

**HUBUNGAN SCREEN TIME DENGAN INDEKS MASSA TUBUH
PADA MAHASISWA FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**



Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I
Jurusan Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan

Oleh :

DINA MERDEKA AGUSTINA NINGRUM

J310140033

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
TAHUN 2018**

**HUBUNGAN SCREEN TIME DENGAN INDEKS MASSA TUBUH
PADA MAHASISWA FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

Disusun sebagai salah satu syarat menyelesaikan Program Studi Strata I
Jurusan Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan

Oleh :

DINA MERDEKA AGUSTINA NINGRUM

J310140033

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
TAHUN 2018**

NUTRITION SCIENCE DEPARTEMENT
FACULTY OF HEALTH SCIENCE
MUHAMMADIYAH UNIVERSITY SURAKARTA
BACHELOR THESIS

ABSTRACT

DINA MERDEKA AGUSTINA NINGRUM J310140033

THE RELATION OF SCREEN TIME AND BODY MASS INDEX ON THE STUDENTS OF THE ECONOMICS AND BUSINESS FACULTY OF UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

Background: Overweight in Indonesia is still a problem that must be resolved by the Indonesian government. In the RISKESDAS 2013, it was found that the percentage of overweight in age group of above 18 was 13.5% and the obesity was 15.4%. This number significantly increased compared to the previous research. Screen time is one of the indirect factors that affect nutritional status.

Method: Data collection was carried out for 7 consecutive days with 98 respondents. Sampling using Stratified Random Sampling. Screen time measurements using screen time questionnaires and anthropometric measurements using digital scales and microtoise. Data were analyzed using the Pearson Product Moment correlation test.

Result: The average screen time is 9.07 hours. Based on the results of research that has been analyzed, there is a relationship between screen time and body mass index in the students of the Faculty of Economics and Business, Muhammadiyah University of Surakarta, with p values of 0.041, respectively.

Keywords: Body mass index, *screen time*.

ABSTRAK

DINA MERDEKA AGUSTINA NINGRUM J310140033

HUBUNGAN SCREEN TIME DENGAN INDEKS MASSA TUBUH PADA MAHASISWA FAKULTAS EKONOMI DAN BISNIS UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

Pendahuluan: Berat badan lebih di Indonesia masih menjadi masalah yang harus dituntaskan oleh pemerintah Indonesia. Pada RISKESDAS 2013 diketahui bahwa angka persentase untuk berat badan lebih pada golongan umur diatas 18 tahun mencapai 13,5% dan untuk obesitas sebesar 15,4%. Angka ini mengalami kenaikan cukup banyak jika dibandingkan dengan penelitian sebelumnya. Screen time merupakan salah satu hal yang termasuk dalam faktor tidak langsung yang mempengaruhi status gizi.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara *screen time* dengan indeks massa tubuh pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Metode: Pengumpulan data dilakukan selama 7 hari berturut-turut dengan 98 responden. Pengambilan sampel menggunakan *Stratified Random Sampling*. Pengukuran *screen time* menggunakan kuesioner *screen time* dan pengukuran antropometri dengan menggunakan timbangan badan digital dan *microtoise*. Data dianalisis dengan menggunakan uji korelasi *Pearson Product Moment*.

Hasil: Rata-rata *screen time* adalah 9,07 jam. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dianalisis terdapat hubungan antara *screen time* dengan indeks massa tubuh pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Surakarta dengan nilai p sebesar 0.041.

Kata Kunci: Indeks massa tubuh, *screen time*.

PERNYATAAN KEASLIAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka. Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya di atas, maka akan saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, 7 Desember 2018

Penulis



DINA MERDEKA AGUSTINA NINGRUM
J310140033

HALAMAN PERSETUJUAN

Proposal : Hubungan *screen time* dengan indeks massa tubuh pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Surakarta.
Nama Mahasiswa : Dina Merdeka Agustina Ningrum
Nomor Induk Mahasiswa : J 310 140 033

Telah dipertahankan di depan tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan pada tanggal 7 Desember 2018 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Surakarta, 7 Desember 2018

Menyetujui

Pembimbing



Nur Lathifah Mardiyati, S. Gz., M. S.
NIK/NIDN. 1468/0603028803

Mengetahui,
Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta





Endang Nur Widiyaningsih, S.ST.,M.Si Med.
NIK/NIDN : 717/06-2908-7401

HALAMAN PENGESAHAN

Proposal : Hubungan *screen time* dengan indeks massa tubuh pada mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Surakarta.
Nama Mahasiswa : Dina Merdeka Agustina Ningrum
Nomor Induk Mahasiswa : J 310 140 033

Telah dipertahankan di depan Tim penguji Skripsi Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan pada tanggal 7 Desember 2018 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Surakarta, 7 Desember 2018

Penguji I : Nur Lathifah Mardiyati, S. Gz., M. S. ()
Penguji II : Ir. Listyani Hidayati, M.Kes ()
Penguji III : Setyaningrum Rahmawaty, A., M.Kes., Ph.D ()

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta




Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes.

NIK/NIDN : 786/06-1711-7301

PERSEMBAHAN

Alhamdulillahirabbil'alamin atas izin Allah SWT penulis mampu menyelesaikan Skripsi ini dengan tepat waktu. Skripsi ini dipersembahkan penulis sebagai ucapan terima kasih sebanyak-banyaknya kepada:

1. Allah SWT atas izin dan rahmatnya penulis mampu menyelesaikan skripsi ini dengan kesabaran dan kelancaran dalam menyusunnya dan dalam melakukan konsultasi dengan pembimbing.
2. Ibu, bapak dan keluarga tercinta atas doa, dukungan dan nasihat yang tiada henti-hentinya.
3. Dosen pembimbing skripsi ibu Nur Lathifah Mardiyati, S. Gz. M. S., atas bimbingan, saran, nasihat dan dukungan mulai penyusunan proposal hingga penyelesaian skripsi ini dengan penuh kesabaran.
4. Teman kecil; yunita, arum, agustina yang senantiasa memberikan doa, dukungan dan sebagai tempat berkeluh kesah selama ini.
5. Nifta, Ami, Devinta yang senantiasa mendorong dan memberikan semangat untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Teman bertiga, teman LT, dan teman sebimbingan atas masukan, semangat dan doanya.
7. Teman-teman Gizi A dan Gizi angkatan 2014 yang saling menguatkan dan mendukung satu sama lain dari awal sampai akhir.
8. Almamater Universitas Muhammadiyah Surakarta.

RIWAYAT HIDUP

Nama : Dina Merdeka Agustina Ningrum

Tempat, tanggal lahir : Madiun, 17 Agustus 1996

Jenis kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Alamat : Jl. Ponorogo, Desa Jatisari, RT 2, RW 1, Geger, Madiun,
Jawa Timur.

Riwayat Pendidikan : 1. Lulus TK Aisyah tahun 2002

2. Lulus SD Negeri Purworejo 1 tahun 2008

3. Lulus SMP Negeri 1 Geger tahun 2011

4. Lulus SMA Negeri 1 Geger tahun 2014

MOTTO

وَقُلِ اعْمَلُوا فَسَيَرَى اللَّهُ عَمَلَكُمْ وَرَسُولُهُ وَالْمُؤْمِنُونَ وَسَتُرَدُّونَ إِلَىٰ عِلْمِ
الْغَيْبِ وَالشَّهَادَةِ فَيُنَبِّئُكُم بِمَا كُنتُمْ تَعْمَلُونَ

“Bekerjalah kamu, maka Allah dan Rasul-Nya serta orang-orang mu’min akan melihat pekerjaanmu itu dan kamu akan dikembalikan kepada (Allah) Yang Mengetahui akan yang ghaib dan yang nyata, lalu diberitakan-Nya kepada kamu apa yang telah kamu kerjakan”.

(QS. At-Taubah ayat 105)

فَإِذَا فَرَغْتَ فَانصَبْ

“Maka sesungguhnya bersama kesulitan itu ada kemudahan”

(QS. Al-Insyirah ayat 5)

“Ibu adalah kunci kesuksesan saya”

(Dina Merdeka Agustina Ningrum)

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan segala nikmat, rahmat dan karunia-Nya kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul : “Hubungan *Screen Time* dengan Indeks Massa Tubuh pada Mahasiswa Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Muhammadiyah Surakarta”, yang digunakan sebagai salah satu syarat untuk mencapai gelar Sarjana pada Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Dalam penyusunan dan penulisan skripsi ini tidak lepas dari bantuan, bimbingan serta dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis dengan senang hati menyampaikan terima kasih kepada :

1. Bapak Dr. Sofyan Anif, M.Si selaku rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Ibu Dr. Mutalazimah, SKM, M.Kes, selaku dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Endang Nur W, SST, M.Si.Med, selaku ketua program studi S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Ibu Nur Lathifah Mardiyati, S. Gz., M. S., selaku dosen pembimbing yang telah memberikan bimbingan, nasehat, waktu dan berbagai arahan kepada penulis selama penyusunan skripsi ini.
5. Segenap dosen program studi ilmu gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta atas ilmu yang telah Bapak/Ibu berikan, semoga bermanfaat di dunia dan akhirat.

6. Semua pihak yang telah membantu selama penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna. Akhirnya penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang memerlukan dan bagi pembaca.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Surakarta, 7 Desember 2018

Dina Merdeka Agustina Ningrum

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL DEPAN	i
HALAMAN JUDUL	ii
ABSTRACT	iii
ABSTRAK	iv
PERNYATAAN KEASLIAN	v
HALAMAN PERSETUJUAN	vi
HALAMAN PENGESAHAN	vii
PERSEMBAHAN	viii
RIWAYAT HIDUP	ix
MOTTO	x
KATA PENGANTAR	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian.....	4
D. Manfaat Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Mahasiswa	6
B. <i>Screen Time</i>	6
C. Penilaian Status Gizi	8
1. Pengertian Status Gizi	8
2. Faktor – Faktor yang Mempengaruhi Status Gizi	9
3. Metode Pengukuran Status Gizi dengan Antropometri.....	10
D. Hubungan <i>Screen Time</i> dengan IMT	11
E. Internalisasi Nilai Keislaman	13
F. Kerangka Penelitian	15
1. Kerangka Teori	15
2. Kerangka Konsep	16
G. Hipotesis	16
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis Penelitian	17
B. Lokasi dan Waktu Penelitian	17
C. Populasi dan Sampel.....	17
D. Variabel	20
E. Definisi Operasional	21
F. Pengumpulan Data.....	21
G. Langkah-langkah Penelitian	22
H. Pengolahan Data.....	24
I. Analisis Data	25

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum	27
B. Karakteristik Responden	27
C. Hasil Analisis Data	28
1. Distribusi frekuensi <i>Screen time</i>	28
2. Distribusi frekuensi Indeks massa tubuh	31
3. Hubungan <i>screen time</i> dengan indeks massa tubuh	31
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. Kesimpulan.....	34
B. Saran	34

DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1 Klasifikasi status gizi berdasarkan IMT	11
Tabel 2 Waktu penelitian	17
Tabel 3 Besar sampel untuk masing - masing Jurusan	20
Tabel 4 Definisi Operasional	21
Tabel 5 Kategori <i>Screen Time</i>	25
Tabel 6 Kategori status gizi berdasarkan IMT	25
Tabel 7 Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia dan jenis kelamin..	28
Tabel 8 Distribusi frekuensi media elektronik yang digunakan dan rata-rata frekuensi penggolongan data <i>screen time</i> selama 7 hari	29
Tabel 9 Distribusi frekuensi status gizi berdasarkan indeks massa tubuh	31
Tabel 10 Analisis <i>screen time</i> dengan IMT	32
Tabel 11 Distribusi <i>screen time</i> dengan IMT	32

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 1. Kerangka Teori.....	15
Gambar 2. Kerangka Konsep.....	16

LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat ijin penelitian
- Lampiran 2 Ethical Clearance
- Lampiran 3 Form pernyataan kesediaan menjadi responden
- Lampiran 4 Kuesioner Identitas Responden
- Lampiran 5 Kuesioner *Screen Time*
- Lampiran 6 Kuesioner RLPP dan Status Gizi
- Lampiran 7 Master data
- Lampiran 8 Hasil analisis data