

SKRIPSI

***SCREEN TIME* BERLEBIH SEBAGAI FAKTOR RISIKO GIZI
LEBIH PADA BALITA USIA 24–59 BULAN DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS WATES KULON PROGO**



**ERNI WIDYAWATI
P07124222013**

**PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2026**

SKRIPSI

***SCREEN TIME* BERLEBIH SEBAGAI FAKTOR RISIKO GIZI
LEBIH PADA BALITA USIA 24–59 BULAN DI WILAYAH
KERJA PUSKESMAS WATES KULON PROGO**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk
memperoleh gelar Sarjana Terapan Kebidanan



ERNI WIDYAWATI
P07124222013

**PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENTERIAN KESEHATAN
YOGYAKARTA
TAHUN 2026**

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI

**SCREEN TIME BERLEBIH SEBAGAI FAKTOR RISIKO GIZI LEBIH PADA
BALITA USIA 24–59 BULAN DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS WATES KULON PROGO**

*"Excessive screen time as a factor of overnutrition in toddler
age 24–59 months in work area Wates Kulon Progo Health Center"*

Disusun Oleh :

ERNI WIDYAWATI

P07124222013

Telah disetujui oleh pembimbing pada tanggal : 12 Juni 2026



Menyetujui,
Pembimbing Utama,

Pembimbing Pendamping

Wafi Nur Muslihatun, S.Si.T., M.Kes (Epid)
NIP. 197507152006042002

Yuliantisari Retnaningsih, S.Si.T., M.Keb
NIP. 198107272005012003

Yogyakarta, 12 Juni 2026
Ketua Jurusan Kebidanan



Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.Si.T., M.Keb
NIP. 197511232002122002

HALAMAN PENGESAHAN SKRIPSI

SKRIPSI

SCREEN TIME BERLEBIH SEBAGAI FAKTOR RISIKO GIZI LEBIH PADA
BALITA USIA 24-59 BULAN DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS WATES KULON PROGO

Disusun Oleh

ERNI WIDYAWATI

P07124222013

Telah dipertahankan dalam seminar di depan Dewan Penguji

Pada tanggal : 12 Juni 2026

SUSUNAN DEWAN PENGUJI

Ketua,

Margono, S.Pd., APP, M.Sc

NIP. 196502111986021002

Anggota

Wafi Nur Muslihatun, S.Si.T., M.Kes (Epid)

NIP. 197507152006042002

Anggota

Yuliantisari Retnaningsih, S.Si.T., M.Keb

NIP. 198107272005012003

Yogyakarta, 12 Juni 2026

Ketua Jurusan Kebidanan

Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.Si.T., M.Keb
NIP. 197511232002122002

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Erni Widyawati

NIM : P07124222013

Tanda Tangan : 

Tanggal : 12 Juni 2026

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, Saya yang bertanda tangan dibawah ini

Nama : Erni Widyawati
NIM : P07124222013
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan : Kebidanan

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Poltekkes Kemenkes Yogyakarta **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (Non-Eksklusif Royalty-Free Right)** atas skripsi saya yang berjudul:

**SCREEN TIME BERLEBIH SEBAGAI FAKTOR RISIKO GIZI LEBIH
PADA BALITA USIA 24-59 BULAN DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS WATES KULON PROGO**

Beserta perangkat yang ada (Jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Yogyakarta
Pada Tanggal : 12 Juni 2024
Yang Menyatakan



(Erni Widyawati)

v

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, Penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini. Penulisan Skripsi ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta. Skripsi ini terwujud atas bimbingan, pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak yang tidak bisa Penulis sebutkan satu persatu dan pada kesempatan ini Penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. Iswanto, S.Pd., M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
2. Dr. Heni Puji Wahyuningsih, S.Si.T., M.Keb, selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
3. Dr. Sujiyatini, S.Si.T., M.Keb, selaku Ketua Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
4. Margono, S.Pd, APP, M.Sc, selaku ketua penguji yang telah memberikan saran, masukan, arahan, serta koreksi untuk perbaikan skripsi ini.
5. Wafi Nur Muslihatun, S.Si.T., M.Kes (Epid), selaku Pembimbing Utama sekaligus Pembimbing Akademik yang telah memberikan saran, masukan, arahan, kritik kepada penulis sehingga penulisan skripsi ini dapat terselesaikan.
6. Yuliantisari Retnaningsih, S.Si.T., M.Keb, selaku Pembimbing Pendamping yang telah memberikan saran, masukan, arahan, serta koreksi untuk perbaikan skripsi ini.
7. Kepala Dinas Kesehatan Kabupaten Kulon Progo yang telah memberikan izin studi pendahuluan dalam penelitian ini.
8. Kepala Puskesmas Wates dan Seluruh staf yang terlibat dalam memberikan izin studi pendahuluan dan Izin Penelitian dalam Penelitian ini.

9. Seluruh staf pengajar dan karyawan di Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
10. Orang tua tercinta dan keluarga lainnya yang selalu memberikan semangat, motivasi, doa dan support moral maupun materil hingga penulis bisa bertahan sampai saat ini.

Penulis menyadari skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu penulis mengharap kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak. Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu. Semoga Skripsi ini membawa manfaat bagi pengembangan Ilmu.

Yogyakarta, 12 Juni 2026

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERSETUJUAN PEMBIMBING.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS.....	iii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....	Error! Bookmark not defined.
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR SINGKATAN	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRACT.....	xv
ABSTRAK.....	xvi
 BAB I PENDAHULUAN	 1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Ruang Lingkup	9
E. Manfaat Penelitian	9
F. Keaslian Penelitian.....	11
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 12
A. Telaah Pustaka	12
B. Kerangka Teori	43
C. Kerangka Konsep.....	44
D. Hipotesis	44
 BAB III METODE PENELITIAN	 45
A. Jenis dan Desain Penelitian	45
B. Populasi dan Sampel.....	46
C. Waktu dan Tempat	52
D. Variabel Penelitian	52
E. Definisi Operasional Variabel penelitian	53
F. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	55
G. Alat Ukur dan Instrumen	55
H. Uji Validitas dan Reliabilitas	57
I. Prosedur Penelitian.....	59
J. Manajemen Data	60
K. Etik Penelitian.....	67
L. Keterbatasan Penelitian.....	69
 BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	 71
A. Hasil.....	71

B. Pembahasan	77
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	84
A. Kesimpulan.....	84
B. Saran	85
DAFTAR PUSTAKA	87
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kurva Pertumbuhan WHO BB/TB Anak Laki-Laki Usia 2-5 Tahun	19
Gambar 2. Kurva Pertumbuhan WHO BB/TB Anak Perempuan Usia 2-5 Tahun.....	20
Gambar 3. Kerangka Teori <i>Ecological Model Of Childhood Overweight</i>	43
Gambar 4. Kerangka Konsep <i>Screen time</i> Sebagai Faktor Gizi Lebih Balita	44
Gambar 5. Desain Penelitian <i>Case-Control</i>	46

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Keaslian Penelitian.....	11
Tabel 2. Kategori Dan Ambang Batas Status Gizi	15
Tabel 3. Alokasi Sampel.....	51
Tabel 4. Definisi Operasional Variabel Penelitian	54
Tabel 5. Kisi Kisi Kuesioner <i>Screen Time</i>	56
Tabel 6. Kisi Kisi Kuesioner <i>Global Physical Activity Questionnaire</i>	57
Tabel 7. Karakteristik Responden.....	72
Tabel 8. Tabel Silang Karakteristik Responden Dengan Kejadian Gizi Lebih	74
Tabel 9. Hubungan <i>Screen time</i> Berlebih Dengan Kejadian Gizi Pada Balita.....	76

DAFTAR SINGKATAN

AAP	: <i>American Academy of Pediatrics</i>
AKG	: Angka Kecukupan Gizi
ASI	: Air Susu Ibu
BB	: Berat Badan
BB/PB	: Berat Badan Menurut Panjang Badan
BB/TB	: Berat Badan Menurut Tinggi Badan
BB/U	: Berat Badan Menurut Umur
BMI	: <i>Body Mass Index</i>
CI	: <i>Confidence Interval</i>
DBM	: <i>Double Burden of Malnutrition</i>
DIY	: Daerah Istimewa Yogyakarta
DM	: Diabetes Mellitus
e-PPGBM	: Elektronik Pencatatan dan Pelaporan Gizi Berbasis Masyarakat
GPAQ	: <i>Global Physical Activity Questionnaire</i>
IMT/U	: Indeks Massa Tubuh Menurut Umur
KIA	: Kesehatan Ibu dan Anak
KMS	: Kartu Menuju Sehat
MET	: <i>Metabolic Equivalent of Task</i>
OR	: <i>Odds Ratio</i>
PB	: Panjang Badan
PB/U	: Panjang Badan Menurut Umur
PC	: <i>Personal Computer</i>
PTM	: Penyakit Tidak Menular
SD	: Standar Deviasi
SEANUTS	: <i>South East Asian Nutrition Surveys</i>

SSB	: <i>Sugar Sweetened Beverages</i>
SSGI	: Survei Status Gizi Indonesia
TB	: Tinggi Badan
TB/U	: Tinggi Badan Menurut Umur
TV	: Television
WHO	: <i>World Health Organization</i>

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Anggaran Penelitian
- Lampiran 2. Jadwal Penelitian
- Lampiran 3. Penjelasan Sebelum Penelitian
- Lampiran 4. *Informed Consent*
- Lampiran 5. Kuesioner *Screen time* Balita Usia 24-59 bulan
- Lampiran 6. Kuesioner Aktivitas Balita
- Lampiran 7. Data Mentah Hasil Penelitian
- Lampiran 8. Hasil Olah Data SPSS
- Lampiran 9. Surat Permohonan Izin Studi Pendahuluan
- Lampiran 10. Surat izin Studi Pendahuluan Dinas Kesehatan
- Lampiran 11. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 12. Keterangan Layak Etik
- Lampiran 13. Surat Balasan Penelitian
- Lampiran 14. Daftar Responden
- Lampiran 15. Dokumentasi Kegiatan
- Lampiran 16. Hasil Uji Similaritas

*EXCESSIVE SCREEN TIME AS A RISK FACTOR FOR OVERNUTRITION IN
TODDLERS AGED 24–59 MONTHS IN THE WORKING AREA
OF PUSKESMAS WATES KULON PROGO*

Erni Widyawati¹, Wafi Nur Muslihatun², Yuliantisari Retnaningsih³
^{1,2,3}Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Mangkuyudan MJ III/304 Yogyakarta
E-mail : erni22970@gmail.com

ABSTRACT

Background: Overnutrition in toddlers is a growing global health concern. The working area of Puskesmas Wates recorded an overnutrition prevalence of 13.19%, exceeding the WHO threshold of >10%. Excessive screen time is thought to contribute by promoting sedentary behavior, increasing caloric intake, and reducing physical activity.

Objective: To identify the relationship between excessive screen time and overnutrition in toddlers aged 24–59 months in the working area of Puskesmas Wates, Kulon Progo.

Methods: An observational analytic study with a case-control design involving 66 toddlers, consisting of 33 cases (W/H > +1 SD) and 33 controls (W/H -2 SD to +1 SD). Sampling was conducted using purposive sampling for both cases and controls based on predetermined criteria. Screen time data were collected through questionnaires and nutritional status from the MCH Handbook. Analysis used Chi-Square test and Odds Ratio with 95% confidence interval.

Results: The majority of toddlers (71.2%) had screen time >1 hour/day. In the case group, 87.9% had excessive screen time compared to 54.5% in the control group. Toddlers with excessive screen time had an increased risk of overnutrition risk compared to toddlers with normal screen time (OR=6.02; 95% CI: 1.73–21.08; p=0.003).

Conclusion: Excessive screen time increases the risk of overnutrition in toddlers aged 24–59 months in the working area of Puskesmas Wates, Kulon Progo.

Keywords: screen time, overnutrition, toddlers

**SCREEN TIME BERLEBIH SEBAGAI FAKTOR RISIKO GIZI LEBIH PADA
BALITA USIA 24–59 BULAN DI WILAYAH KERJA
PUSKESMAS WATES KULON PROGO**

Erni Widyawati¹, Wafi Nur Muslihatun², Yuliantisari Retnaningsih³
^{1,2,3}Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
Jl. Mangkuyudan MJ III/304 Yogyakarta
E-mail : erni22970@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Gizi lebih pada balita merupakan masalah kesehatan global yang terus meningkat. Wilayah kerja Puskesmas Wates mencatat prevalensi gizi lebih sebesar 13,19%, melampaui ambang batas WHO sebesar >10%. *Screen time* berlebih diduga berkontribusi dengan mendorong perilaku sedentari, meningkatkan asupan kalori, dan mengurangi aktivitas fisik.

Tujuan: Mengidentifikasi hubungan *screen time* berlebih dengan kejadian gizi lebih pada balita usia 24–59 bulan di wilayah kerja Puskesmas Wates, Kulon Progo.

Metode: Penelitian observasional analitik dengan desain kasus kontrol pada 66 balita, terdiri dari 33 kasus (BB/TB > +1 SD) dan 33 kontrol (BB/TB -2 SD s.d. +1 SD). Pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* untuk kasus maupun kontrol berdasarkan kriteria yang telah ditetapkan. Data *screen time* dikumpulkan melalui kuesioner dan status gizi dari Buku KIA. Analisis menggunakan uji *Chi-Square* dan *Odds Ratio* dengan kepercayaan 95%.

Hasil: Sebagian besar balita (71,2%) memiliki *screen time* >1 jam/hari. Pada kelompok kasus, 87,9% memiliki *screen time* berlebih dibandingkan 54,5% pada kelompok kontrol. Balita dengan *screen time* berlebih meningkatkan risiko kejadian berisiko gizi lebih dibandingkan dengan balita *screen time* normal (OR=6,02; 95% CI: 1,73–21,08; p=0,003).

Kesimpulan: Balita dengan *Screen time* berlebih meningkatkan risiko kejadian berisiko gizi lebih pada balita usia 24–59 bulan di wilayah kerja Puskesmas Wates.

Kata Kunci: *screen time*, gizi lebih, balita