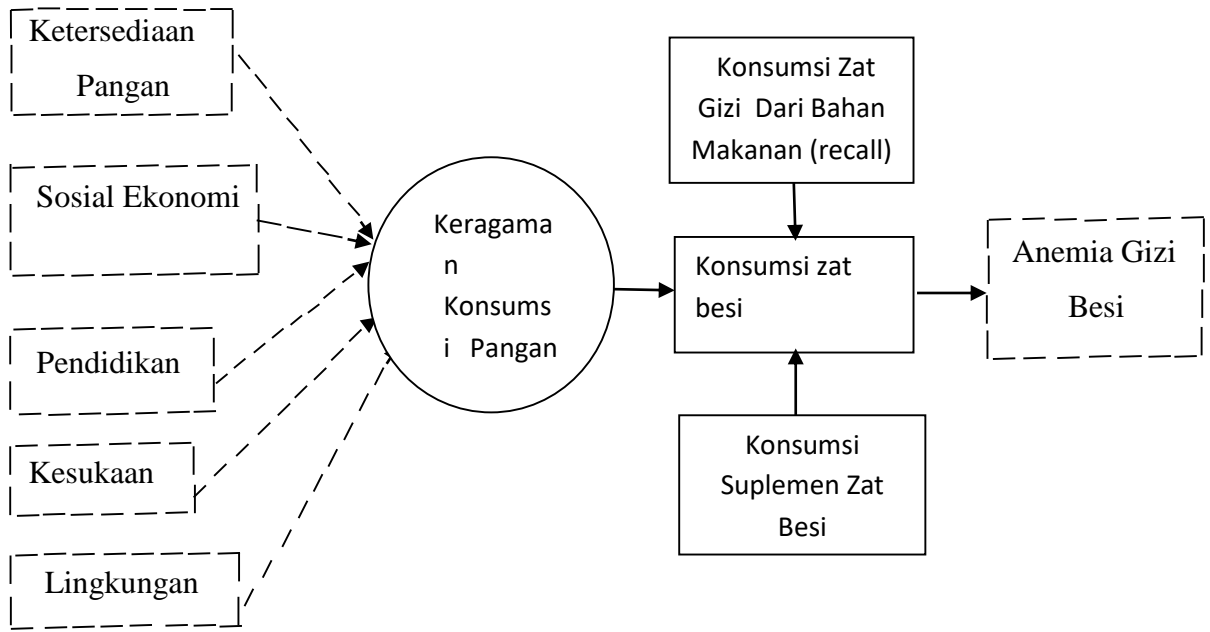


BAB III KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep



Gambar 1.

Tingkat Keragaman Konsumsi Pangan dan Konsumsi Zat Besi Pada Siswi
SMAN 1 Blahbatuh, Gianyar

Keterangan :

- ▶ Tidak diteliti
- ▶ Diteliti

Anemia gizi besi dapat disebabkan oleh konsumsi zat besi baik yang berasal dari makanan maupun berasal dari tablet tambah darah kurang dari kecukupan yang dibutuhkan tubuh. Untuk mengetahui tingkat konsumsi zat besi siswi dapat dilihat dari tingkat konsumsi zat gizi yang diperoleh dari recall 24 jam dan dilihat dari keragaman pangan yang dikonsumsi siswi. Untuk mengetahui tingkat keragaman pangan yang dikonsumsi siswi apakah baik, cukup, kurang

dapat dilihat dari hasil recall 24 jam yang sudah dikonfersikan ke dalam 16 kelompok makanan menurut *HHDS* dan dirata-ratakan. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi keragaman pangan yang dikonsumsi siswi yaitu faktor ketersediaan pangan, sosial-ekonomi, pendidikan, kesukaan, dan lingkungan. jika fakto-faktor tersebut mempengaruhi remaja, maka akan berdampak pada tingkat keragaman pangan yang dikonsumsi siswi sehingga asupan zat gizi terutama zat besi akan berkurang.

B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel

1. Identifikasi Variabel

a. Variabel bebas

Variable bebas adalah variable yang menjadi penyebab atau yang mempengaruhi variable terkait. Variable bebas (Independen) dalam penelitian ini adalah keragaman pangan.

b. Variabel terikat

Variable terikat adalah variable yng menjadi akibat atau yang dipengaruhi oleh variable bebas. Variabel terikat (Dependen) dalam penelitian ini adalah konsumsi zat besi.

No	Variabel	Definisi	Hasil Ukur	Skala Pengukuran
1	Keragaman Konsumsi Pangan	<ul style="list-style-type: none"> Keragaman Pangan adalah ragam atau banyaknya jenis makanan yang dikonsumsi oleh masyarakat yang 	Wawancara, metode <i>Food Recall 24 jam</i> . Bahan makanan akan dikelompokkan ke dalam 16 kelompok makanan lalu dirata-ratakan kemudian	Interval

		<p>mengandung berbagai jenis zat gizi serta memberikan manfaat bagi tubuh.</p>	<p>dikelompokkan menjadi tiga kategori yaitu :</p> <p>>6 jenis bahan makanan baik</p> <p>4-5 jenis bahan makanan cukup</p> <p><3 jenis bahan makanan kurang. Jika salah satu makanan yang dikonsumsi siswi ada di dalam 16 kelompok makanan maka diberi nilai 1, jika tidak dikonsumsi diberi nilai 0.</p>	
2	Asupan zat besi	<p>Asupan zat besi adalah jumlah asupan zat besi yang dikonsumsi dari makanan yang diperoleh dengan recall 24 jam. Dikonversi kedalam zat gizi Fe dengan DKBM, dibandingkan dengan angka kecukupan zat besi untuk kelompok umur remaja.</p> <p>Cukup ≥ 26 mg</p> <p>Kurang < 26 mg</p>	<p>Wawancara, metode <i>Food Recall 24 jam</i></p>	Interval