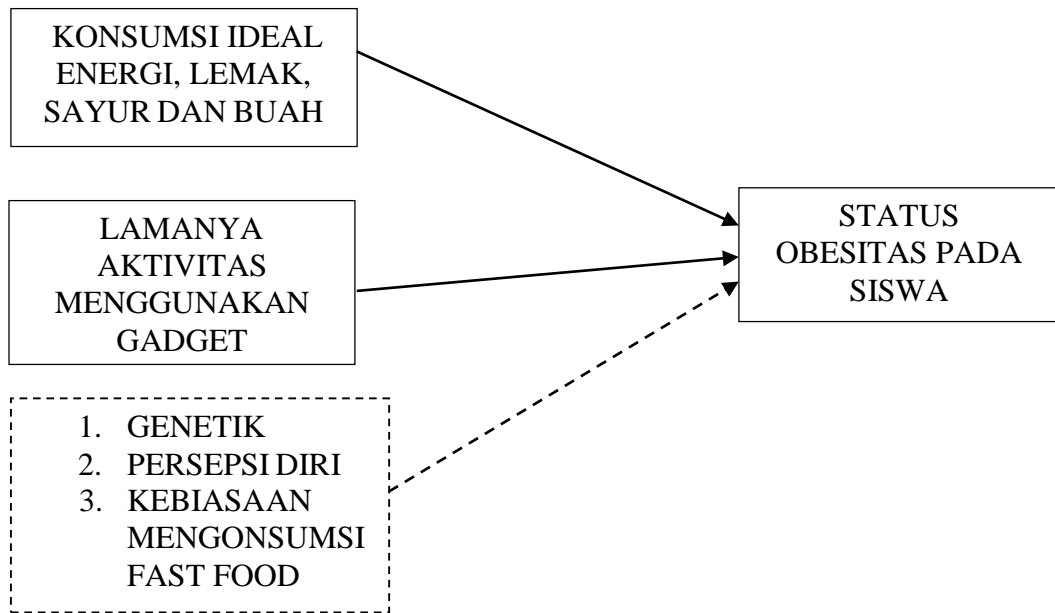


## BAB III

### KERANGKA KONSEP

#### A. Kerangka Konsep



Keterangan :

————> : Diteliti dan dianalisis hubungannya

-----> : Tidak diteliti

#### Kerangka Konsep :

Kejadian obesitas pada remaja dapat disebabkan oleh pola konsumsi buah dan sayur yang rendah serta aktifitas fisik yang kurang karena terlalu lamamenggunakan gadget. Pola konsumsi buah dan sayur dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan gaya hidup, ketersediaan pangan, status ekonomi keluarga, jumlah anggota keluarga dan sosial budaya. Sedangkan faktor-faktor yang mempengaruhi lamanya remaja menggunakan gadget adalah lingkungan, neurosains, pengasuhan yang kurang tepat dan kendali diri yang rendah. Faktor-faktor yang berhubungan dengan obesitas pada remaja yaitu faktor genetik, lingkungan, psikis, kesehatan,

obat-obatan, perkembangan dan usia, pola makan dan aktivitas. Dalam penelitian yang diteliti dan dianalisis dengan uji statistik adalah hubungan obesitas dengan lamanya menggunakan gadget dan pola makan buah dan sayur pada remaja. Sedangkan hubungan antara genetik, persepsi diri dan kebiasaan mengonsumsi fast food dengan kejadian obesitas diteliti tetapi tidak dianalisis dengan uji statistik.

## **B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel**

### **1. Variabel penelitian**

Variabel dari penelitian terdiri dari dua jenis, yaitu :

- a. Variabel bebas (Independen) : konsumsi ideal, lemak, sayur dan buah serta lamanya aktivitas menggunakan gadget.
- b. Variabel terikat (Dependen) : status obesitas pada siswa.

## 2. Definisi operasional

Variabel	Definisi Operasional	Cara Pengukuran	Hasil Pengukuran	Skala
Status obesitas	Suatu keadaan dari penumpukan jaringan lemak dalam tubuh, yang dapat mempengaruhi berat badan seseorang.	a. Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan. b. Menghitung IMT/U dan Z Score. c. Menentukan Status Gizi berdasarkan katagori PMK No 2 Th 2020.	Status Obesitas dikatagorikan menjadi : a. Obes ( <i>obese</i> ) bila $> +2SD$ b. Tidak Obes bila $\leq +2SD$	Ordinal
Konsumsi ideal energi, lemak, sayur dan buah	Kecukupan energi, lemak, sayur dan buah yang dikonsumsi oleh remaja dalam satu hari.	Recall konsumsi 2 x 24 jam tidak berturut-turut.	Konsumsi ideal dikatagorikan menjadi : a. Ideal : Jika Konsumsi energi, lemak, sayur dan buah sesuai dengan kebutuhan. b. Tidak Ideal : Jika paling sedikit satu diantara konsumsi energi, lemak, sayur dan buah tidak sesuai (lebih atau kurang) dengan kebutuhan.	Ordinal
a. Konsumsi energi	Jumlah energi yang dikonsumsi dalam satu hari yang bersumber dari berbagai makanan yang dikonsumsi.	Melakukan recall konsumsi 2 x 24 jam tidak berturut-turut.	Konsumsi energi dikatagorikan menjadi : a. Konsumsi kurang b. Konsumsi cukup c. Konsumsi lebih	Ordinal

b. Konsumsi lemak	Jumlah total lemak yang dikonsumsi dalam satu hari yang bersumber dari lemak nabati maupun lemak hewani.	Wawancara menggunakan form Recall Konsumsi 2 x 24 jam tidak berturut-turut.	Konsumsi lemak dikategorikan menjadi : a. Konsumsi kurang b. Konsumsi cukup c. Konsumsi lebih	Ordinal
c. Konsumsi sayur dan buah	Jumlah konsumsi sayur dan buah dalam satu hari sebanyak 400 gram.	Wawancara menggunakan form Recall Konsumsi 2 x 24 jam tidak berturut-turut.	Jumlah konsumsi sayuran dan buah yang dikonsumsi dikategorikan menjadi : a. Cukup bila $\geq 400$ gram sehari sehari. b. Kurang bila $< 400$ gram sehari	Ordinal
Aktifitas menggunakan gadget	Lamanya waktu yang digunakan dalam menggunakan gadget seperti laptop, computer, smart phone, notebook, tablet dan sejenisnya.	Wawancara menggunakan kuesioner	Kategori Aktifitas menggunakan Gadget sebagai berikut: menjadi dua : 1) Normal bila $\leq 2$ jam/hari 2) Tinggi bila $> 2$ jam/hari (Reid CY, et al (2016) dalam Anandita Mega Kumala, dkk (2019).	Ordinal

### C. Hipotesis

Adapun hipotesis penelitian ini yaitu :

- a. Ada hubungan antara konsumsi ideal energi, lemak, sayur dan buah dengan status obesitas pada siswa di SMPN 1 Denpasar.
- b. Ada hubungan antara lamanya menggunakan gadget dengan status obesitas pada siswa di SMPN 1 Denpasar.