarnya penggunaan gadget adalah suatu hal yang candu apabila orang tua tidak mengontrolnya , anak akan terobsesi dengan game yang dimainkannya atau tontonan video yang ditontonnya yang lebih menarik dan dapat menyebabkan anak akan mudah agresif jika permainan dan tontonannya dihentikan. Pengaruh lain yang dapat menyebabkan anak menggunakan gadget >2 jam yaitu terdapat berbagai macam fitur dan aplikasi yang ada pada gadget yang lebih menyenangkan dimainkan oleh anak dan memilih untuk bermain lebih lama sehingga anak mengalami kecanduan pada fitur dan aplikasi yang tersedia dalam gadget. Oleh sebab itu orang tua harus bisa mengontrol dan membatasi anak untuk penggunaan gadget dan dapat menganjurkan anak melakukan aktifitas fisik bersama temannya diluar , dengan begitu anak juga bisa melatih aktifitas fisik , bersosialisasi dan dapat berbaur dengan aktifitas yang seharusnya dilakukan oleh anak-anak.

## **6.2 Kejadian Obesitas yang Terjadi Pada Anak di SDN 01 Suci Panti**

Hasil penelitian berdasarkan tabel 5.4 diketahui bahwa kejadian obesitas pada anak di SDN 01 Suci Panti yaitu sebanyak 36 responden (51.4%). Obesitas pada anak merupakan akibat dari asupan kalori (energi) yang melebihi jumlah kalori yang dilepaskan atau dibakar melalui proses metabolisme dalam tubuh. Pengukuran indeks

masa tubuh dilakukan oleh peneliti dengan cara membagi nilai berat badan (kg) dengan nilai kuadrat tinggi badan (m<sup>2</sup>), lalu disesuaikan dengan peraturan kemenkes RI 2010 untuk kategori Indeks Masa Tubuh.

Obesitas adalah keadaan kelebihan jaringan lemak dalam tubuh yang pada umumnya ditimbun pada jaringan subkutan. Obesitas dapat didefinisikan sebagai kelebihan bobot 20% diatas standar. Obesitas merupakan refleksi ketidakseimbangan konsumsi energi dan pengeluaran energi. Penyebab obesitas yang bersifat *exogeneous* ,yaitu konsumsi energi berlebihan , dan menyebabkan *endogenous* yang berarti adanya gangguan metabolik didalam tubuh , misalnya , tumor pada hipotalamus sehingga penderita mengalami *hyperpaghia* atau nafsu makan berlebihan. Obesitas pada anak dapat terjadi karena ketidakseimbangan antara energi yang dikonsumsi dengan energi yang dikeluarkan artinya anak tersebut banyak makan tetapi aktifitas fisik sedikit. (Novianita, n.d.). Secara klinis obesitas dengan mudah dapat dikenali karena mempunyai gejala dan tanda yang khas yaitu : wajah membulat , pipi tembem dagu rangkep , leher relatif pendek dada mengembung dengan payudara yang membesar yang mengandung lemak , perut buncit , kedua tungkai pada umumnya bentuk x . pada anak laki-laki penis tampak kecil karena terkubur dalam jaringan lemak supra pubrik, pada anak perempuan indikasi menstruasi dini (Jospe, 2014)

Kelebihan berat badan pada anak yang disebabkan oleh menumpuknya kadar lemak yang banyak. Orang tua banyak yang kurang menyadari bahwa didalam tubuh anaknya mereka yang gemuk dapat mengancam kesehatan anak tersebut. Namun tidak semua anak yang gemuk dapat dikategorikan sebagai anak yang mengalami obesitas. Obesitas dapat disebabkan oleh beberapa faktor antara lain yaitu pola makan , keturunan , aktifitas fisik , umur , pola pikir dan konsentrasi intake makanan , obat-obatan dan faktor kesehatan , jenis kelamin dan juga faktor psikologi. Kelebihan penumpukan lemak diatas 20% berat badan ideal , akan menimbulkan masalah kesehatan hingga terjadi gangguan fungsi organ tubuh (Misnadierly, 2010). Orang dengan obesitas akan lebih mudah terserang penyakit degeneratif yaitu seperti : Jantung koroner , Diabetes Melitus dan Kanker. Pencegahan obesitas yang dapat dilakukan pada anak yaitu dapat

memperhatikan makanan yang dapat diberikan pada anak , sarapan dan bekal yang dikonsumsi pada anak , memperbaiki teknik mengelola makanan , dapat menentukan jadwal makan anak yang teratur , membatasi kegiatan menonton televisi , penggunaan komputer atau gadget , dan lakukan kegiatan yang memerlukan aktifitas fisik pada anak (Klien, 2010).

Berdasarkan analisis peneliti obesitas yang terjadi karena tidak adanya keseimbangan energi , dimana makanan yang dikonsumsi jauh lebih besar dibandingkan energi yang dipakai dalam aktifitas sehari-hari , sehingga mengakibatkan anak pada usia sekolah mengalami obesitas. Anak yang mengalami obesitas disebabkan oleh jumlah asupan makan yang berlebihan dan juga aktif fisik yang kurang menyebabkan energi yang dikeluarkan tidak maksimal dan menyebabkan kelebihan berat badan atau obesitas. Untuk itu sangat perlu orang tua dapat memantau asupan makanan yang dikonsumsi anak dan aktifitas fisik yang dilakukan oleh anak dapat seimbang dan dengan demikian tingkat obesitas pada anak dapat berkurang.

### **6.3 Hubungan Intensitas Penggunaan Gadget dengan Obesitas di SDN 01 Suci Panti Jember**

Dari hasil tabulasi silang hubungan antara intensitas penggunaan gadget dengan obesitas dapat dilihat ditabel 5.5 skala ukur pada kedua variabel ini menggunakan skala ukur nominal dengan tabel 2x2 yaitu *Chi Square* dengan program SPSS 24.0 menggunakan data intensitas penggunaan gadget dengan kejadian obesitas di SDN 01 Suci Panti. Hasil yang didapatkan pada uji statistik *Chi Square* , penelitian ini didapatkan nilai signifikansi adalah 0,001 yang berarti signifikansi  $<0,05$  dan nilai koefisien kontingensi sebesar 0,590 yang berarti hubungan intensitas penggunaan gadget dengan obesitas di SDN 01 Suci Panti Jember memiliki tingkat hubungan yang kuat. Dari data peneliti anak di SDN 01 Suci Panti terdapat 49 anak (70.0%) menggunakan gadget  $>2$  jam dan tingkat obesitas yang ada di SDN 01 Suci Panti yaitu sebanyak 36 anak (51,4%) dengan demikian , anak di SDN 01 Suci Panti banyak yang mengalami kejadian obesitas dengan penggunaan gadget yang diatas ketentuan yaitu maksimal 2 jam.

Hasil penelitian yang didukung oleh Fajar Sri Tanjung (2017) dengan hasil penelitiannya yang menunjukkan adanya hubungan intensitas penggunaan gadget pada anak usia 6-10 yang mengalami kelebihan berat badan di Yogyakarta yaitu dengan hasil usia sekolah dengan intensitas penggunaan gadget yang tinggi memiliki peluang 2,1 kali lebih besar untuk mengalami obesitas dibandingkan dengan anak usia sekolah intensitas penggunaan gadget rendah. Pendapat ini didukung bahwa sebagian besar anak menggunakan gadget < 2 jam setiap hari dan tidak cukup aktif dalam melakukan aktivitas fisik. Terdapat peningkatan risiko obesitas 1,57 kali dan risiko overweight 1,43 kali pada anak-anak yang bermain gadget > 2 jam setiap hari. Pendapat lain menunjukkan bahwa anak-anak yang menghabiskan lebih banyak waktu pada perangkat layar (gadget, komputer) dan menonton televisi terlibat dalam perilaku yang dapat menyebabkan obesitas.

Peneliti pendukung lainnya yang dilakukan oleh Muhammad Zamzami (2022) mengatakan obesitas pada anak di SDN Ngebel , Tamantirto , Kasihan , Bantul dapat disebabkan oleh beberapa hal , antara lain : rendahnya aktifitas fisik disekolah , minimnya ekstrakurikuler sehingga menurunkan aktifitas kegiatan yang dilakukan oleh anak , berkurangnya rasa tertarik anak untuk bermain diluar rumah setelah pulang sekolah karena mereka lebih memilih untuk menonton televisi atau bermain game yang menyebabkan aktifitas ringan menjadi lebih tinggi dibandingkan aktifitas sedang bahkan tidak terdapat siswa yang melakukan aktifitas berat.

Anak-anak dengan intensitas dan frekuensi lebih tinggi dalam penggunaan media berbasis layar (televisi, video game dan komputer) mempunyai risiko lebih tinggi untuk mengalami obesitas dibandingkan anak dengan intensitas durasi dan frekuensi lebih rendah. Intensitas waktu bermain gadget dan video game termasuk salah satu penyebab perilaku sedentari pada anak sekolah. Semakin lama waktu dihabiskan untuk melakukan perilaku sedentari, akan meningkatkan obesitas pada anak.

Gadget juga merupakan alat perangkat elektronik dengan berbagai macam fitur sehingga anak suka dan sering memainkannya dengan lama dan menyebabkan anak

kurang adanya kegiatan aktifitas fisik. Selain itu , akibat dari penggunaan gadget yang berlebihan , anak akan mengalami penurunan energi dan asupan energi yang ada dalam tubuh tidak dikeluarkan sehingga dapat mengalami obesitas. Tubuh akan menjadi gemuk karena energi yang masuk berbentuk kalori dalam makanan lebih banyak daripada yang dikeluarkan dalam bentuk aktifitas. Obesitas terjadi karena aktifitas fisik yang kurang dari kebutuhan tubuh yang disebabkan kebiasaan anak yang lebih menyukai beraktifitas didalam rumah daripada diluar rumah seperti menonton televisi dan bermain *games online*. Dalam jangka waktu yang panjang, kebiasaan anak yang kurang gerak ini akan berdampak buruk bagi kesehatan karena berpotensi menimbulkan kegemukan dan obesitas (Wisnu Pranata Adi, 2017).

Menurut peneliti dari hasil uji Chi Square yang sudah dilakukan didapatkan maka diputuskan hipotesis  $H_a$  diterima yang artinya ada hubungan lamanya penggunaan gadget dengan kejadian obesitas , semakin lama penggunaan gadget makan akan semakin tinggi kejadian obesitas pada anak karena tingkat penggunaan gadget pada anak maka semakin tinggi pula aktifitas yang dilakukan oleh anak tersebut menurun sehingga energi yang ada dalam tubuh tersimpan dan menumpuk menjadi lemak. Selain itu anak usia sekolah banyak yang kurang melakukan aktifitas fisik bisa dilihat dengan anak lebih senang berada dirumah bermain gadget seperti memainkan video games , bermain playstation hanya berbaring ditempat tidur. Pada saat aktifitas fisik yang kurang anak juga suka makan snack berlebihan sehingga menimbulkan obesitas pada anak. Dengan ini orang tua sangat berperan penting dalam lebih menjaga dan mengontrol anak dalam penggunaan gadget serta dapat membiasakan anak untuk melakukan aktifitas fisik seperti bermain bersama teman-temannya daripada hanya didam dirumah.

#### **6.4 Keterbatasan Penelitian**

Keterbatasan merupakan kelemahan dan hambatan didalam penelitian. Pada penelitian ini bebrapa keterbatasan yang dihadapi oleh peneliti adalah pada saat pengambilan data yaitu :

1. Pengumpulan kuesioner yang memungkinkan responden tidak memahami dan tidak mengerti pertanyaan yang diberikan dalam kuesioner sehingga bisa terjadi bias dalam objek penelitian.
2. Obejek penelitian difokuskan pada tingkat keseringan berapa jam dalam sehari penggunaan gadget , yangmmana hanya satu dari banyak faktor yang dapat mempengaruhi intensitas penggunaan gadget pada anak.
3. Peneliti ini tidak melibatkan/wawancara langsung untuk pengambilan data dari aspek monitoring orang tua responden untuk menjawab kuesioner.

## **BAB 7**

### **PENUTUP**

Pada bab ini akan disajikan kesimpulan dan saran dari hasil penelitian dalam penelitian yang berjudul “Hubungan Intensitas Penggunaan Gadget Dengan Obesitas di SDN 01 Suci Panti”

#### **7.1 Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan dapat disimpulkan sebagai berikut :

- 7.1.1 Diperoleh hasil bahwa intensitas penggunaan gadget pada anak di SDN 01 Suci Panti yaitu dengan kategori terbanyak yaitu pada penggunaan gadget >2 jam. Faktor yang menyebabkan anak menggunakan gadget >2 jam yaitu terdapat berbagai macam fitur dan aplikasi yang ada pada gadget yang lebih menyenangkan dimainkan oleh anak dan memilih untuk bermain lebih lama sehingga anak mengalami kecanduan pada fitur dan aplikasi yang tersedia dalam gadget.
- 7.1.2 Diperoleh hasil bahwa sebagian besar anak mengalami obesitas di SDN 01 Suci Panti. Hal ini dapat disebabkan oleh banyak anak yang kurang melakukan kegiatan fisik pada tubuh sehingga menyebabkan energi dalam tubuh menurun dan mengalami terjadinya penumpukan lemak pada tubuh.
- 7.1.3 Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan intensitas penggunaan gadget dengan kejadian obesitas pada anak di SDN 01 Suci Panti yaitu dari hasil uji *Chi Square* didapatkan *p value* yaitu  $0,001 < 0,05$  dan hasil uji korelasi kontingensi sebesar 0,59 (59%) yang mana kejadian obesitas disebabkan oleh penggunaan gadeget dan sisa 0,41 (41%) obesitas yang disebabkan oleh faktor lain. Tingginya obesitas pada anak yang melakukan penggunaan gadget >2 jam terjadi karena aktifitas fisik mereka yang menurun sehingga energi yang dikonsumsi disimpan dalam tubuh , disamping itu pada saat bermain gadget mereka juga cenderung sambil memakan cemilan sehingga terjadi penumpukan asupan makanan yang menjadi lemak.

## **7.2 Saran**

### **7.2.1 Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan rujukan oleh mahasiswa keperawatan dalam memberikan edukasi dan upaya promosi preventif terutama dalam keperawatan.

### **7.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Pada penelitian ini mungkin belum dapat menunjukkan lebih luas mengenai pengalaman responden tentang intensitas penggunaan gadget dengan kejadian obesitas sehingga untuk peneliti selanjutnya diharapkan melakukan dengan pendekatan studi kuantitatif. Selain itu juga dapat melakukan penelitian dengan faktor lain yang dapat mempengaruhi kejadian obesitas pada anak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Al-Ayouby, M. H. (2017). *Dampak Penggunaan Gadget pada Anak Usia Dini (Studi di PAUD dan TK Handayani Bandar Lampung)*. Bandar Lampung.
- Agustina, L., T. Maas, L., & Zulfendri, Z. (2019). Analisis Faktor Perilaku Berisiko terhadap Kejadian Obesitas pada Anak Usia 9-12 Tahun di SD Harapan 1 Medan. *Jurnal Endurance*, 4(2), 371. <https://doi.org/10.22216/jen.v4i2.4051>
- Alamiyah, S. S., Zamzamy, A., & Rasyidah, R. (2017). *Pendampingan dan Pengawasan dalam Penggunaan Media Gadget pada Anak Usia TK (Taman Kanak Kanak) (Pertama)*. Surabaya: CSGS (Cakra Studi Global Strategis).
- Arnizam, S. W. (2019). Pengaruh Obesitas Terhadap Kejadian Penyakit Jantung Koroner (PJK) Di Puskesmas Darul Iman Aceh Besar. *Biology Education*, Vol. 7, pp. 69–81.
- Jospe N. Endokrinologi. Dalam : Susanto R, Pulungan AB, penyunting. Nelson . 2014. *Ilmu Kesehatan Anak Esensial. Edisi ke-6*. Singapura: Elsevier (Singapore) Pte Ltd;h 679-722
- Kmkeds (Prof. Dr.Soekidjo Notoatmodjo, 2010)
- Kurniagustina, R. (2018). Konsumsi Fast Food dengan Obesitas Siswa Kelas V SDN 01 Kalisari Jakarta Timur 2018. *Skripsi, SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BINAWAN JAKARTA*, (041411023).
- Maharani, S., & Hernanda, R. (2020). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Usia Sekolah. *Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, 12(2), 285–299. Retrieved from <http://jurnal.stikes-aisyiyah-palembang.ac.id/index.php/Kep/article/view/513/0>
- Misnadierly, 2010. *Obesitas pada anak*. <http://digilib.unimus.ac.id/files/disk>. Diakses

07/02/2023

Novianita, N. (n.d.). *ADLN Perpustakaan Universitas Airlangga SKRIPSI FAKTOR YANG BERISIKO TERHADAP SITI KHOTIMAH.*

Park, C., & Park, Y. R. (2014). The Conceptual Model on Smart Phone Addiction among Early Childhood. *International Journal of Social Science and Humanity*, 4(2), 147 – 150. <https://doi.org/10.7763/IJSSH.2014.V4.336>

Pranata, W. (2017). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Obesitas pada Anak Usia Sekolah 7- 12 Tahun. *Stikes Insan Cendikia Medika Jombang*, 16.

Prof. Dr.Soekidjo Notoatmodjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan.*

Puput, M. I. (2019). Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Obesitas Pada Anak Usia 9 - 11 Tahun di SD MA'Arif Kecamatan Ponorogo. *Skripsi*, 132.

Purwati, 2010. *Resiko obesitas.* <http://digilib.unimus.ac.id/files/disk>. Diakses 07/02/2023.

Quin, C. (2018). Gadgets. *Engineering and Technology*, 13(10), 80–81.

Rini, N. M., Pratiwi, I. A., & Ahsin, M. N. (2021). Dampak Penggunaan Gadget Terhadap Perilaku Sosial Anak Usia Sekolah Dasar. *Jurnal Educatio FKIP UNMA*, 7(3), 1236–1241. <https://doi.org/10.31949/educatio.v7i3.1379>

Risikesdas Jatim. (2018). Laporan Provinsi Jawa Timur RISKESDAS 2018. In *Kementerian Kesehatan RI.*

Roro Tiya Ayu Pradika, R., Diah Sari, A., Tirta Suminar, I., Studi Keperawatan, P., & Yogyakarta, A. (2022). CITRA DELIMA : *Jurnal Ilmiah STIKES Citra Delima Bangka Belitung Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Usia Sekolah : Literature Review.* *Ji*, 6(1), 19–26. Retrieved from <http://jurnalilmiah.stikescitradelima.ac.id/index.php/>

- Roy, R., & Paradis, G. (2015). Smartphone Use In The Daily Interactions between Parents and Young Children. *Psychology & Child Development Department, CSU Stanislaus*, 2015. <https://doi.org/10.1542/peds.2006-1804>
- Rozalia, M. F. (2017). Hubungan Intensitas Pemanfaatan Gadget Dengan Prestasi Belajar Siswa Kelas V Sekolah Dasar. *Jurnal Pemikiran dan Pengembangan SD*, 5, 2, 722-731.
- Sari, N. N. (2019). Hubungan Obesitas Sentral Dengan Kejadian Diabetes Mellitus Tipe Ii. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(2), 157. <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i2.1299>
- Tanjung, F. S., Huriyati, E., & Ismail, D. (2017). Intensitas Penggunaan Gadget Pada Anak Prasekolah Yang Kelebihan Berat Badan Di Yogyakarta (Intensity Of Gadget Use Among Overweight Preschool Children In Yogyakarta). *Berita Kedokteran Masyarakat Journal of Community Medicine and Public Health*, 33(12), 603–608.
- Wansyaputri, R. R., Ekawaty, F., & Nurlinawati, N. (2021). Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Obesitas Pada Anak Usia Sekolah Dasar di SDN 49/IV Kota Jambi. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 1(2), 103–112. <https://doi.org/10.22437/jini.v1i2.15442>
- Yuanda, B. F., In, M., & Andriani, R. (2022). *Hubungan antara Durasi Penggunaan Gawai Terhadap Status Gizi Anak Usia Prasekolah Taman Kanak-Kanak di Kota Pontianak*. 23(5), 318–322.
- Yuniarti, S. (2015). *Asuhan Tumbuh Kembang Neonatus Bayi-Balita dan Anak Pra-Sekolah*. (M. D. Wildani, Ed.). Bandung: PT Refika Aditama.
- Zamzani, M., Hadi, H., & Astiti, D. (2017). Aktivitas fisik berhubungan dengan kejadian obesitas pada anak Sekolah Dasar. *Jurnal Gizi Dan Dietetik Indonesia (Indonesian Journal of Nutrition and Dietetics)*, 4(3), 123.

[https://doi.org/10.21927/ijnd.2016.4\(3\).123-128](https://doi.org/10.21927/ijnd.2016.4(3).123-128)

<https://p2ptm.kemkes.go.id/infographicp2ptm/obesitas/tabel-batas-ambang-indeks-massa-tubuh-imt>

<https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/faktor-risikoobesitaspada-anak-bagian-pertama>

# LAMPIRAN

<b>LAMPIRAN 1</b>
-------------------

**PENJADWALAN PENYUSUNAN SKRIPSI**

Kegiatan	Ganjil 2022/2023					Genap 2022/2023					
	Nov	Des	Jan	Feb	Mar	Apr	Mei	Jun	Jul	Agt	Sep
Pengajuan judul dan pembimbing											
Observasi pendahuluan											
Penyusunan proposal											
Sidang proposal											
Penelitian dan Pengambilan data											
Penyusunan hasil dan pembahasan											
Sidang akhir skripsi											

## LAMPIRAN 2

## SURAT IJIN STUDI PENDAHULUAN KAMPUS


**UNIVERSITAS dr. SOEBANDI**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**  
 Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp./Fax. (0331) 483536,  
 E\_mail : fikes@uds.ac.id Website: http://www.uds-dl.ac.id

---

Nomor : 1076/FKES-UDSU/II/2023  
 Sifat : Penting  
 Perihal : Permohonan Studi Pendahuluan

Kepada Yth.  
 Bapak/ Ibu Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Jember  
 Di  
 TEMPAT

*Assalaamu 'alaikum Warahmatullaahi Wabarakaatuh.*

Teriring doa semoga kita sekalian selalu mendapatkan lindungan dari Allah SWT dan sukses dalam melaksanakan tugas sehari-hari. Aamin.

Sehubungan dengan adanya kegiatan akademik berupa penyusunan Skripsi sebagai syarat akhir menyelesaikan Pendidikan Tinggi Universitas dr. Soebandi Jember Fakultas Ilmu Kesehatan, dengan ini mohon bantuan untuk melakukan ijin penelitian serta mendapatkan informasi data yang dibutuhkan, adapun nama mahasiswa :

Nama : Ayun Hairunnisak  
 Nim : 19010019  
 Program Studi : S1 Keperawatan  
 Waktu : Maret  
 Lokasi : Panti Jember  
 Judial : Hubungan intensitas pengguna Gadget terhadap obesitas pada anak usia sekolah

Untuk dapat melakukan Studi Pendahuluan pada lahan atau tempat penelitian guna penyusunan dari penyelesaian Tugas Akhir.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya yang baik, disampaikan terima kasih.  
*Wassalaamu 'alaikum Warahmatullaahi Wabarakaatuh.*

Jember, 2 Maret 2023

Universitas dr. Soebandi  
 Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,  
  
**Hella Melda Tursina, S.Kep., Ns., M.Kep**  
 NIK. 19931006 201509 2 096

## LAMPIRAN 3

## SURAT IJIN STUDI PENDAHULUAN JEMBER-KESBANGPOL



**PEMERINTAH KABUPATEN JEMBER**  
**BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**  
 Jalan Letjen S. Parman No. 89 Telp. 337853 Jember

Kepada  
 Yth. Sdr. Camat Panti Kabupaten Jember  
 di  
 Jember

**SURAT REKOMENDASI**

Nomor : 074/0785/415/2023

Tentang

**STUDI PENDAHULUAN**

Dasar : 1. Permendagri RI Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan atas Permendagri RI Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian  
 2. Peraturan Bupati Jember No. 46 Tahun 2014 tentang Pedoman Penerbitan Surat Rekomendasi Penelitian Kabupaten Jember

Memperhatikan : Surat Universitas Dr Soebandi , 02 Maret 2023, Nomor: 1076/FIKES-UDS/U/11/2023, Perihal: Permohonan Studi Pendahuluan

**MEREKOMENDASIKAN**

Nama : Ayuun Hairunnisak  
 NIM : 19010019  
 Daftar Tim : -  
 Instansi : SI Keperawatan  
 Alamat : Jl. Dr. Soebandi no. 99 Jember  
 Keperluan : Melaksanakan kegiatan studi pendahuluan dengan judul/terkait Hubungan intensitas pengguna Gadget terhadap obesitas pada anak usia sekolah  
 Lokasi : Panti Jember  
 Waktu Kegiatan : 02 Maret 2023 s/d 02 April 2023

Apabila tidak bertentangan dengan kewenangan dan ketentuan yang berlaku, diharapkan Saudara memberi bantuan tempat dan atau data seperlunya untuk kegiatan dimaksud.

1. Kegiatan dimaksud benar-benar untuk kepentingan Pendidikan.
2. Tidak dibenarkan melakukan aktivitas politik.
3. Apabila situasi dan kondisi wilayah tidak memungkinkan akan dilakukan penghentian kegiatan.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terimakasih.

Ditetapkan di : Jember

Tanggal : 02 Maret 2023

**KEPALA BAKESBANG DAN POLITIK**  
**KABUPATEN JEMBER**

Ditandatangani secara elektronik



j-korp.jemberkab.go.id

**Dr. H. EDY BUDI SUSILO, M.Si**  
 Pembina Utama Muda  
 NIP. 19681214 198809 1 001

Tembusan :

- Yth. Sdr. 1. Dekan FIKES Univ. Dr. Soebandi Jember
2. Mahasiswa Ybs.

## LAMPIRAN 4

**SURAT IJIN STUDI PENDAHULUAN DINAS PENDIDIKAN  
JEMBER**

**PEMERINTAH KABUPATEN JEMBER**  
**DINAS PENDIDIKAN**  
Jl. Dr. Soebandi No. 26 Kotak Pos 181 Telp. (0331) 487028 Fax. 421152 Kode Pos 68118  
**JEMBER**

**REKOMENDASI**  
Nomor : 074/878 /310/2023

**TENTANG**  
**IJIN STUDI PENDAHULUAN**

Dasar : Surat Rekomendasi dari Kepala Badan Kesatuan Bangsa dan Politik Kabupaten Jember nomor : 074/0785/415/2023, tanggal , 02 Maret 2023.

**MENGIJINKAN :**

Nama : **AYUN HAIRUNNISAK**  
NIM/NIP : **19010019**  
Alamat : **Jl. Dr. Soebandi No. 99 Jember**  
Instansi : **Iniversitas dr Soebandi S1 Ilmu Kesehatan dan Ilmu Keperawatan Jember**  
Keperluan : **Melaksanakan Ijin Studi Pendahuluan dengan Judul “, Hubungan Intensitas Pengguna Gadget Terhadap Obesitas Pada Anak Usia Sekolah di Kecamatan Panti , Kabupaten Jember,”**

Yang akan dilaksanakan pada :  
Waktu : 02 Maret s.d. 02 April 2023  
Tempat : di SDN Panti 1 , SDN Serut 1 dan SDN Suci 1 Kec. Panti , Kabupaten Jember.

**DENGAN CATATAN :**

1. Penelitian ini benar – benar untuk kepentingan Pendidikan
2. Tidak dibenarkan melakukan aktivitas politik.
3. Apabila situasi dan kondisi wilayah tidak memungkinkan akan dilakukan penghentian Kegiatan.
4. Tidak mengganggu kegiatan belajar mengajar di Sekolah.

Demikian surat ijin ini dibuat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Ditetapkan di : Jember  
Tanggal : 08 Maret 2023  
a.n. KEPALA DINAS PENDIDIKAN  
KABUPATEN JEMBER

  
Nip. 19660925 1992 1 007

Tembusan ; Yth  
1 Kepala Dinas Pendidikan sebagai Laporan

## LAMPIRAN 5

## SURAT LAYAK ETIK



**KETERANGAN LAYAK ETIK**  
*DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL*  
 "ETHICAL APPROVAL"

No.422/KEPK/UDS/VIII/2023

Protokol penelitian versi 2 yang diusulkan oleh :  
*The research protocol proposed by*

Peneliti utama : Ayun Hairunnisak  
*Principal In Investigator*

Nama Institusi : Universitas Dr Soebandi  
*Name of the Institution*

Dengan judul:  
*Title*

**"HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN GADGET DENGAN OBESITAS DI SDN 01 SUCI PANTI"**

*"GADGET USER INTENSITY RELATIONSHIP WITH OBESITY AT SDN 01 SUCI PANTI"*

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

*Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Consent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfilment of the indicators of each standard.*

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 10 Agustus 2023 sampai dengan tanggal 10 Agustus 2024.

*This declaration of ethics applies during the period August 10, 2023 until August 10, 2024.*



August 10, 2023  
 Professor and Chairperson,



Rizki Fitrianingtyas, SST, MM, M.Keb

## LAMPIRAN 6

## SURAT IJIN PENELITIN KAMPUS


**UNIVERSITAS dr. SOEBANDI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

Jl. Dr Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483536.  
E\_mail :fikes@uds.ac.id Website: http://www.uds.di.ac.id

Nomor : 6856/FIKES-UDS/U/VIII/2023  
Sifat : Penting  
Perihal : Permohonan Ijin Penelitian

Kepada Yth.

Bapak/ Ibu Kepala Badan Kesatuan Bangsa Dan Politik Kabupaten Jember

Di

TEMPAT

*Assalaamu'alaikum Warahmatullaahi Wabarakaatuh.*

Teriring doa semoga kita sekalian selalu mendapatkan lindungan dari Allah SWT dan sukses dalam melaksanakan tugas sehari-hari. Aamiin.

Sehubungan dengan adanya kegiatan akademik berupa penyusunan Skripsi sebagai syarat akhir menyelesaikan Pendidikan Tinggi Universitas dr. Soebandi Jember Fakultas Ilmu Kesehatan., dengan ini mohon bantuan untuk melakukan ijin penelitian serta mendapatkan informasi data yang dibutuhkan, adapun nama mahasiswa :

Nama : Ayun Hairunnisak  
Nim : 19010019  
Program Studi : S1 Keperawatan  
Waktu : 12 Agustus 2023  
Lokasi : SDN 01 Suci panti Jember  
Judul : Hubungan Intensitas Penggunaan Gadget Dengan Obesitas di SDN 01 Suci Panti

Untuk dapat melakukan Ijin Penelitian pada lahan atau tempat penelitian guna penyusunan dari penyelesaian Tugas Akhir.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya yang baik, disampaikan terima kasih.

*Wassalaamu'alaikum Warahmatullaahi Wabarakaatuh.*

Jember, 14/08/2023

Universitas dr. Soebandi  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,

Endangwati Setyaningrum, M.Farm  
NIK. 19890603 201805 2 148

## LAMPIRAN 7

## SURAT IJIN PENELITIN JEMBER-KESBANGPOL



**PEMERINTAH KABUPATEN JEMBER**  
**BADAN KESATUAN BANGSA DAN POLITIK**

Jalan Letjen S Parman No. 89 Telp. 337853 Jember

Kepada  
Yth. Sdr. Kepala Dinas Pendidikan  
Kabupaten Jember

di -  
Jember

**SURAT REKOMENDASI**

Nomor : 074/2484/415/2023

Tentang  
**PENELITIAN**

Dasar : 1. Permendagri RI Nomor 7 Tahun 2014 tentang Perubahan atas Permendagri RI Nomor 64 Tahun 2011 tentang Pedoman Penerbitan Rekomendasi Penelitian  
2. Peraturan Bupati Jember No. 46 Tahun 2014 tentang Pedoman Penerbitan Surat Rekomendasi Penelitian Kabupaten Jember

Memperhatikan : Surat Universitas Dr Soebandi Jember , 14 Agustus 2023; Nomor: 1076/FIKES-LDS/UI/II/2023, Perihal: Permohonan Ijin Penelitian

**MEREKOMENDASIKAN**

Nama : Ayun Hairunnisak  
NIM : 19010019  
Daftar Tim : -  
Instansi : Ilmu keperawatan/Fakultas Kesehatan  
Alamat : Jl. Dr. Soebandi No.99 Jember  
Keperluan : Melaksanakan kegiatan penelitian dengan judul/terkait Hubungan Intensitas Penggunaan Gadget Dengan Obesitas di SDN 01 Suci Panti Jember  
Lokasi : SDN 01 Suci Panti Jember  
Waktu Kegiatan : 14 Agustus 2023 s/d 14 Oktober 2023

Apabila tidak bertentangan dengan kewenangan dan ketentuan yang berlaku, diharapkan Saudara memberi bantuan tempat dan atau data seperlunya untuk kegiatan dimaksud.

1. Kegiatan dimaksud benar-benar untuk kepentingan Pendidikan.
  2. Tidak dibenarkan melakukan aktivitas politik.
  3. Apabila situasi dan kondisi wilayah tidak memungkinkan akan dilakukan penghentian kegiatan.
- Demikian atas perhatian dan kerjasamanya disampaikan terimakasih.

Ditetapkan di : Jember  
Tanggal : 18 Agustus 2023

**KEPALA BAKESBANG DAN POLITIK**  
**KABUPATEN JEMBER**

Dibandatangani secara elektronik



j-knp.jember.kab.go.id

**Drs. SIGIT AKBARI, M.Si**  
Pembina Utama Muda  
NIP. 19650309 198602 1 002

<b>LAMPIRAN 8</b>
-------------------

## SURAT PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN

### *INFORMATION FOR CONSENT*

#### SURAT PERSETUJUAN MENJADI RESPONDEN PENELITIAN

#### *(INFORMED CONSENT)*

Nama peneliti : Ayun Hairunnisak

Judul penelitian : hubungan intensitas penggunaan gadget terhadap obesitas di SDN 01 Suci Panti

Saya adalah mahasiswa prodi ilmu keperawatan fakultas kesehatan universitas dr. soebandi 2019. Penelitian ini dilaksanakan sebagai salah satu kegiatan dalam menyelesaikan tugas akhir di prodi ilmu keperawatan fakultas kesehatan universitas dr. soebandi . tujuan ini untuk mengetahui hubungan intensitas pengguna gadget terhadap obesitas di SDN 01 Suci Panti.

Adapun segala informasi yang diberikan akan dijamin kerahasiaannya dan saya bertanggungjawab apabila informasi yang diberikan merugikan , maka dari itu tidak perlu dicantumkan nama atau identitas lainnya.

Sehubungan dengan hal tersebut , apabila setuju untuk ikut serta dalam penelitian ini dimohon untuk menandatangani kolom yang telah disediakan.

Atas kesediaan dan kerjasamanya saya ucapkan terima kasih.

Jember , ... , 2023

Responden

Peneliti

(.....)

(.....)

LAMPIRAN 9
------------

## LEMBAR OBSERVASI

### KUESIONER

#### HUBUNGAN INTENSITAS PENGGUNAAN GADGET DENGAN OBESITAS DI SDN 01 SUCI PANTI

#### I. IDENTITAS RESPONDEN

- 1) Inisial Responden :  P /  L
- 2) Usia : tahun
- 3) Kelas :

#### II. STATUS GIZI

1. Berat Badan (BB) : kg
2. Tinggi Badan (TB) : cm
3. IMT  $\frac{BB}{TB (m^2) \times TB (m^2)}$  : kg/m<sup>2</sup>

#### III. INTENSITAS PENGGUNAAN GADGET

No.	Pertanyaan	< 1 jam	2 jam	>2 jam
1.	Berapakah durasi atau total waktu anda bermain gadget dalam sehari ?			

Normal : jika penggunaan gadget <2 jam

Lama : jika penggunaan gadget >2 jam

A  
G

## LAMPIRAN 10

### REKAPITULASI DATA RESPONDEN

BB	TB	IMT	OBESITAS	CODING OBES	CODING USIA	JENIS KELAMIN	CODING JK	USIA	BERMAIN GADGET
49	137	28,72	YA	1	2	P	1	9	> 2 jam sering
50	142	27,51	YA	1	3	L	2	10	> 2 jam sering
44	132	27,7	YA	1	2	P	1	9	> 2 jam sering
52	143	27,56	YA	1	3	P	1	10	> 2 jam sering
58	150	28,1	YA	1	4	P	1	11	> 2 jam sering
42	131	24,5	YA	1	4	L	2	11	> 2 jam sering
43	133	24,3	YA	1	2	L	2	9	> 2 jam sering
50	145	23,14	YA	1	4	P	1	11	> 2 jam sering
40	131	23,31	YA	1	2	L	2	9	> 2 jam sering
65	154	29,52	YA	1	3	L	2	10	> 2 jam sering
57	144	27,42	YA	1	5	P	1	12	> 2 jam sering
45	132	25,78	YA	1	3	L	2	10	> 2 jam sering
49	148	25,37	YA	1	3	P	1	10	> 2 jam sering
42	127	27,4	YA	1	3	P	1	10	> 2 jam sering
35	135	23,4	YA	1	2	L	2	9	> 2 jam sering
45	128	25,53	YA	1	5	P	1	12	> 2 jam sering
22	125	14,17	TIDAK	2	2	P	1	9	> 2 jam sering
49	132	28,1	YA	1	3	P	1	10	> 2 jam sering
35	145	16,67	TIDAK	2	3	L	2	10	> 2 jam jarang
39	136	21,23	TIDAK	2	3	L	2	10	> 2 jam sering
44	135	24,1	YA	1	4	P	1	11	> 2 jam jarang
42	142	20,83	TIDAK	2	4	P	1	11	> 2 jam sering
48	137	25,6	YA	1	4	L	2	11	> 2 jam sering
40	138	21,03	TIDAK	2	4	P	2	11	> 2 jam sering
54	145	25,7	YA	1	2	L	2	9	> 2 jam sering
32	126	20,33	TIDAK	2	2	P	1	9	> 2 jam sering
39	124	25,4	YA	1	2	P	1	9	> 2 jam sering
45	142	24,38	YA	1	4	L	2	11	> 2 jam sering

41	139	21,2	TIDAK	2	4	L	2	11	> 2 jam sering
30	138	15,75	TIDAK	2	3	L	2	10	> 2 jam sering
32	130	18,93	TIDAK	2	2	L	2	9	> 2 jam jarang
40	139	20,7	TIDAK	2	4	P	1	11	> 2 jam sering
45	148	20,24	TIDAK	2	4	P	1	11	> 2 jam sering
43	147	19,94	TIDAK	2	4	L	2	11	> 2 jam sering
35	135	19,3	TIDAK	2	2	P	1	9	> 2 jam jarang
46	148	21	TIDAK	2	4	L	2	11	> 2 jam sering
45	148	20,54	TIDAK	2	4	L	2	11	> 2 jam sering
50	147	13,14	TIDAK	2	2	P	1	9	> 2 jam sering
36	130	21,3	TIDAK	2	2	L	2	9	> 2 jam sering
35	125	22,4	TIDAK	2	3	L	2	10	> 2 jam sering
39	127	25,12	YA	1	3	P	1	10	> 2 jam sering
28	125	17,94	TIDAK	2	3	P	1	10	< 2 jam jarang
53	140	27	YA	1	5	P	1	12	> 2 jam sering
50	140	25,53	YA	1	5	P	1	12	> 2 jam sering
52	138	27,3	YA	1	5	L	2	12	> 2 jam sering
40	135	21,94	TIDAK	2	5	L	2	12	> 2 jam sering
38	142	18,87	TIDAK	2	5	L	2	12	< 2 jam jarang
53	142	26,35	YA	1	5	P	1	12	> 2 jam sering
34	135	18,7	TIDAK	2	3	L	2	10	< 2 jam jarang
38	130	22,5	TIDAK	2	3	P	1	10	> 2 jam sering
25	120	17,4	TIDAK	2	3	P	1	10	> 2 jam jarang
30	120	20,8	TIDAK	2	3	L	2	10	> 2 jam sering
38	125	24,3	YA	1	3	L	2	10	> 2 jam sering
42	133	23,79	YA	1	3	P	1	10	> 2 jam sering
35	120	24,3	YA	1	2	P	1	9	< 2 jam jarang
23	120	16	TIDAK	2	2	P	1	9	< 2 jam jarang
28	120	19,47	TIDAK	2	2	P	1	9	< 2 jam jarang
38	125	24,32	YA	1	2	L	2	9	> 2 jam sering

## LAMPIRAN 11

## LEMBAR DATA SPSS

## Hubungan statistik

Case Processing Summary						
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
Kejadian Obesitas * Intensitas Penggunaan Gadget	70	100,0%	0	0,0%	70	100,0%

Kejadian Obesitas * Intensitas Penggunaan Gadget Crosstabulation						
				Intensitas Penggunaan Gadget		Total
				>2 jam	<2 jam	
Kejadian Obesitas	TIDAK	Count	18	17	35	
	Expected Count	24,5	10,5	35,0		
YA	Count	31	4	35		
	Expected Count	24,5	10,5	35,0		
Total	Count	49	21	70		
Expected Count	49,0	21,0	70,0			

Chi-Square Tests					
	Value	df	Asymptotic Significance (2-sided)	Exact Sig. (2-sided)	Exact Sig. (1-sided)
Pearson Chi-Square	11,497 <sup>a</sup>	1	,001		
Continuity Correction <sup>b</sup>	9,796	1	,002		
Likelihood Ratio	12,152	1	,000		
Fisher's Exact Test				,001	,001
N of Valid Cases	70				

a. 0 cells (0,0%) have expected count less than 5. The minimum expected count is 10,50.  
b. Computed only for a 2x2 table.

KEJADIAN OBES					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TIDAK	34	48,6	48,6	48,6
	YA	36	51,4	51,4	100,0
Total		70	100,0	100,0	

Frekuensi penggunaan gadget					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	jarang	17	24,3	24,3	24,3
	sering	53	75,7	75,7	100,0
Total		70	100,0	100,0	

Intensitas Durasi Penggunaan Gadget					
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	>2 jam	49	70,0	70,0	70,0
	<2 jam	21	30,0	30,0	100,0
Total		70	100,0	100,0	

LAMPIRAN 12

DOKUMENTASI PENELITIAN



LAMPIRAN 13

LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI

The image displays five copies of the 'LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI' (Thesis Supervision Sheet) from Universitas Dr. Soebandi. Each form is filled out with handwritten information for a different student. The forms include the following details:

- Header:** Universitas Dr. Soebandi logo and name.
- Form Title:** LEMBAR BIMBINGAN SKRIPSI (Thesis Supervision Sheet).
- Student Information:**
  - Nama Mahasiswa (Student Name): Ageng Setyaningrum
  - NIM (Student ID): 190220113
  - Judul (Title): Menganalisis hubungan penggunaan gadget dengan kesehatan di SDN di Duri Barat
- Supervision Table:** A table with columns for 'No', 'Tanggal' (Date), 'Materi yang dibicarakan dan Masalah Praktiknya' (Topic and Practical Problem), 'TIP' (Type of Problem), 'No', 'Tanggal' (Date), 'Materi yang dibicarakan dan Masalah Praktiknya' (Topic and Practical Problem), and 'TIP' (Type of Problem).

Below are the data extracted from the five supervision sheets:

No	Tanggal	Materi yang dibicarakan dan Masalah Praktiknya	TIP	No	Tanggal	Materi yang dibicarakan dan Masalah Praktiknya	TIP
	31/12/18	Kelelahan mata	Cl		20/12/18	Kelelahan mata & kelelahan di SDN	Cl
	2/1/19	Kelelahan mata & kelelahan di SDN	Cl		2/1/19	Kelelahan mata & kelelahan di SDN	Cl

No	Tanggal	Materi yang dibicarakan dan Masalah Praktiknya	TIP	No	Tanggal	Materi yang dibicarakan dan Masalah Praktiknya	TIP
	25/2/18	Kelelahan mata & kelelahan di SDN	Cl		20/2/18	Kelelahan mata & kelelahan di SDN	Cl
	26/2/18	Kelelahan mata & kelelahan di SDN	Cl		26/2/18	Kelelahan mata & kelelahan di SDN	Cl

No	Tanggal	Materi yang dibicarakan dan Masalah Praktiknya	TIP	No	Tanggal	Materi yang dibicarakan dan Masalah Praktiknya	TIP
	3/2/18	Kelelahan mata & kelelahan di SDN	Cl		4/2/18	Kelelahan mata & kelelahan di SDN	Cl

No	Tanggal	Materi yang dibicarakan dan Masalah Praktiknya	TIP	No	Tanggal	Materi yang dibicarakan dan Masalah Praktiknya	TIP
	15/2/18	Kelelahan mata & kelelahan di SDN	Cl		21/2/18	Kelelahan mata & kelelahan di SDN	Cl
	31/2/18	Kelelahan mata & kelelahan di SDN	Cl		27/2/18	Kelelahan mata & kelelahan di SDN	Cl

No	Tanggal	Materi yang dibicarakan dan Masalah Praktiknya	TIP	No	Tanggal	Materi yang dibicarakan dan Masalah Praktiknya	TIP
	3/2/18	Kelelahan mata & kelelahan di SDN	Cl		1/2/18	Kelelahan mata & kelelahan di SDN	Cl
	5/2/18	Kelelahan mata & kelelahan di SDN	Cl		1/2/18	Kelelahan mata & kelelahan di SDN	Cl

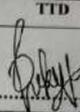
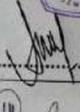
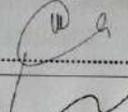
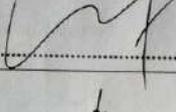
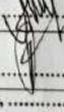
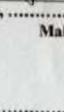
## LAMPIRAN 14

## LEMBAR PERSYARATAN SEMHAS

**UNIVERSITAS dr. SOEBANDI**  
**FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS**  
 Jl. Dr. Soebandi No. 99 Jember, Telp/Fax. (0331) 483336,  
 E-mail : info@uds.ac.id Website : http://www.uds.ac.id

**FORM PERSYARATAN**  
**PENDAFTARAN UJIAN SIDANG SKRIPSI**

NAMA MAHASISWA : Ayun Hafunnisak  
 NIM : 19010019

No.	PERSYARATAN	TTD	TANGGAL
1	PEMBIMBING AKADEMIK (Lulus PKK, Target Kompetensi 100%) *sesuai Prodi		$\frac{11}{9} 23$
2	BEBAS ADMINISTRASI		$\frac{11}{9} 23$
3	BEBAS AKADEMIK (SEKPRODI) (Lulus semua nilai mata kuliah 100% , IPK min 3,00)		$\frac{11}{9} 23$
5	PEMBIMBING UTAMA (Minimal 8 x konsultasi post penelitian)		$\frac{11}{9} 23$
6	PEMBIMBING ANGGOTA (Minimal 8 x konsultasi post penelitian)		$\frac{11}{9} 23$
7	PJMK SKRIPSI (menyerahkan undangan dan 4 eksemplar proposal serta 3 map kertas warna biru berisi form nilai ujian pada PJMK Skripsi)		$\frac{11}{9} 23$
8	TOEFL		$\frac{11}{9} 23$
9	POIN SKPI		$\frac{11}{9} 23$
10	Surat Uji Etik		$\frac{11}{9} 23$

Jember, .....2022  
 Mahasiswa,

(.....)