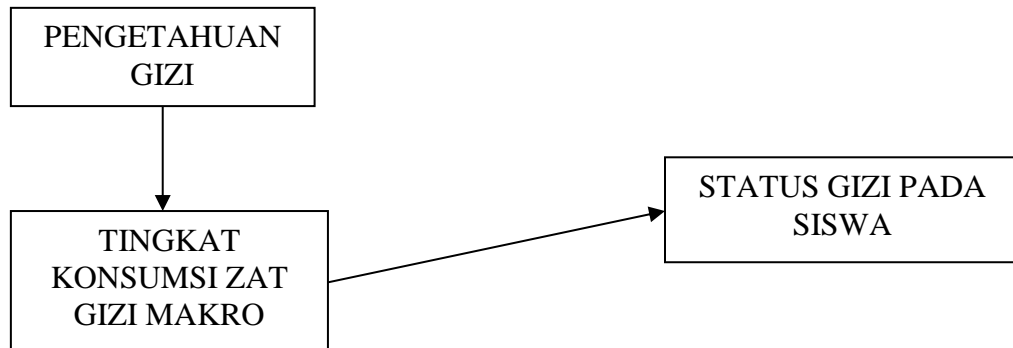


BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep



Berdasarkan teori yang telah dibahas di bab sebelumnya, banyak faktor yang mempengaruhi status gizi seseorang, terutama status gizi siswa. Salah satunya yaitu pengetahuan siswa tentang gizi seimbang dan asupan zat gizi makro. Siswa sekolah yang tergolong remaja memiliki pengetahuan tentang gizi seimbang dan asupan energi dan protein yang berbeda satu sama lain. Banyak penelitian yang dilakukan terkait status gizi siswa namun belum spesifik. Pengetahuan tentang gizi seimbang dan asupan zat gizi makro sangat menarik untuk diteliti lebih mendalam karena pada usia siswa yang masih remaja terjadi perubahan dari anak-anak menuju dewasa sehingga merubah pengetahuan tentang gizi seimbang dan asupan zat gizi makro banyak dipengaruhi oleh lingkungannya atau teman sebaya yang berdampak pada status gizinya.

Dalam penelitian ini diteliti lebih detail mengenai pengetahuan siswa tentang gizi seimbang. Selain itu, tingkat konsumsi zat gizi makro dalam penelitian ini juga diteliti lebih detail yaitu mengenai makanan yang dikonsumsi harian.

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional Penelitian

1. Variabel Penelitian

- a. Variabel Independent dari penelitian ini adalah pengetahuan gizi dan tingkat konsumsi zat gizi makro siswa di SMA Negeri 1 Dawan Kabupaten Klungkung.
- b. Variabel Dependent dari penelitian ini adalah status gizi siswa di SMA Negeri 1 Dawan Kabupaten Klungkung.

2. Definisi Operasional Penelitian

Varibel	Defisini Operasional	Pengukuran	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Status Gizi	Adalah keadaan siswa yang diakibatkan oleh status keseimbangan antara jumlah asupan zat gizi dan jumlah pengeluaran zat gizi makro.	Pengukuran tinggi badan dan berat badan	Mikrotoice yang memiliki ukuran 2 meter dan timbangan injak digital yang memiliki ketelitian 0.1	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kategori sangat kurus apabila Z-Score sampel < -3 SD. 2. Kategori kurus apabila Z-Score sampel - 3 SD sampai dengan -2 SD. 3. Kategori normal apabila Z-Score sampel -2 SD sampai dengan 1 SD. 4. Kategori gemuk apabila Z-Score sampel 	Ordinal

				>1 SD sampai dengan 2 SD. 5. Kategori obesitas apabila Z-Score sampel >2 SD.	
Tingkat Konsumsi Energi	Adalah energi yang dikonsumsi siswa yang bersumber dari makanan dan minuman dalam suatu hari yang kemudian dibandingkan dengan kecukupan individu	Melakukan recall 2 x 24 jam dan mengkonversi ke berat ,entah dan nilai gizi. Membandingkan dengan AKG berdasarkan umur dan jenis kelamin.	2 x 24 jam form recall	1. Tingkat konsumsi energi lebih apabila >119% AKG 2. Tingkat konsumsi energi baik apabila 89%-119% AKG 3. Tingkat konsumsi energi defisit ringan apabila 80%-88% AKG 4. Tingkat konsumsi energi defisit sedang apabila 70%-79% AKG 5. Tingkat konsumsi energi defisit berat apabila <70% AKG	Ordinal
Tingkat Konsumsi Protein	Adalah protein yang dikonsumsi siswa yang bersumber dari makanan dan minuman dalam suatu hari yang kemudian	Melakukan recall 2 x 24 jam dan mengkonversi ke berat ,entah dan nilai gizi. Membandingkan dengan AKG berdasarkan umur dan jenis	2 x 24 jam form recall	1. Tingkat konsumsi protein lebih apabila >119% AKG 2. Tingkat konsumsi protein baik apabila 89%-119% AKG	Ordinal

	dibandingkan dengan kecukupan individu	kelamin.		<p>3. Tingkat konsumsi protein defisit ringan apabila 80%-88% AKG</p> <p>4. Tingkat konsumsi lemak defisit sedang apabila 70%-79% AKG</p> <p>5. Tingkat konsumsi protein defisit berat apabila <70% AKG</p>	
Tingkat Konsumsi Lemak	Adalah lemak yang dikonsumsi siswa yang bersumber dari makanan dan minuman dalam suatu hari yang kemudian dibandingkan dengan kecukupan individu	Melakukan recall 2 x 24 jam dan mengkonversi ke berat ,entah dan nilai gizi. Membandingkan dengan AKG berdasarkan umur dan jenis kelamin.	2 x 24 jam form recall	<p>1. Tingkat konsumsi lemak lebih apabila >119% AKG</p> <p>2. Tingkat konsumsi lemak baik apabila 89%-119% AKG</p> <p>3. Tingkat konsumsi lemak defisit ringan apabila 80%-88% AKG</p> <p>4. Tingkat konsumsi lemak defisit sedang apabila 70%-79% AKG</p> <p>5. Tingkat konsumsi lemak defisit berat apabila <70% AKG</p>	Ordinal

Tingkat Konsumsi Karbohidrat	Adalah karbohidrat yang dikonsumsi siswa yang bersumber dari makanan dan minuman dalam suatu hari yang kemudian dibandingkan dengan kecukupan individu	Melakukan recall 2 x 24 jam dan mengkonversi ke berat ,entah dan nilai gizi. Membandingkan dengan AKG berdasarkan umur dan jenis kelamin.	2 x 24 jam form recall	<ol style="list-style-type: none"> 1. Tingkat konsumsi karbohidrat lebih apabila >119% AKG 2. Tingkat konsumsi karbohidrat baik apabila 89%-119% AKG 3. Tingkat konsumsi karbohidrat defisit ringan apabila 80%-88% AKG 4. Tingkat konsumsi karbohidrat defisit sedang apabila 70%-79% AKG 5. Tingkat konsumsi karbohidrat defisit berat apabila <70% AKG 	Ordinal
Pengetahuan Gizi	Adalah segala sesuatu hal yang diketahui tentang gizi dalam hubungannya dengan kesehatan optimal	Skor pengetahuan diukur dengan nilai dari kuesioner sebanyak 20 pertanyaan	Kuesioner	<ol style="list-style-type: none"> 1. Kategori pengetahuan baik apabila jawaban benar >75% 2. Kategori pengetahuan cukup apabila jawaban benar 60%-75% 3. Kategori pengetahuan kurang apabila jawaban benar <60% 	Ordinal

C. Hipotesis penelitian

Dalam penelitian ini rumusan hipotesis berdasarkan konsep penelitian yang ada yaitu:

1. Ada hubungan antara pengetahuan gizi dengan status gizi pada siswa di SMA Negeri 1 Dawan Kabupaten Klungkung.
2. Ada hubungan antara tingkat konsumsi energi dengan status gizi pada siswa di SMA Negeri 1 Dawan Kabupaten Klungkung.
3. Ada hubungan antara tingkat konsumsi protein dengan status gizi pada siswa di SMA Negeri 1 Dawan Kabupaten Klungkung.
4. Ada hubungan antara tingkat konsumsi lemak dengan status gizi pada siswa di SMA Negeri 1 Dawan Kabupaten Klungkung.
5. Ada hubungan antara tingkat konsumsi karbohidrat dengan status gizi pada siswa di SMA Negeri 1 Dawan Kabupaten Klungkung.