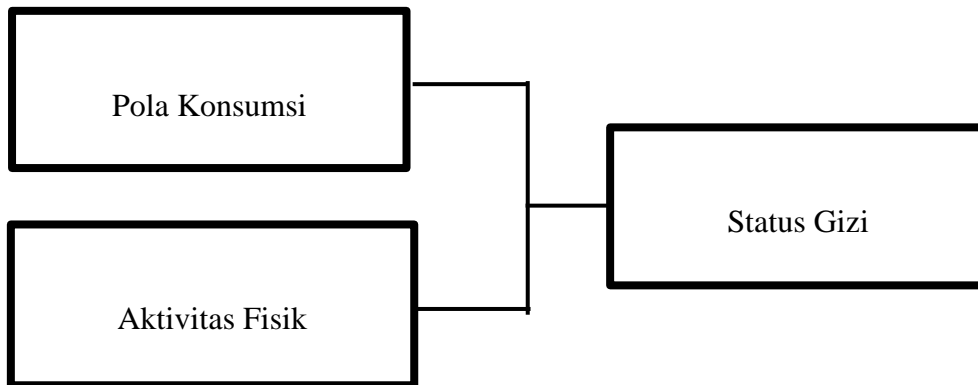


## BAB III

### KERANGKA KONSEP

#### B. Kerangka Konsep Penelitian



#### Penjelasan :

Status kesehatan sangat dipengaruhi oleh status gizi. Status gizi adalah keadaan yang diakibatkan oleh keserasian antara asupan zat gizi dari makanan dan kebutuhan zat gizi organisme. Asupan gizi memiliki dampak yang signifikan terhadap status gizi. (Kemenkes, 2017). Berdasarkan kerangka konsep diatas dapat dijelaskan bahwa hubungan variabel pola konsumsi dan aktivitas fisik dapat mempengaruhi status gizi.

#### C. Variabel dan Definisi Operasional Variabel

##### 1. Variabel Penelitian

Variabel merupakan suatu atribut, objek, kegiatan, orang atau segala sesuatu yang memiliki variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dicari, dikaji informasinya untuk kemudian ditarik kesimpulan. Variabel yang digunakan dalam penelitian yaitu variable independent dan variable dependent

- a. Variabel Independen : Pola konsumsi dan Aktivitas fisik
- b. Variabel Dependent : Status Gizi

#### D. Definisi Operasional Variabel

Tabel 3. Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skor
Status Gizi	Status kesehatan sangat dipengaruhi oleh status gizi. Status gizi adalah keadaan yang diakibatkan oleh keserasian antara asupan zat gizi dari makanan dan kebutuhan zat gizi organisme. Asupan gizi memiliki dampak yang signifikan terhadap status gizi.	Metode Antropometri	<b>IMT (Indeks Masa Tubuh)</b> Sangat kurus : <17,0 kg/m <sup>2</sup> Kurus : <17,0 - 18,4 kg/m <sup>2</sup> Normal : 18,5 - 25,0 kg/m <sup>2</sup> Gemuk : 25,1 - 27,0 kg/m <sup>2</sup> Obesitas : > 27,0 kg/m <sup>2</sup>	Ordinal
Pola Konsumsi	Pola konsumsi adalah suatu cara atau usaha dalam pengaturan jumlah dan jenis makanan dengan gambarakn	Metode wawancara dan SQ-FFQ	Frekuensi makan utama >3x sehari 3 kali sehari 2 kali sehari 1 kali sehari -Karbohidrat	Ordinal

---

informasi	Lebih >110%
meliputi	Baik 80-109%
mempertahankan	Kurang <80%
kesehatan, status	-Protein
nutrisi, mencegah	Lebih >110%
atau membantu	Baik 80-109%
kesembuhan	Kurang <80%
penyakit	-Lemak
	Lebih >110%
	Baik 80-109%
	Kurang <80%

---

Aktivitas	Aktivitas fisik	Metode	Unggul : >66,3	Ordinal
Fisik	adalah setiap gerakan tubuh yang melibatkan otot rangka yang melibatkan pengeluaran energi. Ini termasuk bekerja, bermain, tugas rumah, perjalanan, dan kegiatan rekreasi.	Metode wawancara dan kuisisioner	Baik Sekali : 57,1-66,2 Baik : 50,2 – 57,0 Cukup : 44,9 – 50,1 Kurang : 38,1 – 44,8 Kurang sekali : <38,0	

---

## **E. Hipotesis**

Hipotesis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu :

1. Ada hubungan antara pola konsumsi dengan status gizi pada anggota prajurit TNI-AD Yonzipur 18/YKR Gianyar
2. Ada hubungan antara aktivitas fisik dengan status gizi pada anggota prajurit TNI-AD Yonzipur 18/YKR Gianyar