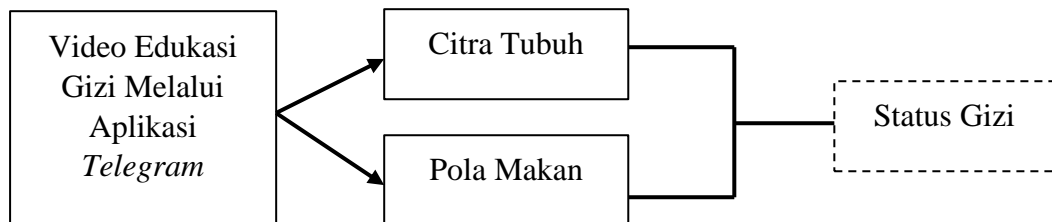


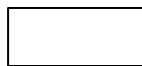
BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep Penelitian



Keterangan :



: Diteliti



: Tidak Diteliti

Gambar 1 Pengaruh Pemberian Video Edukasi Gizi Melalui Aplikasi *Telegram* Terhadap Citra Tubuh Dan Pola Makan Siswi Di SMA Negeri 2 Tabanan

Penjelasan :

Dari kerangka konsep di atas dapat dilihat bahwa status gizi siswi di SMA Negeri 2 Tabanan dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu pola makan dan citra tubuh. Pola makan bersumber dari frekuensi makanan, jumlah penggunaan asupan zat gizi dan jenis bahan makanan yang dikonsumsi sehari-hari. Citra tubuh (*body image*) adalah sikap seseorang terhadap bentuk dan ukuran tubuhnya dan dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti jenis kelamin, usia, media massa, keluarga, hubungan interpersonal, persepsi dan status gizi. Berubahnya bentuk dan ukuran tubuh remaja menyebabkan remaja tersebut memiliki pandangan diri (citra tubuh) secara mental dan masalah pada pola makan. Selain itu, dari hasil wawancara tidak sedikit siswi yang mulai membatasi polanya karena

mereka khawatir akan kenaikan berat badan. Karena keinginan siswi tertentu untuk memiliki tubuh yang ideal, masalah kesehatan sering muncul selama masa pubertas. Akibatnya, pola makan para siswi ini berubah menjadi tidak sehat sebab untuk mencapai apa yang mereka yakini sebagai bentuk tubuh yang ideal. Sehingga persepsi citra tubuh tersebut dapat memengaruhi pola makan yang akan berpengaruh terhadap status gizi siswi di SMA 2 Tabanan. Jadi sangat perlu adanya edukasi gizi dengan media video melalui aplikasi *Telegram* dimana hampir semua siswi di masa sekarang ini memiliki aplikasi *Telegram*, dimana sebanyak 4 video yang akan diberikan setiap minggu 1 video kepada siswi melalui aplikasi *Telegram* selama sebulan dan video tersebut berisikan mengenai citra tubuh dan pola makan. Hal ini ditujukan kepada siswi agar mengetahui apa saja intervensi dan edukasi yang dapat memperbaiki citra tubuh dan pola makan yang benar.

B. Variabel dan Definisi Operasional

1. Variabel

a. Variabel bebas (*independen*)

Variabel bebas adalah variabel yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel dependent (terikat) (Notoadmojo,2012). Variabel *independen* dari penelitian ini adalah Video Edukasi Gizi Melalui Aplikasi *Telegram*.

b. Variabel terikat (*dependen*)

Variabel *dependen* adalah variabel yang dipengaruhi oleh atau dihasilkan dari variabel *independen* (Notoadmojo,2012). Variabel *dependen* dari penelitian ini adalah Citra tubuh dan Pola makan.

2. Definisi Operasional Variabel

Tabel 2.
Definisi Operasional Variabel

No.	Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Skala Ukur
1	Pola Makan Dibedakan menjadi 3 asupan yaitu :	Pola makan adalah suatu cara dalam pengaturan dalam memilih jenis bahan makanan yang dikonsumsi, jumlah besar zat gizi serta frekuensi makan remaja dalam satu hari.	Wawancara langsung dengan menggunakan Form SQ-FFQ	Ordinal Lebih : >110% Cukup/Baik : 80%-110% Kurang : ≤ 80%
	Jenis	Jenis bahan makanan yang dapat diklasifikasikan sebagai bahan makanan yaitu seperti beras, ubi, daging dll.	Wawancara langsung menggunakan form SQ-FFQ	Ordinal Baik : > 10 jenis Kurang : <10 jenis
	Frekuensi	Frekuensi makan adalah kebiasaan atau berapa kali seseorang makan dalam sehari, baik secara kuantitatif maupun kualitatif.	Wawancara langsung menggunakan form SQ-FFQ	Ordinal Baik : > 5 kali Kurang : < 5 kali
	Jumlah	Jumlah asupan zat gizi yang sering digunakan berasal dari makanan yang dikonsumsi remaja setiap hari.	Wawancara langsung menggunakan form SQ-FFQ	Ordinal Lebih : >110% Cukup/Baik : 80%-110% Kurang : ≤ 80%
2	Citra Tubuh (<i>Body Image</i>)	Penilaian individu terhadap ukuran dan bentuk tubuhnya. Dengan kategori :	Menanyakan persepsi citra tubuh	Ordinal

		<p>- Citra tubuh positif : bila seseorang puas terhadap bentuk tubuh yang diinginkan yang sesuai dengan keadaan status gizinya</p> <p>- Citra tubuh negatif : bila seseorang tidak puas terhadap bentuk tubuh yang diinginkan yang tidak sesuai dengan keadaan status gizinya</p>	siswi SMA dengan bantuan kuesioner	
3	Video Edukasi Gizi Melalui Aplikasi <i>Telegram</i>	Video dapat digunakan untuk mengkomunikasikan pesan atau informasi dalam bentuk audio visual mengenai kesehatan gizi. Media pembelajaran terdiri dari alat yang secara fisik digunakan untuk menyampaikan isi materi, yang dapat dibagikan melalui aplikasi <i>telegram</i> dimana hampir semua siswi memiliki <i>handphone</i> yang dapat digunakan untuk mengakses video edukasi gizi sebagai media pembelajaran.	<i>Pretest</i> dan <i>posttest</i> kepada siswi SMA. Responden diberikan video edukasi gizi yang berisikan materi mengenai citra tubuh dan pola makan sebanyak 4 video selama 4 minggu. Dengan setiap minggu, 1 kali pengiriman video melalui Aplikasi <i>Telegram</i> .	Interval

C. Hipotesis

1. Ada pengaruh pemberian video edukasi gizi melalui aplikasi *Telegram* terhadap citra tubuh siswi di SMA Negeri 2 Tabanan.
2. Ada pengaruh pemberian video edukasi gizi melalui aplikasi *Telegram* terhadap pola makan siswi di SMA Negeri 2 Tabanan.