

HUBUNGAN KUALITAS DIET, AKTIVITAS FISIK, DAN SCREEN TIME DENGAN STATUS GIZI ANAK USIA 36–59 BULAN DI KAMPUNG ADAT DAN PERKOTAAN

FEDI FEBIYAN RISQI



**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU GIZI
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN GIZI
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi yang berjudul “Hubungan Kualitas Diet, Aktivitas Fisik, dan *Screen Time* dengan Status Gizi Anak Usia 36–59 Bulan di Kampung Adat dan Perkotaan” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Agustus 2026

Fedi Febiyan Risqi
I1401221050



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

ABSTRAK

FEDI FEBIYAN RISQI. Hubungan Kualitas Diet, Aktivitas Fisik, dan *Screen Time* dengan Status Gizi Anak Usia 36–59 Bulan di Kampung Adat dan Perkotaan. Dibimbing oleh KARINA RAHMADIA EKAWIDYANI dan DESIANI RIZKI PURWANINGTYAS.

Masalah gizi pada anak usia 36–59 bulan masih menjadi tantangan kesehatan masyarakat di Indonesia dan dipengaruhi oleh kualitas diet, aktivitas fisik, dan *screen time*. Penelitian ini bertujuan menganalisis hubungan kualitas diet, aktivitas fisik, dan *screen time* dengan status gizi anak usia 36–59 bulan di kampung adat dan perkotaan. Penelitian menggunakan desain *comparative cross-sectional study* dengan total subjek 112 anak, masing-masing 56 anak di kampung adat dan 56 anak di perkotaan. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner karakteristik keluarga, *food recall* 2×24 jam, *Early Years Physical Activity Questionnaire* (EY-PAQ), kuesioner *screen time*, dan pengukuran antropometri. Kualitas diet dinilai menggunakan *Healthy Eating Index* (HEI)-2015 dan status gizi dinilai berdasarkan BB/TB, TB/U, dan BB/U. Analisis menggunakan uji Spearman dan Mann–Whitney. Hasil menunjukkan aktivitas fisik anak kampung adat lebih tinggi dibandingkan perkotaan ($p < 0,05$), sedangkan sebagian besar subjek memiliki *screen time* berlebih, kualitas diet buruk, dan status gizi normal. Kualitas diet total dan aktivitas fisik tidak berhubungan dengan status gizi ($p > 0,05$). Namun, *fatty acids* berhubungan dengan BB/TB, *refined grains* dengan TB/U, *saturated fats* dengan BB/U, serta *screen time* dengan TB/U dan aktivitas fisik ($p < 0,05$). Temuan ini menekankan pentingnya perbaikan kualitas diet, pembatasan *screen time*, dan pemantauan pertumbuhan anak.

Kata kunci: aktivitas fisik, anak usia 36–59 bulan, kualitas diet, *screen time*, status gizi

ABSTRACT

FEDI FEBIYAN RISQI. The Relationship of Diet Quality, Physical Activity, and Screen time with Nutritional Status among Children Aged 36–59 Months in Traditional Villages and Urban Area. Supervised by KARINA RAHMADIA EKAWIDYANI and DESIANI RIZKI PURWANINGTYAS.

Nutritional problems among children aged 36–59 months remain a public health challenge in Indonesia and are influenced by diet quality, physical activity, and screen time. This study aimed to analyze the associations of diet quality, physical activity, and screen time with the nutritional status of children aged 36–59 months in traditional villages and urban areas. This study used a comparative cross-sectional design involving 112 children, with 56 children from traditional villages and 56 from urban areas. Data were collected using a family characteristics questionnaire, two 24-hour food recalls, the Early Years Physical Activity Questionnaire (EY-PAQ), a screen time questionnaire, and anthropometric measurements. Diet quality was assessed using the Healthy Eating Index (HEI)-2015, while nutritional status was assessed based on weight-for-height (WHZ),

height-for-age (HAZ), and weight-for-age (WAZ). Data were analyzed using Spearman correlation and Mann–Whitney tests. The results showed that children in traditional villages had higher physical activity levels than those in urban areas ($p < 0.05$), while most subjects had excessive screen time, poor diet quality, and normal nutritional status. Overall diet quality and physical activity were not significantly associated with nutritional status ($p > 0.05$). However, fatty acids were significantly associated with WHZ, refined grains with HAZ, saturated fats with WAZ, and screen time with HAZ and physical activity ($p < 0.05$). These findings emphasize the importance of improving diet quality, limiting screen time, and monitoring child growth.

Keywords: children aged 36–59 months, diet quality, nutritional status, physical activity, *screen time*.



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

© Hak Cipta milik IPB, tahun 2026
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



HUBUNGAN KUALITAS DIET, AKTIVITAS FISIK, DAN SCREEN TIME DENGAN STATUS GIZI ANAK USIA 36–59 BULAN DI KAMPUNG ADAT DAN PERKOTAAN

FEDI FEBIYAN RISQI

Skripsi

Sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

Sarjana pada

Program Studi Ilmu Gizi

**PROGRAM STUDI SARJANA ILMU GIZI
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN GIZI
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2026**



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



Judul Skripsi : Hubungan Kualitas **Diet**, Aktivitas Fisik, dan *Screen time* dengan Status Gizi Anak Usia 36–59 Bulan di Kampung Adat dan Perkotaan
Nama : Fedi Febiyan Risqi
NIM : I1401221050

Disetujui oleh

Pembimbing 1:
Dr. dr. Karina Rahmadia Ekawidnyani, M.Gizi.

Pembimbing 2:
Desiani Rizki Purwaningtyas, S.Gz., M.Si.

Diketahui oleh

Ketua Program Studi Sarjana Ilmu Gizi
Fakultas Kedokteran dan Gizi
Prof. Dr. Katrin Roosita, S.P., M.Si.
NIP 197102011999032001

Wakil Dekan Bidang Akademik, Kemahasiswaan, dan
Alumni Fakultas Kedokteran dan Gizi
Dr. dr. Mira Dewi, M.Si.
NIP 197611162005012001



Tanggal Ujian:
21 Juli 2026

Tanggal Lulus:

04 AUG 2026



@Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah subhanaahu wa ta'ala atas segala karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Kualitas Diet, Aktivitas Fisik, *Screen time* dengan Status Gizi Anak Usia 36–59 Bulan di Kampung Adat dan Perkotaan”.

Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan penghargaan serta ucapan terima kasih kepada:

1. Dr. dr. Karina Rahmadia Ekawidyani, M.Gizi selaku dosen pembimbing skripsi pertama serta Ibu Desiani Rizki Purwaningtyas, S.Gz., M.Si. selaku dosen pembimbing skripsi kedua sekaligus dosen pembimbing akademik, atas segala kesabaran, perhatian, ilmu, arahan, waktu, serta bimbingan yang diberikan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini.
2. Seluruh dosen dan tenaga kependidikan Program Studi Ilmu Gizi yang telah memberikan ilmu, pengalaman, serta bantuan administrasi selama penulis menempuh pendidikan hingga penyelesaian skripsi ini.
3. Bapak Purwadi, Ibu Larti, dan Kak Fadila Phasa Risqia beserta seluruh keluarga besar yang senantiasa memberikan kasih sayang, doa, kepercayaan, dukungan, serta pengorbanan yang tidak pernah putus sehingga penulis mampu menyelesaikan pendidikan ini.
4. Teman terdekat penulis, SANTOSA, yaitu Mellisa, Gabriel, Intan, Almira, Hani, Maulida, Abellin, dan Khansa, yang selalu memberikan dukungan, motivasi, serta saling menguatkan dalam setiap proses hingga skripsi ini dapat diselesaikan.
5. Sesama mahasiswa bimbingan, Gabriel dan Fadhil, yang telah menjadi rekan berdiskusi, saling membantu, serta berjuang bersama dalam menyelesaikan skripsi.
6. Teman-teman Ketua Angkatan 59, yaitu Aulia, Haqq, Diaz, Firhan, dan Daina, yang telah menjadi tempat berbagi cerita, keluh kesah, serta memberikan dukungan moral, kebersamaan, dan semangat selama perjalanan perkuliahan.
7. Teman-teman seperjuangan Gantara Mahavira, yang telah memberikan kepercayaan kepada penulis untuk mengemban amanah sebagai Ketua Angkatan Ilmu Gizi 59, sekaligus menjadi keluarga yang senantiasa memberikan dukungan, motivasi, dan pengalaman berharga selama masa perkuliahan.
8. Teman-teman satu kontrakan, yaitu Budi, Immanuel, Akbar, Hanif, dan Ferdinand, yang telah menjadi keluarga kedua selama penulis merantau di Bogor kebersamaan penulis untuk terus berproses hingga skripsi ini dapat diselesaikan.
9. Seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah memberikan bantuan, doa, dan kontribusi dalam penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam skripsi ini, sehingga kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan. Semoga karya ilmiah ini bermanfaat bagi pihak yang membutuhkan dan bagi kemajuan ilmu pengetahuan. Terima kasih.

Bogor, Agustus 2026

Fedi Febiyan Risqi



@Hak cipta milik IPB University

IPB University



IPB University
— Bogor Indonesia —

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Perpustakaan IPB University



DAFTAR ISI

DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan	3
1.4 Hipotesis	4
1.5 Manfaat	4
II KERANGKA PEMIKIRAN	5
III METODE	7
3.1 Desain, Waktu, dan Tempat	7
3.2 Jumlah dan Cara Pengambilan subjek	7
3.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data Penelitian	8
3.4 Pengolahan dan Analisis Data	10
3.5 Definisi Operasional	15
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	17
4.1 Karakteristik Subjek	17
4.2 Karakteristik Orang Tua Subjek	18
4.3 Karakteristik Sosial Ekonomi Keluarga Subjek	20
4.4 <i>Healthy Eating Index</i> (HEI)	23
4.5 <i>Screen time</i>	28
4.6 Aktivitas fisik	30
4.7 Status Gizi	31
4.8 Hubungan Kualitas Diet dengan Status Gizi	33
4.9 Hubungan <i>Screen time</i> dengan Aktivitas Fisik, Kualitas Diet, dan Status Gizi	37
4.10 Hubungan Aktivitas Fisik dengan, Kualitas Diet dan Status Gizi	39
4.11 Kelebihan dan Keterbatasan Penelitian	40
V SIMPULAN DAN SARAN	42
5.1 Simpulan	42
5.2 Saran	43
DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN	54
RIWAYAT HIDUP	66



DAFTAR TABEL

1	Perhitungan jumlah minimal sampel	7
2	Jenis, variabel, dan cara pengumpulan data	9
3	Komponen penilaian HEI 2015	11
4	Kategori data	13
5	Sebaran subjek berdasarkan karakteristik subjek	17
6	Sebaran subjek berdasarkan karakteristik orang tua	18
7	Sebaran subjek berdasarkan karakteristik sosial ekonomi	21
8	Rata-rata HEI berdasarkan porsi	23
9	Rata-rata skor berdasarkan kategori HEI	25
10	Sebaran subjek berdasarkan kategori skor HEI	27
11	Sebaran subjek berdasarkan <i>screen time</i>	29
12	Sebaran subjek berdasarkan aktivitas fisik	30
13	Sebaran subjek berdasarkan status gizi	31
14	Hubungan kualitas diet dengan status gizi	34
15	Hubungan kategori skor HEI dengan status gizi	35
16	Hubungan <i>screen time</i> dengan aktivitas fisik, kualitas diet dan status gizi	37
17	Hubungan aktivitas fisik dengan kualitas diet dan status gizi	39

DAFTAR LAMPIRAN

1	<i>Ethical Clearance</i> (EC)	55
2	<i>Informed Consent</i> (IC)	56
3	Kuesioner Penelitian	57
4	Formulir <i>food recall</i> 2x24 jam	64