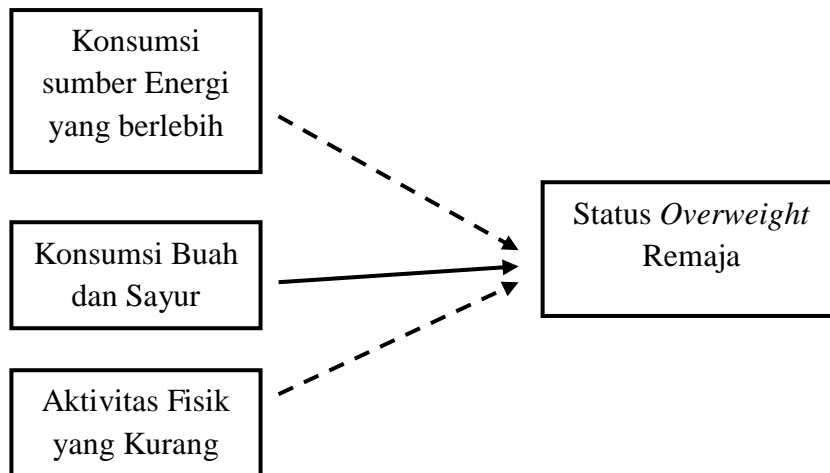


**BAB III**  
**KERANGKA KONSEP**

**A. Kerangka Konsep**



Gambar 3.

Perbedaan Status *Overwiehgt* terhadap Konsumsi Buah dan Sayur pada Siswa Smk Kesehatan Bali Medika Denpasar

Keterangan :

-----> : Tidak Diteliti

————> : Diteliti

Penjelasan :

Berdasarkan kerangka konsep diatas konsumsi merupakan salah satu faktor dari status *overweight* remaja. Konsumsi merupakan cerminan perilaku seseorang yang berkaitan dengan cara pemenuhan kebutuhan dari makanan yang dimakannya setiap hari yang mencangkup jumlah asupan makanan yang dikonsumsi perharinya. Konsumsi buah dan sayur pada remaja akan berpengaruh pada status *overweight* remaja. Konsumsi buah dan sayur itu sendiri baik, sehingga secara otomatis asupan zat gizi buah dan sayur pada remaja akan terpenuhi dengan optimal dan dapat membentuk status gizi yang baik pada remaja. Dan sebaliknya jika pola konsumsi buah dan sayur pada remaja jelek, sehingga asupan zat gizi buah dan sayur pada

remaja tidak terpenuhi dengan baik sehingga dapat membentuk status *overweight* bagi remaja.

## B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel

### 1. Variabel

- a. Variabel Terikat dalam penelitian ini adalah Status *Overweight* Remaja
- b. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Konsumsi Buah dan Sayur

### 2. Definisi Operasional Variabel

Tabel 2.

Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Pengukuran	Skala Ukur
Satus <i>Overweight</i>	Kelebihan Berat Badan sampel yang melebihi berat badan normal yang berdasarkan IMT/U yang dikelompokan menjadi <i>Overweight</i> dan tidak <i>Overweight</i>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Pengukuran TB menggunakan alat <i>microtoise</i> dengan panjang 200 cm dan ketelitian 0,1 cm.</li> <li>- Penimbangan BB menggunakan alat timbangan injak.</li> <li>- Perhitungan IMT menggunakan rumus <math>\frac{BB (kg)}{TB (cm)^2}</math></li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- <i>Microtoise</i></li> <li>- Timbangan Digital</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li><i>Overweight</i> = &gt; 1 s/d &gt; 2 SD</li> <hr/> <li>Tidak <i>Overweight</i> = &lt; - 3 SD s/d 1 SD</li> </ul>	Ordinal

Konsumsi Buah dan Sayur	Adalah cerminan perilaku sampel dalam konsumsi buah dan sayur sehari dibandingkan dengan kebutuhan menurut Angka Kecukupan pada remaja (AKG)	Menggunakan kuisioner Food Recall dengan metode wawancara	Form Food Recall	$\geq 250$ gram/org/hari = Konsumsi Sayur Cukup  $< 250$ gram/org/hari = Konsumsi Sayur Kurang  $\geq 150$ gram/org/hari = Konsumsi Buah Cukup  $< 150$ gram/org/hari = Konsumsi Buah Kurang	Ordinal
-------------------------	--	---	------------------	--	---------

### C. Hipotesis Penelitian

Ada Perbedaan status *Overweight* berdasarkan konsumsi buah dan sayur pada siswa SMK Kesehatan Bali Medika Denpasar.