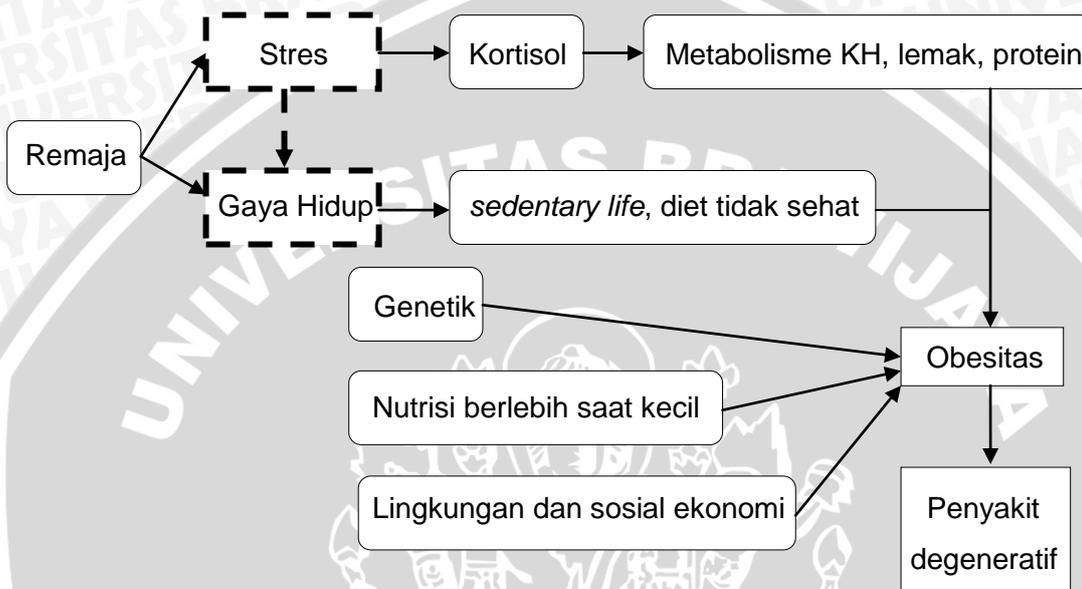


BAB 3

KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN

3.1 Kerangka Konsep



Keterangan :

 , —————> : tidak diteliti
 , - - - - -> : diteliti

Remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa, yang melibatkan perubahan biologis, kognitif, dan sosio-emosional (Larson., *et al.*, 2002 dalam Santrock, 2007). Masa remaja banyak diwarnai pergolakan, pandangan badai-dan-stres (*strom and stress view*) adalah konsep dari Hall (1904) yang menyatakan bahwa remaja merupakan masa pergolakan yang dipenuhi konflik dan suasana hati.

Stres psikologis secara biokmiawi dapat diketahui salah satunya dengan kadar kortisol di dalam tubuh (Young, 2010). Kortisol dapat mempengaruhi

metabolisme protein, lemak, dan karbohidrat yang dapat menimbulkan obesitas (Guyton and Hall, 2007). Selain stres, remaja juga dekat dengan perubahan gaya hidup. Gaya hidup kebiasaan *westernisasi* dan kurang gerak memberi dampak pada remaja (Hidayati, *et al.*, 2006 dalam Darmansyah, 2012). Remaja lebih sering mengkonsumsi diet tinggi karbohidrat dan lemak, kebiasaan mengkonsumsi makanan siap saji dengan kandungan natrium tinggi, dan konsumsi makanan rendah serat (Budiyanto, 2002). Perilaku hidup tidak sehat ini tentu juga dapat memicu terjadinya obesitas yang merupakan faktor resiko terjadinya penyakit degeneratif di kemudian hari. Selain stres dan pola hidup tidak sehat, obesitas juga dipengaruhi oleh genetik, nutrisi berlebih pada masa anak-anak (Guyton and Hall, 2007), lingkungan dan sosial ekonomi (Hidayati., *et al.*, 2010)

Penelitian ini menitikberatkan pada hubungan stress terhadap gaya hidup yang merupakan faktor resiko terjadinya obesitas dan dapat menyebabkan terjadinya penyakit degeneratif di masa yang akan datang.

3.2 Hipotesis Penelitian

1. Hipotesis Alternatif (H_a)

Terdapat hubungan yang signifikan stres terhadap gaya hidup pada remaja obesitas di kota Malang.

2. Hipotesis Null (H_o)

Tidak terdapat hubungan yang signifikan stres terhadap gaya hidup pada remaja obesitas di kota Malang.