

BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep penelitian adalah suatu hubungan atau kaitan antara konsep satu terhadap konsep yang ingin diteliti (Setiadi, 2013). Adapun kerangka konseptual penelitian ini dapat digambarkan sebagai



Gambar 1. Bagan Keterkaitan Pola Konsumsi *Junk Food* dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Gizi Lebih/Obsitas

Penjelasan Gambar :

Overweight (Berat badan berlebih) disebabkan oleh kombinasi antara asupan energi makanan yang berlebihan, kurangnya aktivitas fisik dan kerentangan genetik (Frank, 2012). *Overweight* terjadi karena dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya faktor genetik, pola konsumsi, aktivitas fisik, faktor psikis. Namun karena keterbatasan penulis, maka yang dikaji dalam penelitian ini hanya sebatas pola konsumsi makanan *junk food* dan aktivitas fisik terhadap terjadinya gizi lebih/obesitas.

B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel Pengamatan

1. Variabel Pengamatan

a. Variabel Independent

Variabel terikat adalah variabel yang menjadi akibat atau yang dipengaruhi oleh variabel bebas. Dalam kajian tugas akhir ini variabel terikatnya (Dependen) adalah *Overweight* dan Obesitas

b. Variabel Dependent

Variabel bebas adalah variabel yang menjadi penyebab atau yang mempengaruhi variabel terikat. Dalam kajian tugas akhir ini variabel bebasnya

(Independen) adalah pola aktivitas fisik dan pola konsumsi makanan cepat saji (*junk food*) yang meliputi jenis, jumlah dan frekuensi.

c. Definisi Operasional

Definisi Operasional Variabel adalah pengertian variabel (yang diungkap dalam definisi konsep) tersebut, secara operasional, secara praktik dalam lingkup obyek penelitian. Adapaun definisi operasional variabel yang dikaji pada penelitian ini bisa dilihat pada Tabel 2.

Tabel 2. Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Pola Konsumsi	Jenis <i>junk food</i> yang dikonsumsi	Wawancara bantu Form recall	Banyaknya jenis makanan yang dikonsumsi	Ordinal: Jenis <i>junk food</i> Tinggi: >5 Jenis <i>junk food</i> Rendah: <5 Jenis <i>junk food</i>
	Jumlah meliputi: energy dan lemak yang dikonsumsi dari asupan <i>junk food</i>	Wawancara bantu Form Recall	Hasil rata-rata	Ordinal Hasil rata-rata perhitungan konsumsi
	Frekuensi konsumsi <i>junk food</i>	Wawancara bantu Form Recall	Hasil rata-rata	Ordinal Hasil rata-rata perhitungan konsumsi
Kelebihan Berat Badan	Peningkatan rasio lemak dan <i>leanbody issue</i> dan menunjukkan adanya penumpukan lemak tubuh yang melebihi batas normal	Menimbang berat badan dan mengukur tinggi badan	Menggunakan skala IMT/U dan dalam bentuk Z-Skor	Ordinal Gizi Kurang: -3sd < -2sd Gizi Baik: -2sd +1sd Gizi Lebih: +1sd +2sd Obesitas: >+2sd
Aktivitas Fisik	Setiap Gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi	Wawancara dibantu dengan form	Hasil rata-rata	Ordinal Hasil rata-rata perhitungan aktivitas fisik