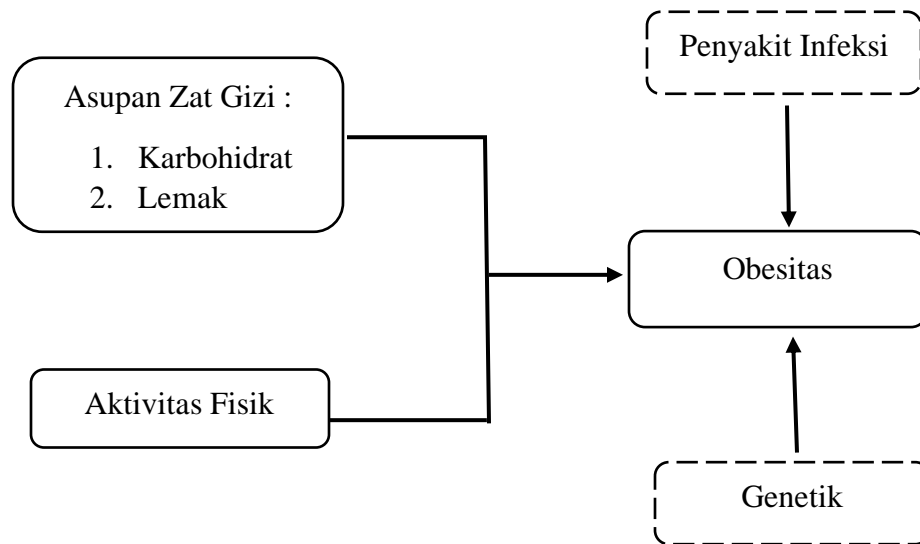


BAB III
KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep



Gambar 1.

Kerangka Konsep Penelitian

Keterangan:

: Variabel diteliti

: Variabel tidak diteliti

Penjelasan Bagan:

Obesitas dipengaruhi oleh faktor langsung dan tidak langsung. Faktor penyebab langsung obesitas yaitu konsumsi karbohidrat, lemak dan aktivitas fisik, penyakit infeksi dan genetik. Apabila konsumsi tidak diperhatikan akan berdampak pada status gizi. Tingginya tingkat konsumsi karbohidrat dan lemak akan menyebabkan masalah gizi lebih atau obesitas. Tidak hanya konsumsi makanan, obesitas juga dipengaruhi oleh aktivitas fisik. Apabila seseorang mengonsumsi makanan berlebih serta kurangnya aktivitas fisik yang dilakukan maka asupan zat gizi yang berlebih akan diubah tubuh menjadi simpanan lemak yang disimpan di jaringan adipose yang kemudian akan berisiko mengalami masalah gizi lebih atau obesitas.

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

a. Variabel bebas

Variabel bebas (independent) dalam penelitian ini yaitu asupan karbohidrat, lemak dan aktivitas fisik guru SMP di Kota Denpasar

b. Variabel Terikat

Variabel terikat (dependen) dalam penelitian ini yaitu obesitas guru SMP di Kota Denpasar

2. Definisi Operasional

Tabel 3
Definisi Operasional

No.	Variabel	Definisi	Cara ukur	Hasil Ukur	Skala
1	Obesitas	Keadaan yang menunjukkan ketidakseimbangan antara tinggi badan dan berat badan akibat jaringan lemak dalam tubuh	Pengukuran menggunakan IMT. Penimbangan berat badan dengan menggunakan timbangan injak digital. Pengukuran tinggi badan menggunakan microtoise.	Sangat kurus : < 17.0 kg/m ² Kurus : 17.0- 18.4 kg/m ² Normal : 18.5 – 25.0 kg/m ² Gemuk : 25.1 – 27.0 kg/m ² Obesitas : >27 kg/m ²	Ordinal
2	Asupan Karbohidrat	Jumlah rata-rata asupan zat gizi karbohidrat responden dalam kkal/hari dibandingkan dengan angka kecukupan zat gizi	Diukur menggunakan metode food recall 2x24 jam	Klasifikasi pemenuhan asupan berdasarkan kategori kecukupan gizi (Kusharto dan Supariasa, 2014) : Lebih = $\geq 120\%$ Baik = 90 – 119% Defisit tingkat rendah = 80 - 90% Defisit tingkat sedang = 70 – 79% Defisit tingkat berat = <70%	Ordinal
3	Asupan Lemak	Jumlah rata-rata asupan zat gizi lemak responden dalam kkal/hari dibandingkan	Diukur menggunakan metode food recall 2x24 jam	Klasifikasi pemenuhan asupan berdasarkan kategori kecukupan gizi	Ordinal

		dengan angka kecukupan zat gizi		(Kusharto dan Supariasa, 2014) : Lebih = $\geq 120\%$ Baik = 90 – 119% Defisit tingkat rendah = 80 - 90% Defisit tingkat sedang = 70 – 79%	
4	Aktivitas Fisik	Aktivitas fisik adalah berbagai kegiatan fisik yang dilakukan seseorang dalam 7 hari	Kuisisioner GPAQ	Kategori tingkat aktivitas fisik : Aktivitas Rendah <600 MET Aktivitas Sedang >600 – 3000 MET Aktivitas Tinggi >3000 MET	Ordinal

C. Hipotesis Penelitian

1. Ada perbedaan asupan lemak antara guru SMP yang obesitas dan normal di Kota Denpasar.
2. Ada perbedaan asupan karbohidrat antara guru SMP yang obesitas dan normal di Kota Denpasar.
3. Ada perbedaan aktivitas fisik antara guru SMP yang obesitas dan normal di Kota Denpasar.