

# HUBUNGAN BERMAIN *GAME ONLINE* DENGAN KETAJAMAN PENGLIHATAN PADA REMAJA DI SMP MUHAMMADIYAH 06 WULUHAN KABUPATEN JEMBER

Ponco Puspita Dewi<sup>1</sup>, Nikmatur Rohmah<sup>2</sup>, Zuhrotul Eka Yulis<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Mahasiswa Program Studi S1 Keperawatan

<sup>2</sup>Dosen S1 Keperawatan

Program Studi S1 Keperawatan Fikes Universitas Muhammadiyah Jember

E-mail: [poncopuspita22@gmail.com](mailto:poncopuspita22@gmail.com)

## Abstract

*Playing online games is playing a game which is in a form of internet-connected games, unlimited by the equipment used, as long as it is connected to internet. One of the negative impacts we can get from playing online games is it can affect the function of sight sharpness. The objective of the research is to know the correlation between playing online games with the sight sharpness of teenagers using cross sectional correlational approach. The population of this research is teenagers aged 13-15 in SMP Muhammadiyah 06 Wuluhan Jember in amount of 156 respondents and the sample in amount of 112 respondents. Sample taking technique is using proportional random sampling. The result of the research shows that the highest total for playing online games category is in amount of 64 people (57,1%) and highest total of normal sight sharpness is in amount of 96 (85,7%). Statistical test using spearman rho test ( $\alpha = 0,05$ ). The results obtained  $p = 0.006$  which means  $p < 0.05$ . With a value of  $r = 0.257$ . The results of this study state that  $H_1$  is accepted, which means there is a relationship playing online games with visual acuity in adolescents at Muhammadiyah Middle School 06 Wuluhan, Jember Regency. This relationship is positive or unidirectional which means that the more excessive playing online games, the better the sharpness of vision. With the closeness value of the relationship or  $r$  is weak. So that it is expected that parents, health workers and teachers can provide education and understanding of the positive and negative impacts of online games.*

*Keywords: playing online games, sight sharpness*

## Abstrak

*Bermain Game online merupakan suatu bentuk permainan yang menghubungkan melalui jaringan internet, tidak terbatas pada perangkat yang digunakan, asal terhubung dengan jaringan internet. Salah satu dampak negatif yang ditimbulkan dari bermain game online adalah dapat mempengaruhi fungsi ketajaman penglihatan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan bermain game online dengan ketajaman penglihatan pada remaja dengan desain korelasional pendekatan cross sectional. Populasi penelitian ini adalah remaja usia 13-15 tahun di SMP Muhammadiyah 06 Wuluhan Kabupaten Jember sebanyak 156 orang*

dengan sampel 112 responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan *proportional random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan jumlah terbesar adanya kategori sedang dalam bermain *game online* sebanyak 64 orang (57,1%) dan jumlah terbesar ketajaman penglihatan normal sebanyak 96 (85,7%). Uji statistik menggunakan uji *spearman rho* ( $\alpha=0,05$ ). Hasil yang didapat  $p = 0,006$  yang berarti  $p < 0,05$ . Dengan nilai  $r = 0,257$ . Hasil penelitian ini menyatakan bahwa  $H_1$  diterima, yang artinya ada hubungan bermain *game online* dengan ketajaman penglihatan pada remaja di SMP Muhammadiyah 06 Wuluhan Kabupaten Jember. Hubungan ini bersifat positif atau searah yang artinya semakin berlebihan bermain *game online* maka ketajaman penglihatan semakin terganggu. Dengan nilai keeratan hubungan atau  $r$  adalah lemah. Sehingga diharapkan para orangtua, tenaga kesehatan dan para guru dapat memberikan edukasi dan pemahaman mengenai dampak positif dan negatif *game online*.

Kata kunci : bermain *game online*, ketajaman penglihatan

## PENDAHULUAN

*Game online* adalah suatu bentuk permainan yang dihubungkan melalui jaringan internet. *Game online* tidak terbatas pada perangkat yang digunakan, *game online* bisa dimainkan di komputer, laptop dan perangkat lainnya, asal gadget tersebut terhubung dengan jaringan internet (Aji, 2012 dalam Harahap, 2013).

Penggunaan *game online* banyak diminati oleh anak sekolah, termasuk kalangan remaja, karena mereka memiliki banyak waktu luang. Dalam masa perkembangan remaja terdapat perubahan sosial yang penting, yakni mencakup meningkatnya pengaruh teman sebaya (*peer group*), pola perilaku sosial yang lebih matang, pembuatan kelompok sosial yang baru

dan munculnya nilai-nilai baru dalam memilih teman dan pemimpin serta nilai dalam penerimaan sosial (Krori, 2011 dalam Herlina, 2013).

Studi yang dilakukan *American Optometric Association* (AOA) menyebutkan bahwa radiasi dari pancaran monitor komputer maupun layar telepon genggam dapat menyebabkan kelelahan mata dan gangguan mata lainnya seperti pandangan menjadi kabur atau dapat disebut gangguan ketajaman penglihatan (Suryadi, 2016 dalam Andriyani, 2017).

Hasil survei menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskerdas) Nasional tahun 2013 yang dilakukan secara nasional di 33 provinsi menunjukkan bahwa prevalensi penurunan ketajaman penglihatan (*severe low vision*) penduduk umur 6

tahun keatas secara nasional sebesar 0,9 persen.

Anak-anak yang berusia di bawah 15 tahun menurut WHO (2012) diperkirakan sebanyak 19 juta mengalami gangguan penglihatan dan 12 juta di antaranya disebabkan oleh kelainan ketajaman penglihatan, suatu kondisi yang seharusnya mudah untuk didiagnosis dan diperbaiki. Oleh karena itu, diperlukan adanya deteksi dini kelainan ketajaman penglihatan pada usia sekolah agar dapat ditemukan kasus kelainan ketajaman penglihatan secara dini pada populasi yang memiliki gejala. Gejala dan tanda kelainan ketajaman penglihatan mata antara lain mata berair, mata silau, penglihatan berkurang perlahan-lahan, melihat benda halus terbang, bentuk benda yang dilihat berubah, nyeri pada mata, sakit kepala, dan mata cepat lelah saat membaca (Ilyas, 2001 dalam Fauzi, 2016).

Tujuan pada penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan bermain *game online* dengan ketajaman penglihatan pada remaja di SMP Muhammadiyah 06 Wuluhan Kabupaten Jember.

Penelitian ini diharapkan menjadi media informasi petugas kesehatan, institusi pebidikan dan orangtua dalam memberikan pemahaman mengenai dampak baik buruknya bermain *game online*.

## **MATERIAL DAN METODE**

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *korelasional* dengan pendekatan *Cross Sectional*. Rancangan *cross sectional* merupakan rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan pada saat bersamaan (sekali waktu) antara faktor risiko atau paparan dengan penyakit (Hidayat, 2009). Alat ukur yang digunakan menggunakan kuosioner untuk variable bermain *game online* dan menggunakan *snellen chart* untuk variabel ketajaman penglihatan. Sampel adalah remaja usia 13-14 tahun sebanyak 112 responden dengan menggunakan *proportional random sampling*.

Tempat pengambilan data untuk penelitian dilakukan di SMP Muhammadiyah 06 Wuluhan Kabupaten Jember. Waktu penelitian dilaksanakan pada bulan Juni-Juli 2018.

Analisis data pada penelitian ini menggunakan uji statistik *spearman rho*. *Spearman rho* digunakan apabila data yang dikumpulkan data ordinal atau dapat diurutkan (Yusuf, 2014). Untuk menguji hipotesa hubungan antara dua variabel. Pada penelitian ini ditemkna tingkat kemaknaan ( $\alpha$ ) 5% (0.05). uji ini digunakan untuk melihat hubungan bermain *game online* dengan ketajaman penglihatan.

## HASIL

### 1. Data umum

Pada penelitian ini didapatkan usia responden yang ada di SMP Muhammadiyah 06 Wuluhan Jember sebagian besar usia 14 tahun sebanyak 59 responden dengan persentase 52,7%, jenis kelamin pada responden terbanyak adalah laki-laki sebanyak 63 responden dengan persentase 56,2%, alasan bermain terbanyak adalah stress hilang sebanyak 75 resoonden dengan persentase 67%, alat yang digunakan terbanyak adalah Hp sebanyak 69 responden dengan persentase 61,6%.

### 2. Data khusus

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Bermain *Game Online* Pada Remaja di SMP Muhammadiyah 06 Wuluhan Kabupaten Jember Juni 2018 (n=112).

Bermain <i>Game Online</i>	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	22	19,6
Sedang	64	57,1
Berlebihan	26	23,2
Total	112	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar remaja bermain *game online* dalam kategori kategori sedang dengan perentase 57,1%.

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Ketajaman Penglihatan Pada Remaja Di SMP Muhammadiyah 06 Wuluhan Kabupaten Jember Juni 2018 (n=112)

Ketajaman Penglihatan	Frekuensi	Persentase (%)
Normal	96	85,7
Gangguan	16	14,3
Total	112	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar remaja memiliki ketajaman penglihatan normal dengan persentase 85,7%.

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Hubungan Bermain *Game Online* Dengan Ketajaman Penglihatan di

SMP Muhammadiyah 06 Wuluhan  
Kabupaten Jember Juni 2018  
(n=112).

	Normal		Gangguan		Total		P valu e	r
	n	%	n	%	n	%		
Bermain Game Online	Normal	26	23,2	0	0	26	23,2	0,006   0,257
	Sedang	54	48,2	10	8,9	64	57,1	
	Berlebi han	16	14,3	6	5,4	22	19,6	
Total		96	85,7	16	14,3	112	100	

Berdasarkan tabel diatas merupakan hasil dari korelasi bermain *game online* dengan ketajaman penglihatan pada remaja dengan menggunakan uji *Spearman Rho* hasil yang didapat  $p=0,006$  yang berarti  $p < 0,05$ . Dengan nilai  $r=0,257$ . Hasil penelitian ini menyatakan bahwa  $H_1$  diterima, yang artinya ada hubungan bermain *game online* dengan ketajaman penglihatan pada remaja di SMP Muhammadiyah 06 Wuluhan Kabupaten Jember. Hubungan bersifat positif atau searah yang artinya semakin berlebihan bermain *game online* maka ketajaman penglihatan juga semakin terganggu. Dengan nilai keeratan hubungan atau  $r$  adalah lemah.

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitan yang dilakukan pada seluruh sampel yang berjumlah 112 responden

diketahui bahwa sebagian besar remaja di SMP Muhammadiyah 06 Wuluhan bermain *game online* dalam kategori sedang sebanyak 64 responden (57,1%), kategori berlebihan sebanyak 22 orang (19,6%) dan kategori normal sebanyak 26 responden (23,2%).

Peneliti menyimpulkan bahwa semua anak telah terpapar *game online*, walupun dengan tingkat frekuensi dan durasi yang berda-beda. Menurut Haqq (2016) frekuensi adalah seberapa sering seseorang melakukan aktivitas bermain *game online* (dalam bentuk frekuensi seperti sekali, dua kali, tiga kali) dan seterusnya dalam kurun waku yang ditentukan. Dan durasi menurut Houghton *et al.* (2015) dalam Pramadhan (2016) merupakan durasi yang dihabiskan untuk kegiatan di depan layar seperti menonton televisi, menggunakan komputer, laptop, *handphone* dan bermain *video game*. Menurut Rudhiati dkk (2015) terdapat beberapa tipe gamer, yaitu *Low frequency gamer* adalah *gamer* yang bermain kurang dari satu jam perhari. *High frequency gamer* adalah *gamer* yang bermain lebih dari 7 jam perminggu. *Heavy*

*frequency gamer* adalah *gamer* yang bermain lebih dari 2 jam sehari atau lebih dari 14 jam seminggu. Itu artinya dari hasil penelitian yang diperoleh sebagian besar atau bahkan semuanya pernah bermain *game online* dan hal ini dapat mengarah kepada perilaku kecanduan.

Berdasarkan hasil pengukuran ketajaman penglihatan kepada 112 responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki ketajaman penglihatan normal yaitu sebanyak 96 responden (85,7%). Sedangkan sisanya mengalami gangguan ketajaman penglihatan sebanyak 16 responden (14,3%). Tingkat kejadian gangguan ketajaman penglihatan pada remaja di SMP Muhammadiyah ini menunjukkan bahwa belum terdapat prevalensi gangguan ketajaman yang tinggi. Ada beberapa faktor yang dapat mempengaruhi derajat ketajaman penglihatan seseorang diantaranya *pertama*, faktor keturunan. Terdapat pendapat dari Arianti, (2013) yang mengatakan beberapa penelitian menunjukkan faktor resiko keturunan adalah faktor terpenting yang menyebabkan miopia. Orangtua yang miopia

cenderung memiliki anak miopia, penelitian Goss menyebutkan, prevalensi miopia 33%-60% pada anak dengan kedua orangtua miopia, pada anak yang memiliki salah satu orangtua miopia prevalensinya 23-40%, dan hanya 6-15% anak mengalami miopia yang tidak memiliki orangtua miopia. Namun tidak sejalan dengan penelitian Sofiani dan Puspita (2015) yang mengatakan bahwa hubungan antara status parenatal atau keturunan dengan derajat miopia remaja, diperoleh nilai  $p=0,134$ . Karena  $p(0,134) > \alpha(0,05)$  maka  $H_0$  diterima. Kesimpulannya adalah tidak ada hubungan antara status parenatal atau keturunan dengan derajat miopia remaja. *Kedua*, aktivitas di luar ruangan. Sebuah hipotesis yang dapat diterima secara luas adalah paparan cahaya yang terang akan menstimulasi pelepasan dopamin yang dapat menghambat elongasi bola mata (French, Ashaby, Morgan, & Rose, 2013) dalam (Ardiani, 2014). Sinar matahari dapat membantu sintesis vitamin D dari pro vitamin D yang ada di dalam tubuh (Mutti, 2013) dalam (Ardiani, 2014). Terdapat mekanisme lain

yang mendukung aktivitas di luar ruangan sebagai faktor protektif yaitu meningkatnya *depth of focus* dan kejernihan retina yang menyebabkan konstriksi pupil karena intensitas cahaya yang tinggi dan berkurangnya permintaan untuk melihat jarak dekat saat berada di luar ruangan. Semakin tinggi intensitas cahaya, tingkat perlindungan terhadap miopia juga semakin meningkat (Ramamurthy et al., 2015) dalam (Ardiani, 2014). *Ketiga*, jarak membaca. Hasil penelitian oleh Dennis R. Ankrum (2006) dalam (Andriyani, 2017) menyatakan bahwa ketika melihat obyek pada jarak dekat, lensa mata akan menebal pada fokus pada sasaran yang dekat. Jika mata melihat obyek yang dekat dalam waktu yang lama akan menyebabkan ketegangan otot siliar sehingga menyebabkan kelelahan pada mata (Permana, Koesyanto & Mardiana, 2014). *Occupational Safety and Health Administration* (OSHA) telah merekomendasikan bahwa jarak menatap layar komputer yang dianjurkan yaitu 20-40 inch atau sekitar 50 cm atau terletak dibawah garis horisontal saat mata memandang lurus setinggi 15 sampai

20 cm. Seluruh tampilan layar harus ditempatkan sedemikian rupa sehingga akan membentuk sudut pandang lebih dari 60 derajat (Akinbinu & Mashalla, 2014) dalam (Andriyani, 2017). Pada hasil penelitian ditemukan bahwa remaja yang bermain game online dengan jarak pandang antara mata dengan monitor adalah <50 cm adalah paling banyak sering melakukan, yaitu 65 responden (58%).

Faktor pencahayaan dalam penelitian ini dalam hal apakah responden menggunakan layar pada monitor terlalu terang atau terlalu redup saat bermain *game online* yang paling banyak adalah menjawab jarang melakukan, yaitu sebesar 42 responden (37,5%). Dan didukung oleh hasil penelitian dari Sofiani dan Puspita (2015) bahwa tidak ada hubungan antara kondisi penerangan dengan derajat miopia remaja.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan dengan menggunakan uji *Spearman rho* didapatkan hasil p value  $0,006 < 0,05$  dan nilai  $r = 0,257$  yang artinya ada hubungan antara bermain *game online* dengan ketajaman penglihatan pada remaja di SMP Muhammadiyah 06

Wuluhan. Hubungan ini bersifat positif lemah. Ditinjau dari hasil tersebut peneliti berpendapat bahwa adanya perilaku bermain *game online* dengan kategori sedang berpengaruh terhadap ketajaman penglihatan pada remaja yang sebagian besar memiliki visus normal (6/6). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin berlebihan dalam bermain *game online*, maka akan semakin mengakibatkan gangguan terhadap ketajaman penglihatan. Begitu pula sebaliknya, semakin lebih jarang bermain *game online*, maka ketajaman penglihatan semakin tidak terganggu atau normal. Hal ini disebabkan adanya pancaran sinar radiasi yang terlalu lama dan sering dapat mempengaruhi fungsi penglihatan kita. Apalagi jika tidak menggunakan pencahayaan yang benar, seperti terlalu terang atau terlalu redup. Menurut Vaughan & Asbury (2000) dalam Ernawati (2015) saat pencahayaan terasa kurang oleh mata, maka mata akan berakomodasi lebih kuat untuk melihat benda.

Namun didalam hasil penelitian didapatkan hubungan ini bersifat lemah. Hal ini menunjukkan bahwa

bermain *game online* berpengaruh minimal terhadap ketajaman penglihatan. Ketajaman penglihatan dipengaruhi oleh banyak faktor. Seperti pada penelitian Hutami dan Wulandari (2014) bahwa terdapat kecenderungan anak dengan durasi menonton televisi lebih dari satu jam, setiap hari serta bermain di luar ruangan kurang dari 2 jam sehari untuk mengalami penurunan tajam penglihatan. Dan tidak terdapat kecenderungan bahwa kebiasaan bermain game, kebiasaan posisi membaca tidak duduk, dan anggota keluarga yang menggunakan kacamata korektif berpengaruh terhadap penurunan tajam penglihatan. Adapun juga pada penelitian Ernawati (2015) Tidak ada pengaruh antara frekuensi lamanya menggunakan gadget terhadap penurunan tajam penglihatan pada anak usia sekolah (6-12 tahun) di SD Muhammadiyah 2 Pontianak Selatan tahun 2014. Ada pengaruh antara posisi dan intensitas pencahayaan saat menggunakan gadget terhadap penurunan tajam penglihatan pada anak usia sekolah (6-12 tahun) di SD Muhammadiyah 2 Pontianak Selatan tahun 2014. Namun hal ini tidak

sejalan dengan penelitian Andriyani (2017) bahwa terdapat hubungan antara durasi bermain video game dengan ketajaman nilai visus mata pada anak usia sekolah di SD Negeri Pucangan 03 Kartasura Sukoharjo.

Dari hasil penelitian didapatkan 16 responden (14,3%) yang memiliki gangguan ketajaman penglihatan. Diantaranya gangguan ketajaman yang dialami responden dari yang paling ringan adalah 6/7,5 dan yang paling berat adalah 6/9. Mereka diantaranya terdiri dari 10 responden dengan kategori bermain *game online* sedang dan 6 orang dengan kategori bermain *game online* berlebihan. Penurunan ketajaman penglihatan yang dialami siswa-siswi SMP Muhammadiyah 06 Wuluhan Jember ini masih tergolong ringan. Hal ini masih bias dicegah tentu dengan perilaku yang baik. Seperti tidak berada di depan layar monitor terlalu lama. Mencegah dari segala bentuk aktivitas yang dapat mengakibatkan gangguan ketajaman penglihatan. Mengingat status responden sebagai seorang pelajar tentu hal tersebut dapat menghambat proses belajarnya.

## SIMPULAN DAN SARAN

### Simpulan

Berdasarkan hasil analisis hubungan bermain *game online* dengan ketajaman penglihatan pada remaja di SMP Muhammadiyah 06 Wuluhan Kabupaten Jember dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Bermain *game online* pada remaja di SMP Muhammadiyah 06 Wuluhan Kabupaten Jember sebagian besar dengan kategori sedang.
2. Ketajaman penglihatan pada remaja di SMP Muhammadiyah 06 Wuluhan Kabupaten Jember sebagian besar normal.
3. Ada hubungan bermain *game online* dengan ketajaman penglihatan pada remaja di SMP Muhammadiyah 06 Wuluhan Kabupaten Jember.

### Saran

Hasil penelitian yang telah dilakukan disarankan kepada:

#### 1. Responden (Remaja usia 13-15 tahun)

Penelitian ini disarankan bagi remaja untuk tidak bermain *game online* terlalu sering, Manfaatkanlah waktu dengan

sebaik mungkin dengan mengisi hal-hal yang positif.

## 2. Keluarga

Penelitian ini disarankan bagi keluarga untuk dapat memberikan perhatian serta kasih sayangnya dalam mendidik anaknya. Bukan hanya kebutuhan materilnya saja yang harus dipenuhi, namun ada hal lain yang jauh lebih penting yaitu memberikan perhatian.

## 3. Tenaga kesehatan

Penelitian ini disarankan bagi tenaga kesehatan untuk lebih aktif, inovatif, komunikatif, dan kreatif dalam memberikan pendidikan kesehatan tentang bermain *game online* yang terlalu berlebihan dan dampak buruk pada kesehatan remaja.

## 4. Institusi pendidikan

Pihak sekolah dan guru juga diharapkan juga turut mempedulikan masalah ini. Karena jika terus dibiarkan anak-anak yang sudah mengalami kecanduan *game online* akan mempengaruhi terhadap proses belajarnya

disekolah. Anak mungkin akan malas belajar, prestasi siswa menurun, mengantuk di kelas akibat sering begadang, dll.

## 5. Peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan informasi dan menambah sumber informasi untuk melakukan penelitian selanjutnya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Andriyani, A. (2017). Hubungan Antara Durasi Bermain Video Game Dengan Ketajaman Nilai Visus Mata Pada Anak Usia Sekolah Di SD Negeri Pucangan 03 Kartasura Sukoharjo. *skripsi*.
- Ardiani, N. D. (2018). Hubungan Faktor Keturunan, Aktivitas Jarak Dekat Dan Aktivitas Di Luar Ruangan Dengan Kejadian Miopia Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung Angkatan 2014. *skripsi*.
- Arianti, M. P. (2013). Hubungan Antara Riwayat Miopia Di Keluarga Dan Lama Aktivitas Jarak Dekat Dengan Miopia Pada Mahasiswa PSPD UNTAN Angkatan 2010-2012.
- Ernawati, W. (2015). Pengaruh Penggunaan Gadget Terhadap Penurunan Tajam

- Penglihatan Pada Anak Usia Sekolah (6-12 Tahun) Di SD Muhammadiyah 2 Pontianak Selatan.
- Fauzi, L., Anggorowati, L., & Heriana, C. (2016). Skrining Kelainan Refraksi Mata Pada Siswa Sekolah Dasar Menurut Tanda Dan Gejala. *s Journal of Public Health* .
- Haqq, T. A. (2016). Hubungan Intensitas Bermain Game Online Terhadap Agresivitas Remaja Awal Di Warnet "A, B dan C" Kecamatan Lowokwaru Kota Malang.
- Harahap, K. (2013). Game Online dan Prestasi Belajar (Studi Korelasional Pengaruh Game Online Terhadap Prestasi Belajar Siswa Kelas VII SMP Nurul Hasanah Kelurahan Padang Bulan Medan).
- Herlina. (2013). *Mengatasi Masalah Anak dan Remaja Melalui Buku*. Bandung: Pustaka Media.
- Hutami, W. D., & Wulandari, P. A. (2104). Prevalensi penurunan Tajam Penglihatan Pada Siswa Kelas 3-6 Sekolah Dasar negeri 1 Manggis, Karangasem Bali 2014. *Doaj*.
- Pramdhan, Y. (2016). Keterkaitan Screen Time, Aktifitas Fisik, Asupan Zat Gizi Dengan Status Gizi Dan Tingkat Kecukupan Energi Pada Siswa SD GADOG 03 BOGOR.
- Riskesdas. (2013). Riset Kesehatan Dasar.
- Rudhiati, F., Apriany, D., & Hardianti, N. (2015). Hubungan Durasi Bermain Video Game Dengan Ketajaman Penglihatan Anak Usia Sekolah. *SKOLASTIK KEPERAWATAN Vol. 1, No.2*.
- Sofiani, A., & Puspita, Y. D. (2015). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Derajat Miopia Pada Remaja (Studi Di SMA Negeri 2 Temanggung Kabupaten Temanggung). *Unnes Journal of Public Health*.
- Sulistyo, J. T., Evanytha, & Vinaya. (2015). Hubungan Problematic Online Game Use Dengan. *Jurnal Psikologi Ulayat, Vol. 2, No. 1*.
- Hidayat, A. A. (2009). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data* . Jakarta: Salemba Medika.
- Yusuf , A. M. (2014). *Metode Penelitian (Kuantitatif, Kualitatif dan Penelitian Gabungan)*. Jakarta: Prenada Media Groupz.