

BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep



Keterangan :

-----> = Tidak diteliti

————> = Diteliti

Penjelasan :

Obesitas merupakan salah satu masalah gizi yang terjadi pada remaja. Salah satu faktor yang dapat menyebabkan obesitas yaitu konsumsi makanan termasuk konsumsi serat. Konsumsi serat yang cukup akan membantu melancarkan proses pencernaan, memberikan rasa kenyang sehingga mengurangi asupan zat gizi lainnya seperti mengurangi asupan karbohidrat dan lemak. Adanya perubahan gaya hidup dan perilaku makan masyarakat mengarah pada pola barat (*western food*) yang mengandung tinggi lemak, tinggi kalori, dan rendah serat. Rendahnya konsumsi serat disebabkan oleh berbagai faktor salah satunya adalah rendahnya pengetahuan remaja mengenai makanan sehat. Dalam hal ini diteliti pengetahuan tentang serat, konsumsi serat dan status obesitas.

B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel

1. Variabel penelitian

Variabel penelitian adalah segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulan (Sugiyono, 2014).

a. Variabel bebas (*Independent*)

Variabel bebas merupakan variabel yang dapat mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan variabel terikat (Sugiyono, 2014). Variabel bebas (*independent*) dalam penelitian ini adalah pengetahuan tentang serat dan konsumsi serat.

b. Variabel terikat (*Dependent*)

Variabel terikat merupakan variabel yang akan menjadi akibat atau yang dipengaruhi oleh variabel bebas (Sugiyono, 2014). Variabel terikat (*dependent*) dalam penelitian ini adalah status obesitas.

2. Definisi operasional

Adapun definisi operasional variable dapat dilihat pada tabel 2.

Tabel 2.
Definisi Operasional

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Pengukuran	Hasil Ukur	Skala
1	Pengetahuan tentang serat	Suatu hal yang diketahui oleh remaja mengenai definisi serat, manfaat serat, jenis serat, akibat kurang serat	Menggunakan form kuisisioner	Skor 0-100	Interval
2	Konsumsi Serat	Jumlah serat yang dikonsumsi oleh seseorang dalam 1 hari	Wawancara menggunakan form SQ-FFQ	Asupan 0-100%	Interval
3	Status Obesitas	Suatu keadaan dimana IMT $> +1$ SD	Pengukuran berat badan dengan timbangan injak dan tinggi badan dengan microtoise lalu dihitung menggunakan aplikasi WHO Anthro Plus selanjutnya dibandingkan dengan standar antropometri	1) Obesitas : $> +1$ SD 2) Tidak obesitas : < 1 SD	Ordinal

3. Hipotesis Penelitian

- a. Ada hubungan antara pengetahuan tentang serat dengan konsumsi serat pada remaja di SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar.
- b. Ada hubungan antara konsumsi serat dengan status obesitas pada remaja di SMA (SLUA) Saraswati 1 Denpasar.