Jurnal Ilmiah
MANUSIA DAN KESEHATAN

Volume X, Nomor X, 2022

ISSN 2614-3151



Pengaruh Paparan Media Sosial Terhadap Risiko Obesitas Anak SD Di Kota Parepare

Influence of Social Media Use towards Obesity Risk of Elementry Students in Parepare City

Hilyatul Aulia [1], Haniarti[2], Sukmawati Thasim[3], Fitriani Umar[4], Nurlinda[5]

[1,2,3,4,5]Kesehatan Masyarakat, Universitas Muhammadiyah Parepare, Indonesia
e-mail: *hilyatulauliaaa204@gmail.com *haniarti.umpar@gmail.com *sukmawati.thasim@gmail.com *fitrah.gizi@gmail.com *nurlinda3101@gmail.com

ABSTRACT

Increasing social media use in children age school influences potentially eating habits, consumption pattern, and nutritional status. This research aims to analyze the influence of social media exposure towards eating habits for elementary students conducted at SD Negeri 85 Parepare in April–August 2025 involved 131 students especially grade IV and V. This study used a quantitative method with a cross-sectional design. The sampling technique used total sampling. Data was collected through a questionnaire and observation, then analyzed by using the Chi-Square test at the level significance α = 0.05. Research results shows that most of the respondents were in the low category social media exposure (78.6%), using TikTok and YouTube as main media (85.5%), as well as less pattern consumption (97.7%). Most of the respondents have normal nutritional status (48.9%), but there were still children with less nutrition (25.2%) and excess nutrition (26.0%), which shows the existence of double nutrition. A bivariate test showed that there is no connection significant between social media exposure with children eating habits (p = 0.261), as well as between eating pattern and children nutritional status (p = 0.297). Research conclusion was social media exmposure and eating habits has no relationship significantly with nutritional status and risk obesity of students. Therefore, it was needed necessary role of schools, teachers, and parents in increasing education nutrition, supervision of students food consumption, and habituation healthy life pattern for maintaining child nutritional status.

Keywords: social media, habits eating, pattern consumption, nutritional status, child obesity

PUBLISHED BY :
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Parepare
Address :
Jl. Jend. Ahmad Yani Km. 6, Lembah Harapan
Kota Parepare, Sulawesi Selatan.
Email :
jurnalmakes@gmail.com
Phone :
+62 853 3520 4999

Article history: (dilengkapi oleh admin)

Received Tanggal Bulan Tahun
Received in revised form Tanggal Bulan Tahun
Accepted Tanggal Bulan Tahun
Available online Tanggal Bulan Tahun

ABSTRAK

Meningkatnya penggunaan media sosial pada anak usia sekolah berpotensi mempengaruhi kebiasaan makan, pola konsumsi, dan status gizi. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh paparan media sosial terhadap kebiasaan makan serta pengaruh kebiasaan makan terhadap risiko obesitas pada siswa sekolah dasar. Penelitian dilakukan di SD Negeri 85 Parepare pada bulan April–Agustus 2025 dengan melibatkan 131 siswa khususnya kelas IV dan V. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross-sectional. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan observasi, kemudian dianalisis menggunakan uji Chi-Square pada tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kategori paparan media sosial rendah (78,6%), menggunakan TikTok dan YouTube sebagai media utama (85,5%), serta memiliki pola konsumsi kurang (97,7%). Sebagian besar responden memiliki status gizi normal (48,9%), namun masih terdapat anak dengan gizi kurang (25,2%) dan gizi lebih (26,0%), yang menunjukkan adanya masalah gizi ganda. Uji bivariat menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara paparan media sosial dengan kebiasaan makan anak ($p = 0,261$), maupun antara pola makan dengan status gizi anak ($p = 0,297$). Kesimpulan penelitian ini adalah paparan media sosial dan kebiasaan makan tidak berhubungan signifikan dengan status gizi maupun risiko obesitas pada siswa. Oleh karena itu, diperlukan peran sekolah, guru, dan orang tua dalam meningkatkan edukasi gizi, pengawasan konsumsi makanan anak, serta pembiasaan pola hidup sehat untuk menjaga status gizi anak.

Kata kunci: media sosial, kebiasaan makan, pola konsumsi, status gizi, obesitas anak

PENDAHULUAN

Obesitas kini menjadi salah satu masalah kesehatan masyarakat global yang mengalami peningkatan signifikan dalam beberapa dekade terakhir. World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa pada tahun 2022 terdapat sekitar 37 juta balita di dunia mengalami kelebihan berat badan, dengan hampir separuh kasusnya berada di kawasan Asia. Kondisi ini tidak hanya menimbulkan masalah gizi, tetapi juga berkontribusi terhadap 10,3% kematian global, di mana sekitar 2,8 juta jiwa meninggal setiap tahunnya akibat komplikasi terkait obesitas, menjadikannya penyebab kematian kelima terbesar di dunia (1)(2). Tren peningkatan ini tidak hanya terjadi di negara maju, tetapi juga merambah negara berkembang, dengan prevalensi yang terus meningkat pada kelompok anak-anak maupun remaja (3).

Di Indonesia, masalah obesitas anak semakin mengkhawatirkan. Survei Gizi Indonesia tahun 2022 menunjukkan bahwa prevalensi kelebihan berat badan pada anak mencapai 3,5%, dengan angka obesitas anak usia 5–19 tahun meningkat sepuluh kali lipat dalam empat dekade terakhir (4). Hal ini memperlihatkan adanya perubahan pola konsumsi masyarakat, termasuk anak-anak, yang semakin terpapar pada makanan cepat saji dan produk ultra-proses tinggi kalori. Penelitian juga menunjukkan bahwa konsumsi makanan cepat saji secara berlebihan dapat meningkatkan risiko obesitas pada anak hingga 30 kali lipat (28). Kondisi ini menggambarkan urgensi pencegahan obesitas sejak usia sekolah, mengingat dampaknya terhadap kualitas kesehatan generasi mendatang.

Secara regional, di Sulawesi Selatan prevalensi kelebihan berat badan pada anak sebesar 2,7% berdasarkan Survei Gizi Indonesia 2022, dan meningkat menjadi 3,9% menurut Survei Kesehatan Indonesia 2023. Sementara itu, di Kota Parepare angka obesitas anak lebih tinggi lagi, yaitu mencapai

7,0% (5). Masalah gizi ini erat kaitannya dengan pola makan yang tidak seimbang, gaya hidup sedentari, serta akses terhadap makanan bergizi yang masih terbatas. Faktor psikososial seperti rendahnya literasi gizi orang tua dan paparan iklan makanan melalui media digital juga memperparah situasi (6)(7).

Pada era digital saat ini, media sosial berperan penting dalam membentuk preferensi dan kebiasaan makan anak. Sebuah meta-analisis menemukan bahwa anak yang menghabiskan waktu lebih dari tiga jam sehari di depan layar memiliki risiko 2,4 kali lipat mengalami obesitas dibandingkan dengan mereka yang lebih sedikit terpapar (8). Paparan iklan makanan di media digital juga terbukti meningkatkan konsumsi produk tidak sehat, karena sekitar 75% produk yang dipasarkan kepada anak dikategorikan rendah gizi (6)(9). Anak usia 9–12 tahun sangat rentan terhadap pengaruh ini karena kemampuan kognitif mereka yang sedang berkembang sehingga mudah terpengaruh oleh lingkungan dan media (10). Penelitian lain menunjukkan bahwa meningkatnya durasi menonton layar berhubungan dengan rendahnya aktivitas fisik dan kualitas pilihan makanan, keduanya merupakan faktor penting dalam terjadinya obesitas (11).

Berdasarkan uraian tersebut, terlihat bahwa prevalensi obesitas anak terus meningkat baik secara global, nasional, regional, maupun lokal, dengan media sosial menjadi salah satu faktor baru yang berkontribusi terhadap pola makan anak. Kebaruan penelitian ini terletak pada analisis pengaruh paparan media sosial terhadap kebiasaan makan anak usia sekolah dasar, khususnya di Kota Parepare, yang hingga kini masih jarang diteliti. Oleh karena itu, tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis pengaruh paparan media sosial terhadap kebiasaan makan anak serta hubungannya dengan risiko obesitas di SD Negeri 85 Parepare.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross sectional study yang dilakukan untuk mengetahui pengaruh paparan media sosial terhadap risiko obesitas pada anak sekolah dasar. Lokasi penelitian dilaksanakan di SD Negeri 85 Kota Parepare, Sulawesi Selatan, dengan waktu pelaksanaan mulai April hingga Agustus 2025. Populasi penelitian mencakup seluruh siswa kelas IV dan V yang berjumlah 131 orang, terdiri dari 63 siswa kelas IV dan 68 siswa kelas V. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling sehingga jumlah sampel sama dengan populasi penelitian.

Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner terstruktur yang memuat 15 pertanyaan mengenai paparan media sosial, kebiasaan makan, aktivitas fisik, serta persepsi anak terkait konsumsi makanan. Selain itu, dokumentasi berupa foto juga digunakan sebagai pelengkap data. Data primer diperoleh langsung dari responden melalui kuesioner, sedangkan data sekunder diperoleh dari catatan sekolah dan pemantauan kesehatan siswa yang dilakukan oleh tenaga kesehatan setempat. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi tiap variabel dan bivariat menggunakan uji chi-square untuk menilai hubungan antara paparan media sosial dan risiko obesitas.

Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi serta uji statistik untuk menguji hipotesis penelitian.

HASIL

Penelitian ini dilakukan di SD Negeri 85 Parepare, Sulawesi Selatan. Sampel penelitian adalah seluruh siswa kelas 4 dan 5 yang berjumlah 131 orang dari total populasi yang sama (total sampling). Sumber data pada penelitian ini menggunakan data primer, yaitu data yang diperoleh langsung dari responden melalui kuesioner yang berisi 15 pertanyaan mengenai paparan media sosial, pola makan, serta persepsi dan kebiasaan makan anak. Selain itu, dilakukan pengukuran status gizi menggunakan Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U) sesuai standar WHO.

Hasil penelitian disajikan menggunakan dua uji analisis yaitu analisis univariat dan analisis bivariat. Analisis univariat digunakan untuk menentukan distribusi frekuensi dan persentase setiap variabel, yaitu gambaran paparan media sosial, kebiasaan makan, dan status gizi anak di SD Negeri 85 Parepare. Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui pengaruh antar variabel, yaitu pengaruh paparan media sosial terhadap kebiasaan makan anak serta pengaruh kebiasaan makan terhadap risiko obesitas anak.

Karakteristik Responden

Tabel 1. Karakteristik Responden Berdasarkan Umur dan Jenis Kelamin Responden di SD Negeri 85 Parepare

Karakteristik	n	%
Umur Responden		
9 Tahun	47	35.9
10 Tahun	55	42.0
11 Tahun	29	22.1
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	67	51.0
Perempuan	64	49.0
Total	**131**	**100.0**

Berdasarkan tabel 1 hasil survei terhadap 131 siswa di SD Negeri 85 Parepare, diperoleh gambaran karakteristik responden menurut kelompok umur. Jumlah terbanyak terdapat pada usia 10 tahun yaitu 55 responden (42,0%). Sementara itu, kelompok usia dengan jumlah terendah adalah 11 tahun sebanyak 29 responden (22,1%), diikuti oleh usia 9 tahun sebanyak 49 responden (35,9%). Jika ditinjau dari jenis kelamin, responden laki-laki menempati jumlah tertinggi yakni 67 orang (51%), sedangkan responden perempuan berjumlah 64 orang (49%).

Analisis Univariat

Tabel 2. Distribusi Paparan Media Sosial Anak di SD Negeri 85 Parepare

Karakteristik	n	%
Penggunaan media sosial		
Rendah	103	78.26
Tinggi	28	21.37

Jenis media sosial		
Tiktok dan Youtube	112	85.5
Instagram dan Facebook	15	11.5
Games	4	3.0
Paparan media sosial		
Tidak pernah	4	3.0
Kadang-kadang	93	71.0
Sering	34	26.0
Konten makanan		
Tertarik	14	10.70
Sangat tertarik	49	37.40
Tidak tertarik	47	35.87
Sangat tidak tertarik	21	16.03
Total	**131**	**100.0**

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat paparan media sosial rendah, yaitu sebanyak 130 orang (78,62%), sedangkan responden dengan tingkat paparan tinggi sebanyak 28 orang (21,37%).

Jika dilihat dari jenis media sosial yang paling sering digunakan oleh anak, mayoritas responden menggunakan TikTok dan YouTube, yaitu sebanyak 112 anak (85,5%). Selanjutnya, media sosial yang digunakan adalah Instagram dan Facebook, yaitu sebanyak 15 anak (11,5%). Adapun games online hanya digunakan oleh 4 anak (3,1%) sebagai media sosial, jumlah ini merupakan yang paling sedikit.

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa dari 131 responden yang diteliti, sebagian besar responden berada pada kategori kadang-kadang terpapar media sosial yaitu sebanyak 93 orang dengan persentase 71,0%, responden dengan kategori sering berjumlah 34 orang dengan persentase 26,0%, sedangkan responden yang menyatakan tidak pernah hanya 4 orang dengan presentase 3,1%.

Berdasarkan tabel diketahui bahwa dari 313 responden yang diteliti, sebagian besar responden berada pada kategori sangat tertarik konten makanan yaitu sebanyak 49 orang dengan persentase 37,40%, responden dengan kategori tidak tertaris berjumlah 47 orang dengan persentase 35,87%, sedangkan responden dengan kategori sangat tidak tertarik berjumlah 21 orang dengan presentase 26,03% dan responden yang menyatakan tidak tertarik hanya 14 orang dengan presentase 10,70%.

Tabel 3. Distribusi Pola Makan dan Aktifitas Fisik Terhadap Kebiasaan Makan Anak di SD Negeri 85 Parepare

Karakteristik	**n**	**%**
Tidak pernah	1	0.7
Kadang-kadang	66	50.4
Sering	64	48.9
Total	**131**	**100.0**

Berdasarkan tabel 3, dari total 131 responden diketahui bahwa mayoritas berada pada kategori pola makan *kadang-kadang* sebanyak 66 orang (50,4%). Sebanyak 64 responden (48,9%) termasuk dalam kategori sering, sedangkan hanya 1 responden (0,8%) yang menyatakan tidak pernah.

Tabel 4. Distribusi Persepsi dan Kebiasaan Makan Anak di SD Negeri 85 Parepare

Karakteristik	n	%
Setuju	84	64.1
Tidak setuju	47	35.9
Total	**131**	**100.0**

Berdasarkan tabel 4, dari 131 responden diketahui bahwa sebanyak 84 orang (64,1%) menyatakan setuju, sedangkan 47 orang (35,9%) menyatakan tidak setuju.

Tabel 5. Distribusi Satus Gizi Anak Berdasarkan IMT/U di SD Negeri 85 Parepare

Karakteristik	n	%
Kurang	33	25.2
Normal	64	48.9
Lebih	34	26.0
Total	**131**	**100.0**

Berdasarkan tabel 5 diketahui bahwa dari 131 anak yang menjadi responden, sebagian besar memiliki status gizi normal, yaitu sebanyak 64 anak (48,9%). Sementara itu, terdapat 33 anak (25,2%) dengan status gizi kurang, dan 34 anak (26,0%) dengan status gizi lebih.

Tabel 6. Distribusi Pola Konsumsi Makan Anak di SD Negeri 85 Parepare

Dihitung Dari *Food Frequency*

Karakteristik	n	%
Cukup	3	2.3
Kurang	128	97.7
Total	**131**	**100.0**

Berdasarkan tabel 6, dari 131 responden diketahui bahwa mayoritas anak memiliki pola konsumsi makanan yang termasuk kategori kurang, yaitu sebanyak 128 orang (97,7%). Hanya 3 anak (2,3%) yang tercatat memiliki pola konsumsi cukup.

Analisis Bivariat

Tabel 7. Hubungan Paparan Media Sosial Terhadap Kebiasaan Makan pada Anak di SD Negeri 85 Parepare

Paparan Media Sosial	Pola Konsumsi						*p*-Value α=00,
	Cukup		Kurang		Total		
	n	%	n	%	n	%	
Rendah	2	1.5	101	77.1	103	78.6	**0.261**
Tinggi	1	0.8	27	20.6	28	21.4	
Total	**3**	**2.3**	**128**	**97.7**	**131**	**100.0**	

Berdasarkan tabel 7 diketahui bahwa dari 131 responden, sebagian besar anak berada pada kelompok dengan paparan media sosial rendah, yaitu sebanyak 106 responden (78,6%), dengan 2 anak (1,5%) memiliki pola konsumsi cukup dan 101 anak (77,1%) memiliki pola konsumsi kurang. Pada kelompok dengan paparan media sosial tinggi terdapat 28 responden (21,4%), dengan 1 anak (0,8%) memiliki pola konsumsi cukup dan 27 anak (20,6%) memiliki pola konsumsi kurang.

Hasil uji statistik Chi-Square menunjukkan nilai p-value = 0,261 dengan taraf signifikansi α = 0,05. Karena nilai p (0,261) lebih besar dari α (0,05), maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara paparan media sosial dengan kebiasaan makan anak. Dengan demikian, hipotesis nol (H_0) diterima dan hipotesis alternatif (H_1) ditolak.

Tabel 8. Hubungan Antara Pengaruh Kebiasaan Makan Anak Terhadap Risiko Obesitas pada Anak di SD Negeri 85 Parepare

Pola Konsumsi	Status Gizi								*p*-Value α=00,
	Kurang		Normal		Lebih		Total		
	n	%	n	%	n	%	n	%	
Cukup	1	0.8	1	0.8	1	0.8	3	2.4	**0.297**
Kurang	32	24.4	63	48.1	33	25.2	128	97.6	
Total	**33**	**25.2**	**64**	**48.8**	**34**	**26**	**131**	**100**	

Berdasarkan tabel 8, mayoritas responden memiliki pola konsumsi makan yang tergolong kurang, yaitu sebanyak 128 anak (97,6%), sedangkan hanya 3 anak (2,4%) yang memiliki pola konsumsi cukup. Untuk status gizi, hampir separuh responden berada pada kategori gizi normal, yakni 64 anak (48,8%). Namun, masih ditemukan 34 anak (26,0%) dengan gizi lebih (berisiko obesitas) dan 33 anak (25,2%) dengan gizi kurang. Meskipun sebagian besar anak dengan pola konsumsi kurang berada pada kategori gizi normal (48,1%), tetap terdapat persentase yang cukup besar pada kelompok gizi lebih (25,2%) maupun gizi kurang (24,4%).

Hasil uji statistik Chi-Square menunjukkan nilai p-value = 0,297 dengan taraf signifikansi α = 0,05. Karena nilai p (0,297) lebih besar dari α (0,05), maka dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan makan dengan risiko obesitas pada anak di SD Negeri 85 Parepare.

PEMBAHASAN

Pengaruh Paparan Media Sosial Terhadap Kebiasaan Makan Anak Sekolah Dasar

Media sosial merupakan platform digital yang memberikan kesempatan bagi penggunanya untuk berkomunikasi, berbagi informasi, serta membangun relasi secara online. Tingginya intensitas paparan terhadap konten media sosial berpotensi memengaruhi pola makan anak-anak, baik ke arah positif maupun negatif (12).

Namun, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan signifikan antara paparan media sosial dengan kebiasaan makan siswa sekolah dasar. Hal ini menandakan bahwa meskipun media sosial sering digunakan sebagai sarana hiburan dan sumber informasi, tingkat paparan terhadapnya tidak secara langsung menentukan pola konsumsi makan anak.

Temuan ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kurniawati et al. (2021) yang menyebutkan bahwa media sosial dapat menjadi sarana informasi terkait makanan, tetapi tidak selalu berdampak nyata terhadap perubahan perilaku makan anak karena keputusan konsumsi lebih banyak dipengaruhi oleh orang tua dan lingkungan terdekat. Selain itu, UNICEF (2021) menekankan bahwa pola makan anak-anak terutama dibentuk oleh akses pangan keluarga, edukasi gizi dari orang tua, dan kondisi sosial ekonomi, bukan hanya dari informasi media digital.

Disisi lain, beberapa penelitian menunjukkan bahwa media sosial dapat memberikan pengaruh jika anak memiliki intensitas penggunaan tinggi dan terpapar iklan makanan cepat saji atau minuman manis. Misalnya, sebuah studi oleh Tatlow-Golden & Garde (2020) menyatakan bahwa iklan makanan tidak sehat di media digital berhubungan dengan peningkatan preferensi anak terhadap makanan tinggi gula, garam, dan lemak. Namun, pada penelitian ini, hubungan tersebut tidak terbukti signifikan, kemungkinan karena mayoritas responden berada pada kategori paparan rendah.

Meskipun demikian, perlu dicatat bahwa ketertarikan tinggi terhadap konten makanan pada platform seperti TikTok dan YouTube tetap berpotensi memengaruhi preferensi makanan anak dalam jangka panjang. Anak-anak cenderung lebih mudah terpengaruh oleh visualisasi makanan yang menarik, promosi selebritas atau influencer, serta tren makanan yang sedang populer. Oleh karena itu, jika tidak ada pengawasan dari orang tua maupun edukasi gizi yang tepat, paparan media sosial dapat berkontribusi terhadap perubahan preferensi konsumsi yang kurang sehat.

Dengan demikian, hasil penelitian ini menegaskan bahwa paparan media sosial bukanlah faktor tunggal yang menentukan kebiasaan makan anak sekolah dasar. Intervensi yang lebih efektif untuk membentuk kebiasaan makan sehat pada anak adalah melalui edukasi gizi kepada orang tua, penyediaan makanan sehat di rumah dan sekolah, serta pengawasan terhadap konten digital yang dikonsumsi anak.

Pengaruh Kebiasaan Makan Anak Terhadap Risiko Obesitas Anak Sekolah Dasar

Hasil penelitian juga memperlihatkan bahwa kebiasaan makan anak tidak memiliki hubungan signifikan dengan status gizi mereka. Fenomena ini menunjukkan bahwa obesitas tidak hanya ditentukan oleh pola konsumsi, tetapi juga dipengaruhi oleh berbagai faktor lain, seperti aktivitas fisik, faktor genetik, maupun lingkungan. Studi di Manado dan Sidoarjo sebelumnya menemukan bahwa konsumsi fast food dan makanan tinggi kalori berhubungan erat dengan obesitas anak (13)(14). Akan tetapi, pada penelitian ini hubungan tersebut tidak terlihat jelas, kemungkinan karena faktor aktivitas fisik atau metabolisme tubuh yang berperan menyeimbangkan energi pada sebagian anak.

Walaupun mayoritas responden memiliki pola konsumsi yang kurang, banyak dari mereka tetap berada pada kategori gizi normal. Kondisi ini sesuai dengan teori multifaktor penyebab obesitas, di mana keseimbangan energi dipengaruhi oleh interaksi antara asupan makanan, pengeluaran energi, serta faktor fisiologis individu. Hal ini mempertegas bahwa intervensi untuk mencegah obesitas tidak cukup hanya menekankan pada perbaikan kebiasaan makan, tetapi juga harus mencakup promosi aktivitas fisik, regulasi lingkungan, serta keterlibatan orang tua dalam mendukung perilaku hidup sehat anak.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SD Negeri 85 Parepare dapat disimpulkan bahwa paparan media sosial tidak terbukti berhubungan dengan kebiasaan makan anak, demikian pula kebiasaan makan tidak menunjukkan kaitan langsung dengan status gizi maupun risiko obesitas pada siswa sekolah dasar. Hal ini menunjukkan bahwa perilaku konsumsi anak lebih dipengaruhi oleh faktor lain seperti pengawasan orang tua, ketersediaan makanan sehat, kondisi lingkungan, serta aktivitas fisik yang dilakukan sehari-hari. Oleh karena itu, sekolah diharapkan berperan aktif dalam meningkatkan edukasi gizi melalui kegiatan pembiasaan pola makan sehat, penyuluhan, serta pengawasan jajanan di lingkungan sekolah. Orang tua juga perlu memberikan perhatian khusus dengan mengontrol penggunaan media sosial anak, membiasakan penyediaan makanan bergizi di rumah, dan membekali anak dengan makanan sehat ke sekolah. Untuk pengembangan penelitian selanjutnya, disarankan agar memperluas variabel dengan memasukkan faktor aktivitas fisik, pengaruh lingkungan, maupun peran teman sebaya, serta menggunakan metode longitudinal agar dapat memberikan gambaran yang lebih komprehensif mengenai dampak jangka panjang paparan media sosial dan kebiasaan makan terhadap status gizi anak.

DAFTAR PUSTAKA

1. Tsani AFA, Dieny FF, Pratiwi ZA. Perbedaan ketersediaan makanan dan lingkungan rumah pada anak obesitas dan tidak obesitas. AcTion Aceh Nutr J. 2022;7(1):26.
2. Sumarni S, Bangkele EY. Persepsi Orang Tua, Guru Dan Tenaga Kesehatan Tentang Obesitas Pada Anak Dan Remaja. Heal Tadulako J (Jurnal Kesehat Tadulako). 2023;9(1):58–64.
3. Saraswati SK, Rahmaningrum FD, Pahsya MNZ, Paramitha N, Wulansari A, Ristantya AR, et al. Literature Review : Faktor Risiko Penyebab Obesitas. Media Kesehat Masy Indones. 2021;20(1):70–4.
4. Khoirunnisa T, Kurniasari R. Pengaruh Edukasi Melalui Media Pada Kejadian Overwight Dan Obesitas : Literature Review. PREPOTIF J Kesehat Masy. 2022;6(2):1212–7.
5. Coleman PC, Hanson P, van Rens T, Oyebode O. A rapid review of the evidence for children's TV and online advertisement restrictions to fight obesity. Prev Med Reports [Internet]. 2022;26:101717. Available from: https://doi.org/10.1016/j.pmedr.2022.101717
6. Anggiruling DO, Ekayanti I, Khomsan A. Factors Analysis of Snack Choice, Nutrition Contribution and Nutritional Status of Primary School Children. Media Kesehat Masy Indones. 2019;15(1):81–90.
7. De Amicis R, Mambrini SP, Pellizzari M, Foppiani A, Bertoli S, Battezzati A, et al. Ultra-

processed foods and obesity and adiposity parameters among children and adolescents: a systematic review. Eur J Nutr [Internet]. 2022;61(5):2297–311. Available from: https://doi.org/10.1007/s00394-022-02873-4

8. Annisaa S, Dewi YLR, Pamungkasari EP. Meta-Analysis: The Effect of Screen Time and Fast-Food Intake on Obesity in Children and Adolescents. J Heal Promot Behav [Internet]. 2021;6(3):164–75. Available from: https://thejhpb.com/index.php?journal=thejhpb&page=article&op=view&path%5B%5D=327&path%5B%5D=193

9. Anggun C, Anjana S, S ACD. Pengaruh Media Sosial Terhadap Pola Makan Anak Kelompok A. 2023;

10. Julita S, Neherta M, Yeni F. Promosi Kesehatan Keluarga dalam Pencegahan Obesitas pada Anak Usia 6-12 Tahun. J Penelit Kesehat Suara Forikes. 2021;12(1):9–17.

11. Paduano S, Greco A, Borsari L, Salvia C, Tancredi S, Pinca J, et al. Physical and sedentary activities and childhood overweight/obesity: A cross-sectional study among first-year children of primary schools in modena, italy. Int J Environ Res Public Health. 2021;18(6):1–13.

12. Jihad FF, Paradhiba M, Is JM, Duana M. Pengaruh Media Sosial Terhadap Preferensi Makanan Sehat dan Bergizi Pada Remaja : Studi di Kalangan Siswa SMA The Influence of Social Media on Adolescents ' Healthy and Nutritious Food Preferences : A Study Among High School Students. 2024;10(1):22–32.

13. Rahmawati E. Pengaruh Pola Makan terhadap Risiko Obesitas pada Anak Sekolah Dasar. VAKSIN J Ilmu Kesehat dan Kedokt [Internet]. 2024;1(1):7–12. Available from: https://ejournal.almusthofa.org/index.php/vaksin/article/view/99

14. Baithesda, Schu JA, Mandagi AA. Indeks massa tubuh, fast food , obesitas, siswa, usia sekolah C. Nurs Updat [Internet]. 2023;14(4):163–8. Available from: https://stikes-nhm.e-journal.id/NU/index%0AArticle