# BAB III KERANGKA KONSEP

## Kerangka Konsep

Adapun kerangka konsep dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

Variabel Independen Variabel Dependen

Pengetahuan

Media edukasi *kahoot* makanan *fast food* dan *junk food*

Asupan makanan

Gambar 2. Kerangka Konsep

## Hipotesis

### Ada pengaruh antara pengetahuan gizi pada remaja sebelum dan sesudah diberikan edukasi gizi menggunakan media *kahoot*

### Ada Pengaruh asupan makanan Energi, Protein, Lemak, dan Karbohidrat pada remaja sebelum dan sesudah diberikan edukasi mengunakan media *kahoot.*

## Definisi oprasional

Kahoot

*Kahoot* adalah platform kuis interaktif berbasis digital yang digunakan untuk pembelajaran atau hiburan, di mana pemain menjawab pertanyaan pilihan ganda dalam waktu tertentu untuk mendapatkan skor. Setiap pertanyaan, apa pengertian makanan *fast food*, apa pengertian makanan *junk food*, Apa dampak utama dari terlalu sering mengonsumsi makanan *fast food* dan *junk food,* bagai mana memilih makanan yang bergizi seimbang tanpa harus mengonsumsi makanan *fast food* dan *junk food*, dan bisa dilengkapi dengan gambar, video, atau diagram agar lebih menarik, dan semakin cepat pemain menjawab dengan benar, semakin tinggi skornya. Permainan ini dilengkapi dengan papan skor (leaderboard) yang menambah aspek kompetitif, sehingga cocok untuk dimainkan secara individu maupun dalam tim. Dengan desain yang sederhana, warna-warna cerah, dan sistem berbasis waktu, *Kahoot* membuat proses belajar menjadi lebih menyenangkan dan interaktif.

### Pengetahuan

Pengetahuan anak remaja SMA tentang makanan *fast food* dan *junk food* merujuk pada pemahaman dan informasi yang dimiliki oleh remaja SMA mengenai penyebab, gejala, dan cara-cara untuk mencegah keseringan mengonsumsi makanan *fast food* dan *junk food* bisa berdampak menyebabkan hal hal yang tidak diinginkan, termasuk pentingnya asupan gizi yang seimbang, konsumsi makanan yang kaya zat besi, serta kebiasaan hidup sehat.

1. Skala Ukur : Rasio
2. Alat Ukur : Kuesioner pengetahuan
3. Hasil Ukur : Hasil Skor Jawaban Pengetahuan

### Asupan makanan

Asupan makanan diartikan sebagai jumlah asupan zat gizi pada makanan fast food dan junk food yang dikonsumsi oleh remaja di SMA Negeri 5 Kota Pontianak, sebelum dan sesudah mendapatkan edukasi gizi menggunakan media Kahoot.

Indikator pengukur:

Jenis makanan dan minuman yang termaksuk fast food dan junk food yang

dikonsumsi.

Skala ukur : Rasio

Alat ukur : food recal

Hasil ukur : Jumlah dari Asupan Energi (kkal), Protein (gr),

Lemak (gr), dan Karbohidrat (gr)

# 