



BAB VI

PEMBAHASAN

BAB VI

PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui adanya hubungan durasi *screen time* dengan kejadian gizi lebih pada anak usia 16-18 tahun di SMA Muhammadiyah 7 Surabaya, dengan melakukan pengukuran tinggi badan dan berat badan serta pengisian kuesioner. Penelitian dilaksanakan di SMA Muhammadiyah 7 Surabaya. Responden pada penelitian merupakan siswa/i di SMA Muhammadiyah 7 Surabaya dengan usia 16-18 tahun yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Dari 96 sampel yang didapat, didapatkan sebanyak 64 responden siswa/i di SMA Muhammadiyah 7 Surabaya yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Kriteria eksklusi pada penelitian ini antara lain yang pertama yaitu responden dengan genetik berat badan berlebih. Didapatkan bahwa keluarga mewariskan kebiasaan pola makan dan gaya hidup yang bisa berkontribusi terhadap kejadian gizi lebih. Menurut penelitian, anak dari orang tua yang mempunyai berat badan normal ternyata mempunyai 10% risiko obesitas. Bila salah satu orang tuanya menderita obesitas, maka peluang itu meningkat menjadi 40–50%. Dan bila kedua orang tuanya menderita obesitas maka peluang faktor keturunan menjadi 70–80% (Sulistyowati et al., 2015).

Kedua, responden dengan riwayat mengkonsumsi obat-obatan steroid. Obat-obatan jenis steroid memiliki efek samping meningkatkan nafsu makan, sehingga pada penggunaan obat steroid dalam jangka waktu yang lama dapat meningkatkan risiko obesitas. Ketiga, responden yang menderita penyakit kronis, seperti diabetes melitus, hipertensi, sindrom ovarium polikistik dan kanker payudara.



Keempat, responden yang memiliki kewajiban melakukan *e-sport*, dimana *e-sport* menjadi cabang olahraga baru untuk diperlombakan, bahkan menjadi ladang pekerjaan. Banyak anak muda yang sudah menjalani profesi ini, mulai dari menjadi *pro player*, *streamer*, dan joki. Dari profesi tersebut mereka bisa mendapatkan keuntungan besar terutama menjadi pemain profesional untuk tim *e-sport* bisa menghasilkan uang yang lumayan banyak.

6.1 Karakteristik siswa SMA Muhammadiyah 7 Surabaya berusia 16-18 tahun

Siswa/i SMA Muhammadiyah 7 Surabaya dengan usia 16-18 tahun yang peneliti dapatkan setelah menerapkan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi didapatkan sebanyak 64 anak. Karakteristik responden tersebut dapat diketahui berdasarkan usia, jenis kelamin, durasi *screen time* dan status gizi.

Karakteristik responden berdasarkan usia terbagi menjadi tiga yaitu usia 16 tahun, 17 tahun dan 18 tahun. Dapat diketahui bahwa sebanyak 4 (6.3%) responden berusia 16 tahun, 22 (34.4%) responden berusia 17 tahun dan 38 (59.4%) responden berusia 18 tahun. Hasil yang didapat dari riskesdas menunjukkan prevalensi gizi lebih pada remaja usia 16-18 tahun meningkat dari 7,3% pada tahun 2013 menjadi 13,5% pada tahun 2018 (Djuwita and As Syifa, 2023).

Kemudian karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin didapatkan responden berjenis kelamin perempuan sebanyak 36 (56.3%) responden dan responden berjenis kelamin laki-laki sebanyak 28 (43.8%) responden. Pada penelitian yang dilakukan di SMA Muhammadiyah 7 Surabaya, diketahui bahwa terdapat faktor-faktor yang berpengaruh terhadap durasi *screen time*, salah satunya adalah jenis kelamin dimana didapatkan rata rata durasi *screen time* pada perempuan lebih tinggi dibanding durasi *screen time* pada laki-laki. Hal ini sejalan dengan penelitian Andriani dan Indrawati (2021), dimana pada penelitian tersebut, responden berjenis kelamin perempuan didapatkan rata-rata durasi *screen time* lebih tinggi dibanding dengan responden berjenis kelamin laki-laki (Andriani and Indrawati, 2021). Hal ini juga sejalan dengan penelitian Javier *et al* (2020) dimana disimpulkan bahwa perempuan cenderung lebih tinggi mengalami *smartphone addiction* dari pada laki-laki. Didapatkan bahwa perempuan cenderung menggunakannya untuk berkomunikasi dan menggunakan layanan jejaring sosial daripada laki-laki yang lebih menyukai bermain game, melihat video dan mendengarkan musik. Perempuan menggunakan *smartphone* untuk menjaga hubungan sosial, sehingga menjadikan mereka cenderung tidak bisa lepas dari *handphone* (Javier *et al.*, 2022).

6.2 Hubungan durasi *screen time* dengan kejadian gizi lebih pada anak usia 16-18 tahun di SMA Muhammadiyah 7 Surabaya

Gizi lebih (*overweight* dan obesitas) merupakan penumpukan lemak yang berlebihan akibat ketidakseimbangan asupan energi (*energy intake*) dengan energi yang digunakan (*energy expenditure*) dalam waktu lama (Kemenkes RI, 2019).

Gizi lebih dapat berkaitan erat dengan faktor-faktor penunjang lainnya, seperti faktor genetik, pola makan, pola aktivitas, faktor hormonal, konsumsi obat-obatan maupun kebiasaan sehari-hari seperti *screen time*. Aktivitas fisik yang rendah akan menyebabkan energi yang masuk dari asupan makanan tidak terpakai dan menumpuk dalam bentuk lemak tubuh (Ahdalifa *et al.*, 2021). Akibat dari sedikitnya energi yang keluar dari tubuh, maka sisa dari energi tersebut akan tersimpan menjadi lemak dan kemudian menjadi *overweight* hingga berlanjut menjadi obesitas (Putra, 2017). Tingginya waktu *screen time* seperti menonton televisi dan juga menggunakan *video games* dalam keseharian mampu meningkatkan aktivitas sedentari yang pada akhirnya menurunkan pengeluaran energi sehingga berisiko mengalami penumpukan energi berlebih dalam tubuh dalam bentuk lemak (Utami *et al.*, 2018).

Screen time merupakan waktu yang dihabiskan untuk menonton televisi, menggunakan komputer/ laptop, bermain *video games*, gawai (Kemenkes RI, 2022). Pada penelitian ini, durasi *screen time* dinilai dari kuesioner yang diberikan kepada responden. Dari hasil kuesioner yang telah disebar, sebanyak 62 responden (96.3%) memiliki rata-rata durasi *screen time* tinggi dan sebanyak 2 responden (3,1%) memiliki rata-rata durasi *screen time* rendah.

Pada penelitian ini, peneliti ingin mengetahui hubungan durasi *screen time* dengan kejadian gizi lebih pada anak usia 16-18 tahun di SMA Muhammadiyah 7 Surabaya. Didapatkan sampel sebanyak 64 responden, dan dilakukan uji statistik dengan menggunakan uji *chi-square*. Pada uji *chi-square* yang telah dilakukan, didapatkan nilai *p-value* sebesar 0.763 ($p > 0,05$) sehingga menunjukkan bahwa

tidak ada hubungan signifikan antara durasi *screen time* dengan kejadian gizi lebih pada anak usia 16-18 tahun di SMA Muhammadiyah 7 Surabaya. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa H0 diterima dan H1 ditolak.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Utami *et al* (2018) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara durasi *screen time* dengan status gizi lebih. Hal ini juga berbeda dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Kumala *et al* (2019), dimana pada penelitian tersebut, terdapat hubungan yang signifikan antara durasi *screen time* terhadap status gizi ($p=0,041$; $p<0,05$), dimana pada penelitian tersebut dijelaskan bahwa responden dengan *screen time* yang tinggi juga memiliki pola makan yang tidak sesuai anjuran, sehingga dapat berpengaruh pada status gizi responden (Kumala *et al.*, 2019).

Namun, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan Andriani dan Indrawati (2021), disebutkan bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antara durasi *screen time* dengan status gizi lebih. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Pramadhan (2016), dimana didapatkan hasil tidak adanya hubungan yang signifikan antara durasi *screen time* dengan status gizi, hal ini dapat disimpulkan karena waktu pengukuran yang sangat singkat dan juga respon tubuh yang memiliki pengaturan terhadap keseimbangan antara asupan dan pengeluaran energi, yang berakibat ketidakseimbangan antara asupan dan pengeluaran energi dalam jangka waktu pendek dapat diatasi dan tidak terlalu berdampak pada status gizi orang tersebut (Pramadhan, 2016).

Pada penelitian ini juga dilakukan uji *odds ratio*, dimana *odds ratio* digunakan untuk menentukan apakah paparan tertentu merupakan faktor risiko. Pada penelitian ini, hasil yang didapatkan pada uji *odds ratio* adalah 1. Dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa pada penelitian ini, durasi *screen time* bukan merupakan faktor risiko dari kejadian gizi lebih pada anak usia 16-18 tahun di SMA Muhammadiyah 7 Surabaya.

Hal ini tidak sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Utami *et al* (2018), dimana didapatkan bahwa *screen time* merupakan faktor risiko dari kejadian gizi lebih. Hal ini dijelaskan bahwa semakin tinggi durasi *screen time*, semakin tinggi pula asupan energi yang masuk sehingga hal tersebut berkontribusi terhadap terjadinya gizi lebih (Utami *et al.*, 2018).

Namun, hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Malik *et al* (2020), dimana didapatkan bahwa *screen time* bukan merupakan faktor risiko dari kejadian gizi lebih. Hal ini disimpulkan bahwa penurunan aktivitas *screen time* hanya memberikan sedikit peningkatan pada aktivitas fisik, sehingga disimpulkan bahwa *screen time* bukan satu-satunya penyebab terjadinya gizi lebih (Malik *et al.*, 2020).