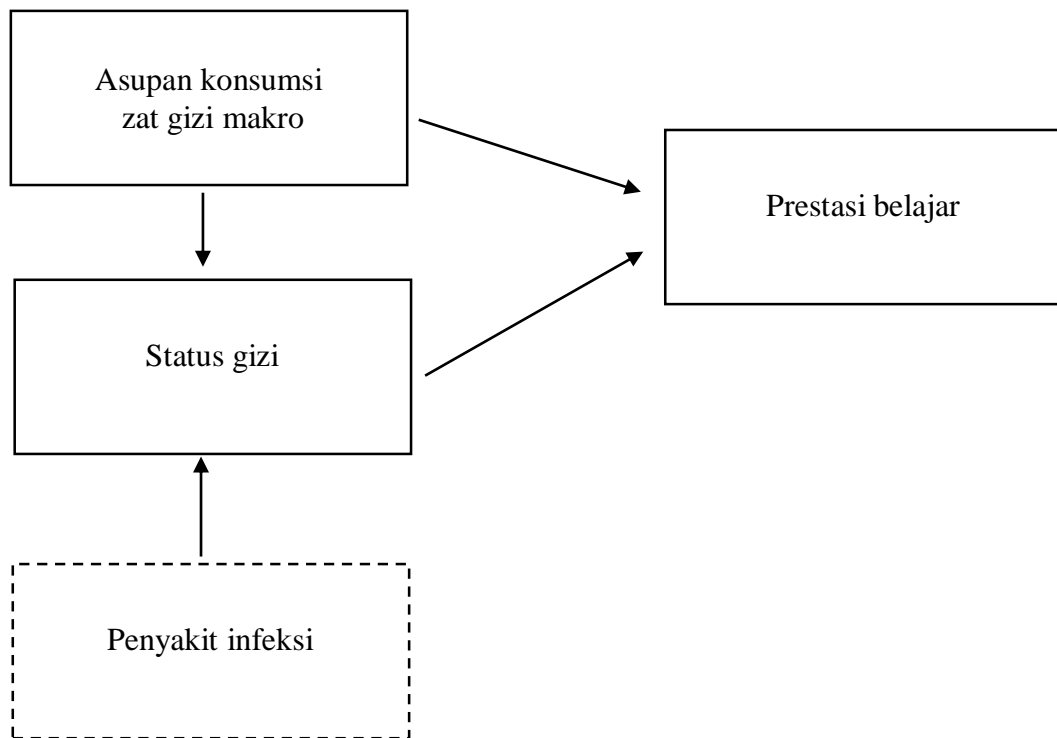

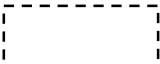


BAB III
KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep



Gambar 1 Kerangka Konsep Penelitian

Ket :  (Variabel yang diteliti)
 (Variabel yang tidak diteliti)

Penjelasan kerangka konsep:

Prestasi belajar dipengaruhi oleh faktor fisiologi baik bersifat bawaan maupun diperoleh yang termasuk faktor ini adalah asupan konsumsi zat gizi makro dan status gizi. Mengonsumsi makronutrien diperlukan untuk pertumbuhan, terutama

selama perkembangan otak.. Pada perkembangan otak, Satu-satunya sumber energi adalah glukosa. Karena otak dan saraf sangat bergantung pada glukosa untuk kebutuhan energinya, maka ketersediaan glukosa harus dijaga demi kesehatan jaringan dan organ tubuh. Glukosa dapat diperoleh dari makanan yang mengandung makronutrien terutama karbohidrat. Siswa yang memiliki cukup glukosa yang tersedia di otaknya akan memiliki stamina, fokus, dan energi yang diperlukan untuk menyelesaikan tugas-tugas akademisnya. Pola konsumsi dan ada tidaknya penyakit infeksi berdampak pada status gizi. Tubuh akan terpengaruh oleh kekurangan zat gizi makro yang dapat menyebabkan malnutrisi dan masalah gizi lainnya. Siswa yang kekurangan gizi sering menunjukkan tanda-tanda mengantuk dan kurang bersemangat yang dapat menghambat pembelajaran di sekolah dan menurunkan prestasi belajarnya. Kualitas pendidikan seorang siswa dikarenakan terpengaruh oleh gizi buruk. Oleh karena itu kebiasaan makan dan status gizi berdampak pada prestasi belajar.

B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel

Variabel penelitian ini meliputi :

1. Variabel independent : Asupan Konsumsi Zat Gizi Makro dan Status Gizi
2. Variabel dependet : Prestasi Belajar Siswa

Tabel 2
Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi Operasional	Cara Pengukuran	Skala
Prestasi Belajar	prestasi belajar merupakan prestasi akademik sampel yang didapatkan dari nilai rata-rata raport semester ganjil tahun ajaran 2022/2023	Mencatat nilai rata-rata seluruh mata pelajaran siswa kls XI pada nilai raport semester ganjil tahun ajaran 2022/2023	Ordinal
	a. Sangat baik (A) : 90 – 100		
	b. Baik (B) : 79 - 89		
	c. Cukup (C) : 75 - 78		
	d. Kurang (D) : < 75		
Asupan Konsumsi Zat Gizi Makro	Jumlah makanan atau minuman yang dikonsumsi sampel selanjutnya dihitung nilai zat gizi makro (energi, protein, lemak, dan karbohidrat) Asupan dikategorikan menjadi :	Wawancara bantuan form recall 2 x 24 jam tidak berturut-turut	Ordinal
	a. Kelebihan asupan: > 110%		
	b. Normal : 80 – 110%		
	c. Kurang : < 80%		
Status Gizi	Nilai IMT/U kemudian dibandingkan dengan Z-score selanjutnya dikategorikan menjadi :	Menimbang berat badan, mengukur tinggi badan, dan menghitung IMT/U	Ordinal

Nilai ambang batas Z-Score,
sumber PMK No.20 Th 2020

- a. Gizi kurang (*thinness*) : -
3SD sd < -2 SD
 - b. Gizi baik (*normal*) : -2 SD
sd +1 SD
 - c. Gizi lebih (*overweight*) :
+1 SD sd +2 SD
 - d. Obesitas (*obese*) : > +2 SD
-

C. Hipotesis

Pada penelitian ini dapat diajukan beberapa hipotesis yaitu :

1. Ada hubungan antara asupan zat gizi makro dengan prestasi belajar siswa.
2. Ada hubungan antara status gizi dengan prestasi belajar siswa.