

BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep

Penelitian ini menggunakan kerangka konsep sebagai acuan dalam menggambarkan keterkaitan antara variabel-variabel yang diteliti, sebagaimana ditunjukkan berikut ini:



Gambar 1 Kerangka Konsep Perbedaan Status Gizi Berdasarkan Citra Tubuh dan Tingkat Konsumsi Zat Gizi Makro

Keterangan:

= variabel yang diteliti

Penjelasan kerangka konsep:

Berbagai faktor memengaruhi status gizi seseorang, sehingga setiap orang dapat memiliki status gizi yang berbeda. Salah satu faktor langsung yang berpengaruh adalah tingkat konsumsi zat gizi makro. Apabila asupan zat gizi makro cukup untuk memenuhi kebutuhan tubuh, status gizi cenderung baik, sebaliknya jika asupan zat gizi makro tidak cukup, status gizi dapat menjadi buruk. Selain itu, citra tubuh juga berperan dalam memengaruhi status gizi. Individu dengan citra tubuh negatif cenderung memiliki persepsi yang tidak realistis terhadap bentuk tubuh ideal, yang mendorong mereka untuk melakukan tindakan ekstrem seperti diet ketat atau tidak

sehat. Kondisi ini dapat menyebabkan asupan zat gizi menjadi tidak adekuat dan berdampak pada status gizi yang kurang optimal.

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel penelitian

Ada dua jenis variabel dalam penelitian ini: variabel terikat (*variabel dependent*) dan variabel bebas (*variabel independen*).

- a. Variabel *dependent* (terikat) pada penelitian ini adalah status gizi.
- b. Variabel *independent* (bebas) pada penelitian ini adalah citra tubuh dan tingkat konsumsi zat gizi makro.

2. Definisi operasional

Tabel 2

Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Skala
Status gizi	Gambaran kondisi tubuh seseorang yang diukur dengan IMT/U	Untuk mengumpulkan data antropometri, tinggi badan dan berat badan sampel diukur, usia sampel dicatat, dan dinilai (IMT/U)	Ordinal
Citra tubuh	Penilaian individu terhadap ukuran, bentuk tubuh serta penampilannya	Pengisian kuesioner <i>Body Shape Questionnaire (BSQ)</i> -16 oleh sampel	Ordinal
Tingkat konsumsi zat gizi makro	Asupan rata-rata zat gizi makro (energi, protein, lemak, dan karbohidrat) dari sampel selama dua hari dievaluasi dengan membandingkannya terhadap angka kecukupan gizi (AKG), kemudian hasilnya dinyatakan dalam bentuk persentase (%)	Wawancara dengan menggunakan form <i>recall</i> 1x 24 jam	Ordinal

C. Hipotesis Penelitian

Pada penelitian ini dapat diajukan beberapa hipotesis yaitu:

- a. Ada perbedaan status gizi berdasarkan citra tubuh siswi SMA Negeri 4 Denpasar.
- b. Ada perbedaan status gizi berdasarkan tingkat konsumsi energi siswi SMA Negeri 4 Denpasar.
- c. Ada perbedaan status gizi berdasarkan tingkat konsumsi protein siswi SMA Negeri 4 Denpasar.
- d. Ada perbedaan status gizi berdasarkan tingkat konsumsi lemak siswi SMA Negeri 4 Denpasar.
- e. Ada perbedaan status gizi berdasarkan tingkat konsumsi karbohidrat siswi SMA Negeri 4 Denpasar.