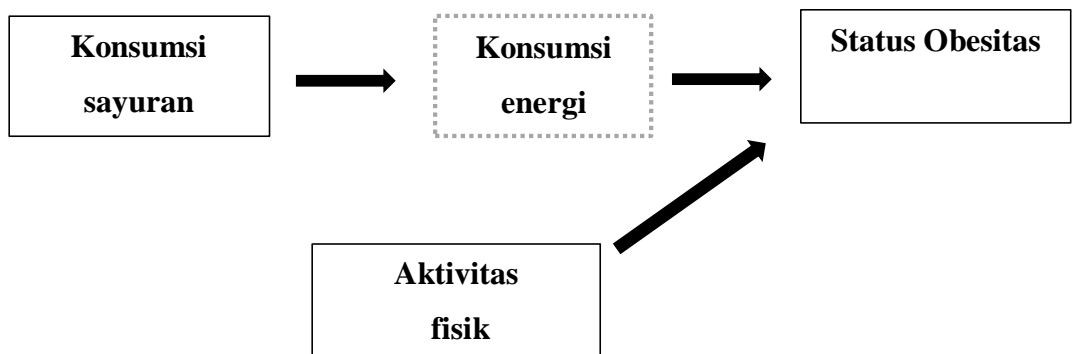


**BAB III**  
**KERANGKA KONSEP**

**A. Kerangka Konsep**

Adapun hubungan antar variabel yang dikaji dalam penelitian terdapat pada Gambar 1.



Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian

Keterangan :



: hubungan antar variabel yang diteliti dan dianalisis



: hubungan antar variabel tidak yang diteliti dan dianalisis

Penjelasan Kerangka Konsep :

Status obesitas secara langsung dipengaruhi oleh konsumsi energi dan aktivitas fisik. Konsumsi energi dipengaruhi oleh konsumsi sayuran. Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah konsumsi sayuran dan aktivitas fisik. Dalam penelitian ini yang diteliti dan dianalisis secara statistik adalah hubungan antara konsumsi sayuran dan aktivitas fisik dengan status obesitas.

## B. Variabel dan Definisi Operasional

### 1. Variabel

- Variabel terikat dalam penelitian ini adalah status obesitas
- Variabel bebas dalam penelitian ini adalah konsumsi sayuran dan aktivitas fisik

### 2. Definisi operasional variabel

Tabel 7  
Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi Operasional	Cara Pengukuran	Hasil Ukur	Skala
Status obesitas	Kegemukan dan obesitas didefinisikan sebagai akumulasi lemak yang tidak normal atau berlebihan yang dapat mengganggu kesehatan dengan menggunakan indikator IMT	Mengukur TB dan BB. Selanjutnya menentukan IMT individu. Alat ukur yang digunakan adalah <i>microtoise</i> dan timbangan injak digital	<ol style="list-style-type: none"> <li>Normal : IMT 18,5-25,0 kg/m<sup>2</sup></li> <li>Kelebihan berat badan (<i>overweight</i>) : IMT &gt;25,0 – 27,0 kg/m<sup>2</sup></li> <li>Obesitas : IMT &gt;27,0 kg/m<sup>2</sup></li> </ol>	Ordinal
Konsumsi sayuran	Jumlah sayuran yang dikonsumsi dalam sehari.	Melakukan wawancara dengan metode <i>food recall</i> dengan alat ukur kuesioner <i>food recall</i> 24 jam	<ol style="list-style-type: none"> <li>Kurang, jika konsumsi sayuran &lt; 250 gr sayur/ hari</li> <li>Cukup, jika konsumsi sayuran ≥ 250 gr sayur/ hari</li> </ol>	Ordinal
Aktivitas fisik	Kegiatan fisik yang dilakukan responden sehari-hari selama satu minggu terakhir, meliputi aktivitas di waktu luang, aktivitas berkebun, aktivitas terkait kerja, aktivitas transportasi, dan aktivitas terkait waktu duduk.	Pengisian kuesioner aktivitas fisik dengan kuesioner IPAQ	Pengkategorian dari MET menit/minggu total ialah : <ol style="list-style-type: none"> <li>Kategori rendah : kriteria yang tidak termasuk dalam kategori 2 dan 3</li> <li>Kategori sedang : Aktivitas sedang sekurang kurangnya 3 hari selama 20 menit, atau 5 hari atau lebih kombinasi semua intensitas aktivitas fisik dengan sekurang-</li> </ol>	Ordinal

- 
- kurangnya 600 MET  
menit/minggu.
3. Kategori berat: Aktivitas berat sekurang kurangnya 3 hari dengan 1500 MET  
menit/minggu, atau 7 hari atau lebih kombinasi dari semua intensitas aktivitas fisik dengan 3000 MET  
menit/Minggu
- 

### C. Hipotesis

- Ha<sub>1</sub> Ada hubungan antara konsumsi sayuran dengan status obesitas pada anggota STT Eka Manggala Danendra Banjar Tengah, Peguyangan, Denpasar.
- Ha<sub>2</sub> Ada hubungan antara aktivitas fisik dengan status obesitas pada anggota STT Eka Manggala Danendra Banjar Tengah, Peguyangan, Denpasar.