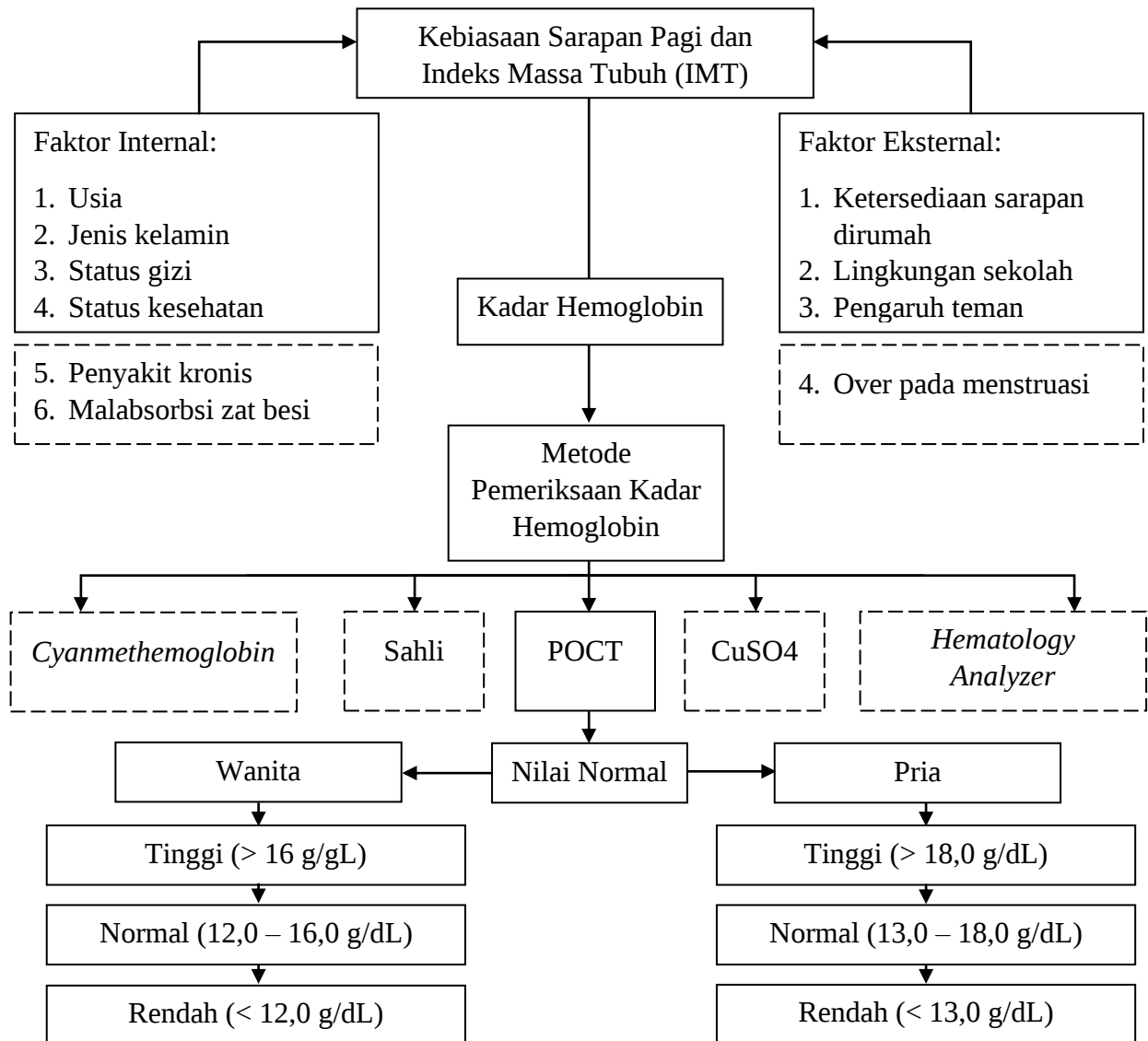


BAB III

KERANGKA KONSEP

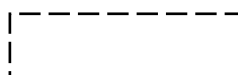
A. Kerangka Konsep



Keterangan :



: Variabel yang diteliti



: Variabel yang tidak diteliti

Gambar 3 Kerangka Konsep Penelitian

Kerangka konsep penelitian ini menjelaskan bahwa kadar hemoglobin (Hb) sebagai indikator status anemia pada remaja dipengaruhi oleh kecukupan asupan zat gizi dan kondisi status gizi tubuh. Kebiasaan sarapan berperan dalam menyediakan energi serta zat gizi penting seperti zat besi, protein, asam folat, vitamin B12, dan vitamin C yang mendukung proses pembentukan hemoglobin, sehingga kebiasaan melewatkan sarapan berpotensi menurunkan kadar Hb. Indeks Massa Tubuh (IMT) mencerminkan status gizi; IMT rendah dapat menunjukkan kekurangan zat gizi yang menghambat eritropoiesis, sedangkan IMT tinggi dapat berkaitan dengan gangguan metabolisme yang memengaruhi pemanfaatan zat besi. Dengan demikian, kebiasaan sarapan dan IMT diposisikan sebagai variabel independen yang secara teoritis berhubungan dengan kadar hemoglobin sebagai variabel dependen, dengan mempertimbangkan adanya faktor perancu seperti usia, jenis kelamin, status kesehatan, pola menstruasi, serta faktor lingkungan dan ketersediaan pangan.

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel penelitian

Variabel riset komponen utama yang menjadi objek pengamatan dan pengukuran. Ketepatan dalam penentuan variabel sangat berpengaruh terhadap arah, cakupan, dan hasil penelitian, karena kesalahan dalam mengidentifikasi variabel dapat menyebabkan hilangnya fokus penelitian dan menghasilkan kesimpulan yang tidak tepat (Haifa dkk., 2025).

a. Variabel independen (bebas)

Variabel independen merupakan variabel yang memiliki peranan sebagai faktor yang memberi dampak ataupun mengakibatkan perubahan dalam variabel

dependen, dan sering disebut sebagai variabel bebas, eksogen, atau prediktor (Haifa dkk., 2025). Dalam penelitian ini, variabel independen meliputi kebiasaan sarapan dan Indeks Massa Tubuh (IMT).

b. Variabel dependen (terikat)

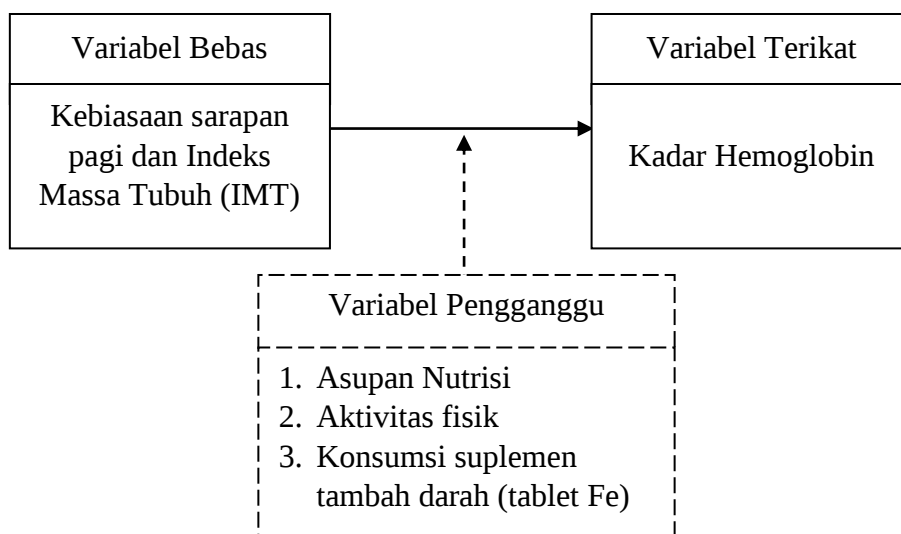
Variabel dependen merupakan variabel yang diberi pengaruh melalui variabel independen serta kerap diketahui dengan variabel terikat, tidak bebas, atau endogen (Haifa dkk., 2025). Pada riset ini, variabel dependen yang diriset ialah kadar hemoglobin.

c. Variabel pengganggu

Variabel pengganggu ialah aspek di luar variabel bebas yang dapat memengaruhi variabel terikat (Haifa dkk., 2025). Dalam penelitian ini, variabel pengganggu meliputi asupan nutrisi, aktivitas fisik, menstruasi, dan konsumsi suplemen penambah darah (tablet Fe).

2. Hubungan antarvariabel

Diagram hubungan antar variabel dalam penelitian ini dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 4 Hubungan Antar Variabel

3. Definisi operasional

Tabel 3

Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi	Cara Pengukuran	Skala Data
1	2	3	4
Kebiasaan Sarapan	Kebiasaan sarapan adalah kegiatan yang melaksanakan makan serta minum yang dilakukan secara teratur terjadi pada saat bangun pagi sampai jam 9 pagi	Diukur menggunakan kuesioner. Dapat dikategorikan: - Baik, dikatakan baik apabila hasil skor kuesioner responden mendapatkan skor 48-63 (76-100%). - Cukup, dikatakan cukup apabila hasil skor kuesioner responden mendapatkan skor 36-47 (56-75%). - Kurang, dikatakan kurang apabila hasil skor kuesioner responden mendapatkan skor 21-34 ($\leq 55\%$). (Isnaini, 2022)	Ordinal
Indeks Massa Tubuh (IMT)	Keadaan tubuh yang diakibatkan oleh keseimbangan zat gizi dari makanan dengan zat gizi yang diukur dengan IMT/U	Diukur menggunakan berat badan dan tinggi badan dihitung Z-Score dengan kategori: - Gizi kurang (-3 SD sampai -2 SD) - Gizi baik (-2 SD sampai $+1$ SD) - Gizi lebih ($+1$ SD sampai $+2$ SD) - Obesitas ($> +2$ SD) (Kemenkes RI, 2020)	Ordinal
Kadar Hemoglobin	Kadar hemoglobin siswa SMP Dharma Wiweka yang didapatkan dari hasil pemeriksaan hemoglobin dalam darah dengan metode POCT (<i>Point of Care Test</i>)	Diukur menggunakan metode POCT (<i>Point of Care Testing</i>). Dapat dikategorikan: Wanita: - Rendah (<12 g/dL) - Normal (12-16 g/dL) - Tinggi (>16 g/dL) Pria: - Rendah (<13 g/dL) - Normal (13-18 g/dL) - Tinggi (>18 g/dL) (WHO, 2011)	Ordinal

C. Hipotesis Statistik

H_0 = Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan dan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan kadar hemoglobin pada siswa SMP Dharma Wiweka Denpasar

H_1 = Terdapat hubungan yang signifikan antara kebiasaan sarapan dan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan kadar hemoglobin pada siswa SMP Dharma Wiweka Denpasar