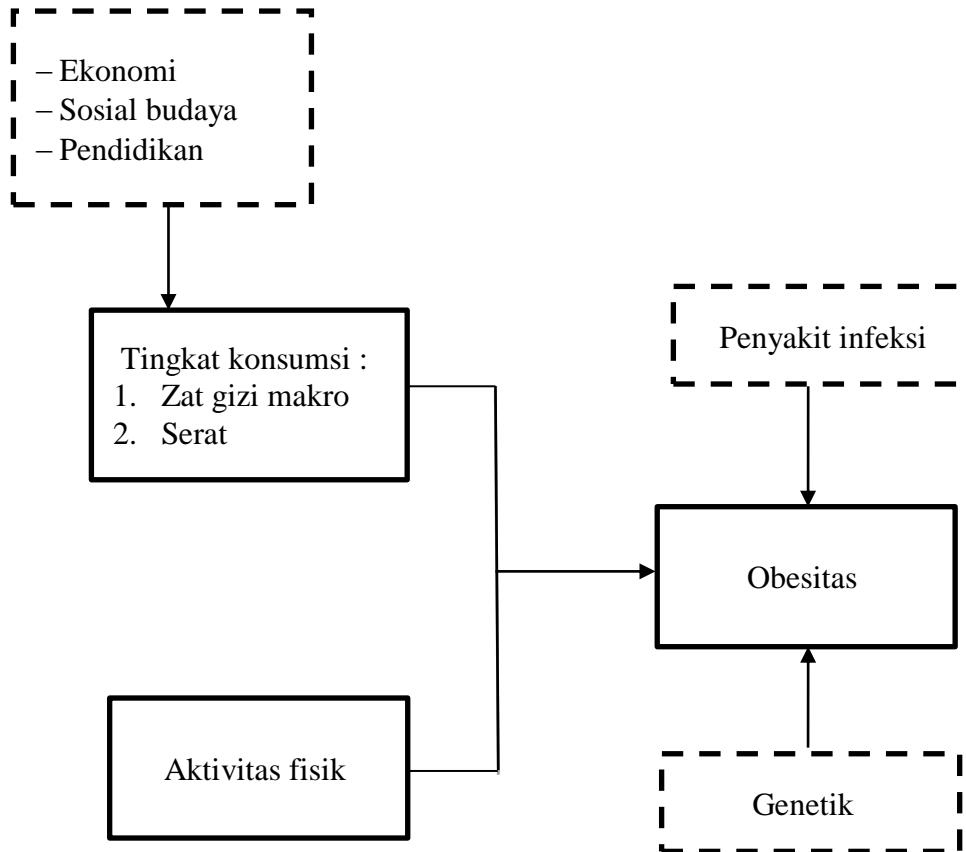


## BAB III

### KERANGKA KONSEP PENELITIAN


#### A. Kerangka Konsep Penelitian



Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian

Keterangan :

 : diteliti

 : tidak diteliti

Penjelasan :

Obesitas merupakan suatu akumulasi lemak dalam jaringan adiposa yang abnormal atau berlebihan. Obesitas dipengaruhi oleh faktor langsung dan tidak langsung. Faktor langsung penyebab obesitas yaitu konsumsi zat gizi makro, konsumsi serat, aktivitas fisik, penyakit infeksi, dan genetik. Dari faktor tersebut peneliti ingin meneliti apakah tingkat konsumsi zat gizi makro, tingkat konsumsi serat, dan aktivitas fisik dapat mempengaruhi status gizi pada anak sekolah dasar. Apabila konsumsi zat gizinya salah dan tidak diperhatikan dengan baik, maka akan berdampak pada status gizinya. Asupan zat gizi makro yang berlebih akan diubah tubuh menjadi simpanan lemak yang disimpan di jaringan adipose (Barker, 2004). Tingginya tingkat konsumsi zat gizi makro dan rendahnya tingkat konsumsi serat akan menyebabkan masalah gizi lebih atau obesitas. Obesitas tidak hanya dipengaruhi oleh banyaknya konsumsi makanan tetapi juga karena kurangnya aktivitas fisik. Aktivitas fisik seseorang dapat berubah akibat dari perkembangan teknologi dan waktu luang untuk menonton dan bermain gadget hingga berjam-jam. Apabila seseorang terbiasa mengkonsumsi makanan berlebih dan kurangnya konsumsi serat serta aktivitas fisik yang kurang akan berisiko mengalami gizi lebih atau obesitas. Faktor penyakit infeksi dan genetik tidak diteliti. Faktor yang dapat mempengaruhi tingkat konsumsi yaitu ekonomi, sosial budaya, dan pendidikan. Dimana ekonomi, sosial budaya dan pendidikan merupakan faktor tidak langsung penyebab obesitas. Faktor tidak langsung tersebut tidak diteliti.

## B. Variabel Dan Definisi Operasional Variabel

### 1. Variabel

Variabel yang diamati pada penelitian ini adalah variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas yang diamati yaitu tingkat konsumsi zat gizi makro, tingkat konsumsi serat, dan aktivitas fisik. Sedangkan yang merupakan variabel terikat yaitu obesitas.

### 2. Definisi operasional variable

Tabel 2  
Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Tingkat konsumsi zat gizi makro	Jumlah rata-rata konsumsi energi, karbohidrat, protein, lemak yang dibandingkan dengan kebutuhan	Metode food recall 2 x 24 jam	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Defisit berat &lt; 70%</li> <li>– Defisit sedang 70%-79%</li> <li>– Defisit ringan 80%-89%</li> <li>– Normal 90%-119%</li> <li>– Berlebih <math>\geq</math> 120%</li> </ul> (Kusharto & Supariasa, 2014)	Interval
Tingkat konsumsi serat	Rata-rata konsumsi serat dibandingkan dengan kecukupan serat	Metode food recall 2 x 24 jam	Umur 9 tahun : <ul style="list-style-type: none"> <li>– Kurang : &lt; 26 gram/hari</li> <li>– Baik : <math>\geq</math> 26 gram/hari</li> </ul> Umur 10 – 11 tahun: <ul style="list-style-type: none"> <li>– Kurang : &lt; 30 gram/hari</li> <li>– Baik : <math>\geq</math> 30 gram/hari</li> </ul> (Menteri Kesehatan RI, 2013)	Interval
Aktifitas fisik	Kegiatan sehari-hari terkait olahraga yang dilakukan sampel dalam sehari	Wawancara dengan form PAQ-C	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Kurang bila skor kuesioner <math>\leq</math> 85</li> <li>– Baik bila skor kuesioner &gt; 85</li> </ul> (Kowalski, Crocker, & M.Donen, 2004)	Interval
Obesitas	Keadaan yang menunjukkan ketidakseimbangan antara tinggi dan berat badan akibat jaringan lemak dalam tubuh	IMT/U	<ul style="list-style-type: none"> <li>– Tidak Obesitas (normal) Z-score <math>\geq</math> -2.0 s/d <math>\leq</math> 1.0</li> <li>– Obesitas : Z-score &gt; 2.0</li> </ul> (Kemenkes RI, 2011)	Rasio

### **C. Hipotesis**

1. Ada perbedaan tingkat konsumsi zat gizi makro pada siswa obesitas dan siswa status gizi normal Sekolah Dasar Negeri 1 Ubud.
2. Ada perbedaan tingkat konsumsi serat pada siswa obesitas dan siswa status gizi normal Sekolah Dasar Negeri 1 Ubud.
3. Ada perbedaan aktivitas fisik pada siswa obesitas dan siswa status gizi normal Sekolah Dasar Negeri 1 Ubud.