

**HUBUNGAN PERILAKU SEDENTER DAN TINGKAT *SCREEN TIME*
TERHADAP INDEKS MASSA TUBUH SISWA SEKOLAH DASAR DI
DAERAH PERKOTAAN**

SKRIPSI

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar Sarjana Pendidikan
Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani



Oleh
Nur Auliya
1802206

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN JASMANI SEKOLAH DASAR
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
BANDUNG
2022**

LEMBAR HAK CIPTA
HUBUNGAN PERILAKU SEDENTER DAN TINGKAT SCREEN TIME
TERHADAP INDEKS MASSA TUBUH SISWA SEKOLAH DASAR DI
DAERAH PERKOTAAN

SKRIPSI

Diajukan Kepada Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan
Universitas Pendidikan Indonesia untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Pendidikan

© Nur Auliya
Universitas Pendidikan Indonesia
Agustus 2022

Hak Cipta Dilindungi Undang-Undang
Skripsi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian, dengan dicetak
ulang, difoto copy atau lainnya tanpa seizin penulis

LEMBAR PENGESAHAN

Nur Auliya

HUBUNGAN PERILAKU SEDENTER DAN TINGKAT *SCREEN TIME* TERHADAP INDEKS MASSA TUBUH SISWA SEKOLAH DASAR DI PERKOTAAN

Disetujui dan disahkan oleh:

Pembimbing I



Dr. Agus Mahendra, M. A
NIP. 196308241989031002
Pembimbing II



Wildan Alfia Nugroho, S. Si., M. Or
NIPT. 920200419940403101
Mengetahui

Ketua Program Studi Pendidikan Guru Sekolah Dasar Pendidikan Jasmani,

Dr. Agus Mahendra, M. A
NIP. 196308241989031002

HUBUNGAN PERILAKU SEDENTER DAN TINGKAT *SCREEN TIME* TERHADAP INDEKS MASSA TUBUH SISWA SEKOLAH DASAR DI DAERAH PERKOTAAN

Nur Auliya

Program Studi PGSD Pendidikan Jasmani, Universitas Pendidikan Indonesia

ABSTRAK

Tingginya tingkat perilaku sedenter dan penggunaan *screen time* yang berlebihan dapat menyebabkan *sedentary behaviour*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan perilaku sedenter dan *screen time* terhadap indeks massa tubuh siswa sekolah dasar di daerah perkotaan. Metode penelitian menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Sampel yang terlibat adalah 105 siswa sekolah dasar kelas atas. Instrumen yang digunakan yaitu ASAQ (*Adolescent Sedentary Activity Questionnaire*). Analisis data menggunakan SPSS versi 20. Uji statistik data menggunakan uji korelasi *spearman rank*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antara perilaku sedenter dengan indeks massa tubuh (nilai *sig.* $0.100 > 0.05$), sedangkan untuk *screen time* dengan indeks massa tubuh menunjukkan hubungan yang signifikan (nilai *sig.* $0.001 < 0.05$). Simpulan penelitian ini adalah tidak terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku sedenter dengan indeks massa tubuh sementara adanya hubungan yang signifikan antara *screen time* dengan indeks massa tubuh.

Kata Kunci: Perilaku Sedenter, *Screen Time*, Indeks Massa Tubuh

**THE CORRELATION OF SEDENTARY BEHAVIOR AND SCREEN TIME
LEVEL ON BODY MASS INDEX OF ELEMENTARY SCHOOL STUDENTS
IN URBAN REGIONS**

Nur Auliya

Program Studi PGSD Pendidikan Jasmani, Universitas Pendidikan Indonesia

ABSTRACT

High levels of sedentary behavior and excessive use of screen time can lead to sedentary behavior. This study aims to determine the correlation between sedentary behavior and screen time on the body mass index of elementary school students in urban areas. The research method uses a quantitative approach with a cross-sectional design. Sampling using purposive sampling technique. The sample involved was 105 upper grade elementary school students. The instrument used is the ASAQ (Adolescent Sedentary Activity Questionnaire). Data analysis using SPSS version 20. Statistical test of data using spearman rank correlation test. The results showed that there was no significant correlation between sedentary behavior and body mass index (sig. $0.100 > 0.05$), while screen time and body mass index showed a significant correlation (sig. $0.001 < 0.05$). The conclusion of this study is that there is no significant correlation between sedentary behavior and body mass index, while there is a significant correlation between screen time and body mass index.

Keywords: Sedentary Behaviour, Screen Time, Body Mass Index

DAFTAR ISI

LEMBAR HAK CIPTA.....	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN.....	iii
UCAPAN TERIMAKASIH.....	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR.....	Error! Bookmark not defined.
ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Dari Segi Teoritis	4
1.4.2 Manfaat Dari Segi Kebijakan	4
1.4.3 Manfaat Dari Segi Praktik	5
1.4.4 Manfaat Dari Segi Isu Serta Aksi Sosial	5
1.5 Struktur Organisasi Skripsi	5
BAB II KAJIAN TEORI	7
2.1 Perilaku Sedenter.....	7
2.1.1 Definisi Perilaku Sedenter	7
2.1.2 Faktor yang Meningkatkan Perilaku Sedenter.....	7
2.1.3 Bahaya Perilaku Sedenter	9
2.2 <i>Screen Time</i>	Error! Bookmark not defined.
2.2.1 Definisi <i>Screen Time</i>	10
2.2.2 Faktor yang Mempengaruhi <i>Screen Time</i>	10
2.2.3 Bahaya <i>Screen Time</i> yang Lama.....	11
2.3 Indeks Massa Tubuh.....	11
2.3.1 Definisi Indeks Massa Tubuh	11

2.3.2 Faktor yang Mempengaruhi Indeks Massa Tubuh	12
2.4 Siswa Sekolah Dasar	13
2.4.1 Definisi Siswa Sekolah Dasar.....	13
2.4.2 Karakteristik Siswa Sekolah Dasar.....	14
2.5 Daerah Perkotaan	16
2.6 Penelitian Terdahulu.....	19
2.7 Hipotesis Penelitian	21
BAB III METODE PENELITIAN.....	22
3.1 Desain Penelitian.....	22
3.2 Partisipan Penelitian	23
3.3 Populasi dan Sampel	23
3.3.1 Populasi Penelitian.....	23
3.3.2 Sampel	23
3.4 Instrumen Penelitian.....	24
3.4.1 Instrumen Perilaku Sedenter	24
3.4.2 Instrumen <i>Screen Time</i>	25
3.4.3 Instrumen Indeks Massa Tubuh.....	26
3.5 Prosedur Penelitian.....	28
3.6 Analisis Data	28
3.6.1 Analisis Data Perilaku Sedenter dan <i>Screen Time</i>	29
3.6.2 Uji Prasyarat Analisis Korelasi.....	29
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	31
4.1 Temuan Penelitian	31
4.1.1 Deskripsi Data Penelitian.....	31
4.2 Hasil Penelitian.....	32
4.2.1 Perilaku Sedenter	32
4.2.2 <i>Screen Time</i>	35
4.2.3 Indeks Massa Tubuh	40
4.2.4 Hasil Uji Prasyarat	48
4.3 Pembahasan	51
4.3.1 Hubungan Perilaku Sedenter dengan Indeks Massa Tubuh.....	52
4.3.2 Hubungan <i>Screen Time</i> Dengan Indeks Massa Tubuh	55
BAB V SIMPULAN, IMPLIKASI DAN REKOMENDASI	58
5.1 Simpulan.....	58

5.2 Implikasi	58
5.3 Rekomendasi	58
DAFTAR PUSTAKA	59
LAMPIRAN.....	69

DAFTAR PUSTAKA

- Abidah, A., Hidaayatullaah, H. N., Simamora, R. M., Fehabutar, D., & Mutakinati, L. (2020). The Impact of Covid-19 to Indonesian Education and Its Relation to the Philosophy of “Merdeka Belajar.” *Studies in Philosophy of Science and Education*, 1(1), 38–49. <https://doi.org/10.46627/sipose.v1i1.9>
- Adhyputri, I. R., Indrasari, E. R., & Roekmantara, T. (2021). Dampak Pandemi Covid-19 terhadap Perilaku Sedenter pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung. *Universitas Islam Bandung*, 7(1), 570–576. <https://doi.org/10.29313/kedokteran.v7i1.26737>
- American Optometric. (n.d.). New: WHO Guidance: Very Limited Daily Screen Time Recommended for Children Under 5. 2019.
- Amini, A. Z. (2016). Sedentary Lifestyle Sebagai Faktor Risiko Obesitas Pada Remaja SMP Stunting Usia 12-15 Tahun Di Kota Semarang. Universitas Diponegoro.
- Andriani, F. W., & Indrawati, V. (2021). Gaya Hidup Sedentari , Screen Time , Dan Pola Makan Terhadap Status Gizi Remaja SMA 1 Bojonegoro. *Jurnal Gizi Universitas Negeri Surabaya*, 1(1), 14–22. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/GIZIUNESA/article/view/41269>
- Angga. (2017). Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Kejadian Andropause di Lingkungan Kerja Uin Syarif Hidayatullah Jakarta. Uniiversitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Anpha. (2014). Obesity: Prevalence Trends in Australia. *Publication*, 32. <http://sydney.edu.au/medicine/public-health/menzies-health-policy/publications/Evidence Brief Obesity Prevalence Trends Australia.PDF%5Cnhttps://sydney.edu.au/medicine/public-health/menzies-health-policy/publications/Evidence Brief Obesity Prevalence Tren>
- Arifin, Z., Istiana, D., Ilham, Fatmawato, B. R., & Purqot, D. N. S. (2022). *Peningkatan Pemahaman Perilaku Sedentari (Sedentary Behavio) dan Risiko Terjadinya Sindrom Metabolik*. 4, 1–6.
- Asshidiqie, H., & Panunggal, B. (2013). Perbedaan Jumlah Asupan Energi, Lemak, Serat dan Natrium Berdasarkan Katagori Screen Time Viewing Pada Anak Obesias Usia 9-12 Tahun. *Journal of Nutrition College*, 2(1), 403–410.
- Asyera Sinulingga, P., Andayani, L. S., & Lubis, Z. (2021). The Influence of Online School on Sedentary Behavior at Risk of Obesity in Adolescents Aged 15-19 Years. *Jurnal Kesehatan*, 12(3), 396–403. <http://ejurnal.poltekkes-tjk.ac.id/index.php/JK>
- Bujuri, D. A. (2018). Analisis Perkembangan Kognitif Anak Usia Dasar dan Implikasinya dalam Kegiatan Belajar Mengajar. *LITERASI (Jurnal Ilmu Pendidikan)*, 9(1), 37. [https://doi.org/10.21927/literasi.2018.9\(1\).37-50](https://doi.org/10.21927/literasi.2018.9(1).37-50)
- Chen, R. G. (2015). Hubungan Screen Time dengan Status Obesitas Pada Remaja. Universitas Sumatera Utara.
- Costigan, S. A., Barnett, L., Plotnikoff, R. C., & Lubans, D. R. (2013). The health

- indicators associated with screen-based sedentary behavior among adolescent girls: A systematic review. *Journal of Adolescent Health*, 52(4), 382–392. <https://doi.org/10.1016/j.jadohealth.2012.07.018>
- Desiningrum, D. R., Indriana, Y., & Siswati. (2017). Intensi Penggunaan Gadget Dan Kecerdasan Emosional Pada Remaja Awal. *Prosiding Temu Ilmiah X Ikatan Psikologi Perkembangan Indonesia*, 1, 65–71. <http://garuda.ristekbrin.go.id/documents/detail/497874>
- Desmawati. (2019). Gambaran Gaya Hidup Kurang Gerak (*Sedentary Lifestyle*) dan Berat Description of Adolescents Sedentary Lifestyle , Obesity in Junior High School , Tangerang Selatan. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, 11(January), 296–301.
- Dhamayanti, A. P. (2021). Hubungan Screen Time Selama Pembelajaran Jarak Jauh Terhadap Pola Tidur Anak Usia 6-12 Tahun Pada Masa Pandemi Covid-19 [Universitas Hasanuddin Makassar]. <https://jurnal.unar.ac.id/index.php/jamunar/article/view/448>
- Dicky. (2018). Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh dengan Prestasi Anak Usia Sekolah Dasar. Universitas Sumatera Utara.
- Efendi, V. P., & Widodo, A. (2021). Literature Review Hubungan Penggunaan Gawai Terhadap Aktivitas Fisik Remaja. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 9, 17–26.
- Fajanah, F., Meikawati, W., & P, I. A. (2018). Faktor-faktor determinan sedentary lifestyle pada remaja (studi di smp negeri 29 semarang). *Universitas Muhammadiyah Semarang*, 1–19. http://repository.unimus.ac.id/2503/4/BAB_II.pdf
- Ferreira, R., Rombali, A., Ricardo, L., Hallal, P., & Azevedo, M. (2015). Prevelance Sedentary Behaviours And Its Correlates Among Primary School Student. *Revista Paulista de Pediatrica*.
- Fitria, S., & Surya, D. (2021). The Impact of Covid-19 Pandemic on STudent's Sedentary Behaviour in Indonesia. *Journal Od Scientific Nformation and Educational Creativity*, 22(March), 1–14.
- Hallal, P., Andersen, L., B., Bull, F. C., & Gulthold. (2012). Global Physical Activity Levels: Sulveillance Progress, pitfalls, and prospects. *The Lancet*. [https://doi.org/http://doi.org/10.1016/S0140-6736\(12\)60646-1](https://doi.org/http://doi.org/10.1016/S0140-6736(12)60646-1)
- Harikedua, V, T., & Tando, N, M. (2012). Aktivitas Fisik dan Pola Makan Dengan Obesitas Sentral pada Tokoh Agama di Kota Manado. *Gizi Indonesia*, 4(1), 289–298.
- Haryadi, T., & Aripin, A. (2015). Melatih Kecerdasan Kognitif, Afektif, dan Psikomotorik Anak Sekolah Dasar Melalui Perancangan Game Simulasi “Warungku.” *ANDHARUPA: Jurnal Desain Komunikasi Visual & Multimedia*, 1(02), 122–133. <https://doi.org/10.33633/andharupa.v1i02.963>
- Hayati, F., Neviyarni, & Irdamurni. (2021). Karakteristik Perkembangan Siswa Sekolah Dasar : Sebuah Kajian Literatur. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 5(1), 1809–1815.

- Hidayati, R. N. (2012). Hubungan Asupan Makanan Anak Dan Status Ekonomi Keluarga Dengan Status Gizi Anak Usia Sekolah Di Kelurahan Tugu Kecamatan Cimanggis Kota Depok.
- Inyang, P. M., & Stella, O.-O. (2015). Sedentary Lifestyle: Health Implications. *Journal of Nursing and Health Science (IOSR-JNHS)*, 4, 20–25. <https://doi.org/10.9790/1959-04212025>
- Ishariani, & Ludyanti, L. N. (2020). Penggunaan Gadget Dan Sedentary Behaviour Pada Anak Usia Prasekolah Di Taman Kanak-Kanak.
- Istiqomah, N., & Simanjuntak, S. R. (2020). Peningkatan Trend Screentime selama Pandemi Covid 19 dan Efeknya pada Perilaku Anak. *Profesional Islam*, 18(2), 109–115.
- Istiqomah, S. N., & Lisiswanti, R. (2017). Dampak Eksposur Layar Monitor Terhadap Gangguan Tidur dan Tingkat Obesitas Pada Anak Anak. *Majory*, 6(2), 73–77.
- Izzaty, R. E. (2010). Perkembangan Anak Usia 7 - 12 Tahun. *Perkembangan Anak Usia 7 – 12 Tahun*, 4(3), 1–11.
- Jamun, Y. M. (2020). Dampak Teknologi terhadap Pendidikan. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 2(10), 36–40.
- Jiang, L., Cao, Y., Ni, S., Chen, X., Shen, M., & Lv, H. (2020). Association of Sedentary Behavior With Anxiety , Depression , and Suicide Ideation in College Students Characteristics of Participants. 11(December), 1–9. <https://doi.org/10.3389/fpsyg.2020.566098>
- Julia, M. (2016). Screen based activity sebagai faktor risiko kegemukan pada anak prasekolah di Kota Yogyakarta. *Jurnal Gizi Klinis Indonesia*, 13(1):34–4.
- Kantachuvessiri, A., Sirivichayakul, C., Kaewkungwal, J., Tungtrongchitr, R., Lotrakul, M., Nutrition, T., & Science, F. (2004). Factors Associated With Obesity Among Workers. 1057–1065.
- Kartono, D. T., & Si, M. (2010). Pengertian dan Ruang Lingkup Sosiologi Perkotaan. In *Sosiologi Perkotaan* (pp. 1–59).
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Riset Kesehatan Dasar, (2013). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Riset Kesehatan Dasar 2018, (2018). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia
- Khaulani, F., S, N., & Irdamurni, I. (2020). Fase Dan Tugas Perkembangan Anak Sekolah Dasar. *Jurnal Ilmiah Pendidikan Dasar*, 7(1), 51. <https://doi.org/10.30659/pendas.7.1.51-59>
- Komalasari, R. (2020). Manfaat Teknologi Informasi Dan Komunikasi Di Masa Pandemi. November. <https://doi.org/10.38204/tematik.v7i1.369>
- Kumala, A. M., Margawati, A., & Rahadiyanti, A. (2019). Hubungan Antara Durasi Penggunaan Alat Elektronik (Gadget), Aktivitas Fisik Dan Pola Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Usia 13-15 Tahun. *Journal of Nutrition College*, 8(2), 73. <https://doi.org/10.14710/jnc.v8i2.23816>

- Lange, K. W., & Nakamura, Y. (2020). Lifestyle factors in the prevention of COVID-19. *Global Health Journal*, 4(4), 146–152. <https://doi.org/10.1016/j.glohj.2020.11.002>
- Lestari, I. A. (2020). Hubungan Asupan Karbohidrat dan Protein Dengan Kejadian Metabolic Syndrome Pada Pekerja Wanita Di PT. Iskandar Indah Printing Textile Suralarta.
- Living, A. A. of P. A. H. (2006). Prevention of Childhood Obesity Through Increased Physical Activity. *Pediatrics*, 117(5):1834–42.
- Lontoh, S. O., & Kumala, M. (2020). Gambaran Tingkat Aktivitas Fisik Pada Masyarakat Kelurahan Tomang Jakarta Barat. 4(1), 453–462.
- Mandriyarni, R., Sulchan, M., & Nissa, C. (2017). Sedentary lifestyle sebagai risiko kejadian obesitas pada remaja SMA stunted di Kota Semarang. *Journal of Nutrition College*, 6(2), 149. <https://doi.org/10.14710/jnc.v6i2.16903>
- Mar'ah, F. (2017). Hubungan Sedentary Life Dengan Kejadian Obesitas Pada Anak Di SDN Mangkura 1 Makassar. In *Advanced Drug Delivery Reviews* (Vol. 135, Issue January 2006). <https://doi.org/10.1016/j.addr.2018.07.012> <http://www.capsulae.com/media/Microencapsulation.Capsulae.pdf> <https://doi.org/10.1016/j.jaerosci.2019.05.001>
- Moradi, G., Mustafavi, F., Azadi, N., Esmaelnsab, N., & Nouri, B. (2016). Evaluation Of Screen Time Activities And Their Relationship With Physical Activity, Overweight And Socioeconomic Status In Children 10-12 Years Of Age In Sanandaj, Iran: A Cross Sectional Study. *Medical Journal of the Islamic Republic of Iran*.
- Morselli, dkk. (2012). Sleep and Metabolic Function. *European Journal of Physiology*. Vol. 463. no. 1.
- Murni. (2017). Perkembangan Fisik, Kognitif, dan Psikososial Pada Masa Kanak-Kanak Awal 2-6 Tahun. III, 19–33.
- Nakeeb, Y., Lyons, M., & Collins, P. (2012). Obesity, physical activity and sedentary behaviour amongst british and saudi youth. *Internasional Jouurnal of Environmental Research and Public Health*, 9(4), 1490–1506.
- Nasution, I. N. (2014). Screen Time, Asupan Lemak dan Serat Serta Status Gizi Siswa Sekolah Dasar di Kota Bogor. Institut Pertanian Bogo.
- Natan, Z. I. (2016). Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Kebugaran Fisik Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara 2013-2014: Vol. III (Issue 2).
- Ningrum, D. M. A. (2018). Hubungan Screen Time dengan Indeks Massa Tubuh Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Surakarta. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Nugroho, K., Natalia, G., & Masi, M. (2016). Perubahan Indeks Massa Tubuh pada Mahasiswa Semester 2 Program Studi Ilmu Keperawatan. 4.
- Nugroho, S. P. (2021). Uji Korelasi (Uji Spearman dan Pearson Product Moment).

Jurnal Statistika.

- Nurjayanti, E., Rahayu, N. S., & Fitriani, A. (2020). Nutritional knowledge, sleep duration, and screen time are related to consumption of sugar-sweetened beverage on students of Junior High School 11 Jakarta. *ARGIPA (Arsip Gizi Dan Pangan)*, 5(1), 34–43. <https://doi.org/10.22236/argipa.v5i1.3878>
- Owen, N., Salmon, J., Koohsari, M. J., Turrell, G., & Giles-Corti, B. (2014). Sedentary behaviour and health: Mapping environmental and social contexts to underpin chronic disease prevention. *British Journal of Sports Medicine*, 48(3), 174–177. <https://doi.org/10.1136/bjsports-2013-093107>
- Park, J. H., Moon, J. H., Kim, H. J., Kong, M. H., & Oh, Y. H. (2020). Sedentary Lifestyle: Overview of Updated Evidence of Potential Health Risks. *Korean Journal of Family Medicine*, 41(6), 365–373. <https://doi.org/10.4082/KJFM.20.0165>
- Pitrianti, P., & Ahmad, H. (2021). Tinjauan Bahaya Kecanduan Gadget Di SMPN 27 Kerinci. *Altifani: Jurnal Pengabdian Masyarakat Ushuluddin, Adab, Dan Dakwah*, 1(2), 139–147. <https://doi.org/10.32939/altifani.v1i2.908>
- Pramita, R., & Griadhi, I. (2016). Hubungan Antara Perilaku Sedentari dengan Indeks Massa Tubuh Pada Siswa Kelas V Di Sd Cipta Dharma Denpasar. *E-Jurnal Medika Udayana*, 5(2).
- Pramudita, S. R., & Nadhiroh, S. R. (2018). Gambaran Aktivitas Sedentari Dan Tingkat Kecukupan Gizi Pada Remaja Gizi Lebih Dan Gizi Normal. *Media Gizi Indonesia*, 12(1), 80. <https://doi.org/10.20473/mgi.v12i1.80-87>
- Purnamasari, D. U., Dardjito, E., & kusnandar. (2016). Nutritional Status on New Elementary School Student According to Body Mass Index For Ages and Height for Ages Idex in Urban and Rural Areas. *Jurnal Kesmas Indonesia*, 8, 81–94.
- Raharjo, S. (2013). *Buku Praktek Analisis Multivariate dengan SPSS* (1st ed.).
- Rahayu, W., & Kusuma, D. (2021). Profil Sedentary Life Style Pada Remaja Umur 15-17 Tahun (Study Di Kabupaten Lamongan). 114–121.
- Resly, I. V. (2018). Hubungan Screen Time dengan Perkembangan Sosial Anak Usia Sekolah di SD Negeri Wonosari Baru Gunungkidul. 1–12.
- Ruiz-Roso, M. B., Padilha, P. de C., Mantilla-Escalante, D. C., Ulloa, N., Brun, P., Acevedo-Correa, D., Peres, W. A. F., Martorell, M., Aires, M. T., Cardoso, L. de O., Carrasco-Marín, F., Paternina-Sierra, K., Rodriguez-Meza, J. E., Montero, P. M., Bernabè, G., Pauletto, A., Taci, X., Visioli, F., Dávalos, AlbertoRuiz-Roso, M. B., ... Dávalos, A. (2020). Changes of Physical Activity and Ultra-Processed Food Consumption in Adolescents from Different Countries. *Nutrients*, 12(2289), 1–13.
- Safrudin, & Hasibuan, A. P. G. (2016). Peningkatkan Hasil Belajar Ips Menggunakan Media Gambar Bagi Siswa Kelas Iv Sekolah Dasar. *Jurnal Pendidikan Rokania*, 1, 99–109.
- Santika, I. G. P. N. A. (2015). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Umur Terhadap Daya Tahan Umum (Kardiovaskuler) Mahasiswa Putra Semester II

- Kelas A Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP PGRI BAli Tahun 2014. *Jurnal Pendidikan Ke*, 1(11), 42–47.
- Saragih, A. N., & Andayani. (2022). The Effect of Health Promotion with Video and Booklet Media on Sudents Knowledge Regradng Sedentary Behaviour at MAN 1 Medan. *Indonesian Journal of Health Pormotion and Behaviour*. 4(1):47-58. DOI: 10.47034/ppk.v4i1.5996
- Saunders, T. J., dkk. (2022) . International School-related Sedentary Behaviour Recommendations for Children and Youth. *International Journal Behaviur Nutrion Physical Acktivity.*<https://doi.org/10.1186/s12966-022-01259-3>
- Septianti, N., & Afiani, R. (2020). Pentingnya Memahami Karakteristik Siswa Sekolah Dasar di SDN Cikokol 2 [The Importance of Understanding the Characteristics of Elementary School Students at SDN Cikokol 2]. 2(1), 7–17.
- Setyoadi, Rini, I. S., & Novitasari, T. (2015). Hubungan Penggunaan Waktu Perilaku Kurang Gerak (Sedentary Behaviour) Dengan Obesitas Pada Anak Usia 9-11 Tahun Di Sd Negeri Beji 02 Kabupaten Tulungagung. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 3(2), 155–167. www.jik.ub.ac.id
- Subagyo, R. U., & Fithroni, H. (2022). Identifikasi Perilaku Kurang Gerak (Sedentary Behavior) Pada Siswa Sekolah Dasar di SDN Kertajaya 5 Surabaya. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 10(3), 195–202. <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-kesehatan-olahraga/article/view/48366>
- Suharini, E. (2007). Menemu kenali Agihan Permukiman Kumuh Di Perkotaan Melalui Interpretasi Citra Penginderaan Jauh. Jurusan Geografi Fis Unnes. *Jurnal Geografi*, 4(03), 77–85.
- Sulistyoningsih, H. (2011). *Gizi Untuk Kesehatan Ibu Dan Anak*. Graha Ilmu.
- Sugiyono. (2012). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*: Bandung: Alfabeta.
- Suntoda, A. (2009). *Pengembangan Model Pembelajaran Dan Perencanaan Penyusunan Program Latihan Softball*. 6.
- Suparmini, & Wijayanti, A. T. (2015). Masyarakat Desa dan Kita (Tinjauan Geografis, Sosiologis dan Historis). In *Ilmu Sosial* (pp. 1–152).
- Syahidah, Z. A. (2016). Perbedaan Aktivitas Fisik, Screen Time, dan Persepsi Ibu Terhadap Kegemukan Antara Balita Gemuk Dan Non-Gemuk Di Kota Semarang. *Journal of Nutrition College*, 6(1), 1–27.
- Tampubolon, N. R., & Kaban, A. R. (2021). Penyuluhan Gizi Seimbang pada Anak dengan Gaya Hidup Sedentari di Masa Pandemi di Kecamatan Medan Area. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Aufa (JPMA)*, 3(2), 2019–2022. <https://jurnal.unar.ac.id/index.php/jamunar/article/view/448>
- Thaisi, M., Knebel, G., Gon, B., Cristina, P., Caroline, A., Campos, F., & Silva, K. S. (2022). The conception , content validation , and test-retest reliability of the Questionnaire for Screen Time of Adolescents (QueST). 98(2), 0–7. <https://doi.org/10.1016/j.jped.2021.05.004>

- Ubaidillah, M., & Nurhayati, F. (2019). Hubungan antara aktivitas sedentari dengan status gizi peserta didik kelas VII SMPN 1 Semen Kabupaten Kediri. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 07(3), 9–12.
- Umami, F. (2017). Hubungan Indeks Mass Tubuh Dengan Hipertensi Pada Lansia Usia 45-55 Tahun. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang.
- Utami, D., & Setyarini, G. (2017). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Indeks Massa Tubuh Pada Remaja Usia 15-18 Tahun Di SMAN 14 Tangerang. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 4(3), 207–215.
- Utami, N. P., Purba, M. B., & Huriyati, E. (2018). Paparan Screen Time Hubungannya dengan Obesitas pada Remaja SMP di Kota Yogyakarta. *Jurnal Dunia Gizi*, 1(2), 71–78. <https://ejournal.helvetia.ac.id/jdg>
- Widana, W., & Muliani, P. L. (2020). *Uji Prasyarat Analisis*. Klik Media.
- Wijaya, A. (2004). Obesitas Dan Sindrom Metabolik. *Jurnal Cardiologi*, 2(4), 1–16.
- Wiklund, P. (2016). The role of physical activity and exercise in obesity and weight management: Time for critical appraisal. *Journal of Sport and Health Science*, 5(2), 151–154. <https://doi.org/10.1016/j.jshs.2016.04.001>
- Yuliani, E., Supiati, & Fitra, U. N. (2020). Penggunaan Gadget Dengan Gangguan Perkembangan Anak Prasekolah: Studi Literatur Review. *Journal of Health, Education and Literacy (J-Healt)*, 2(2).