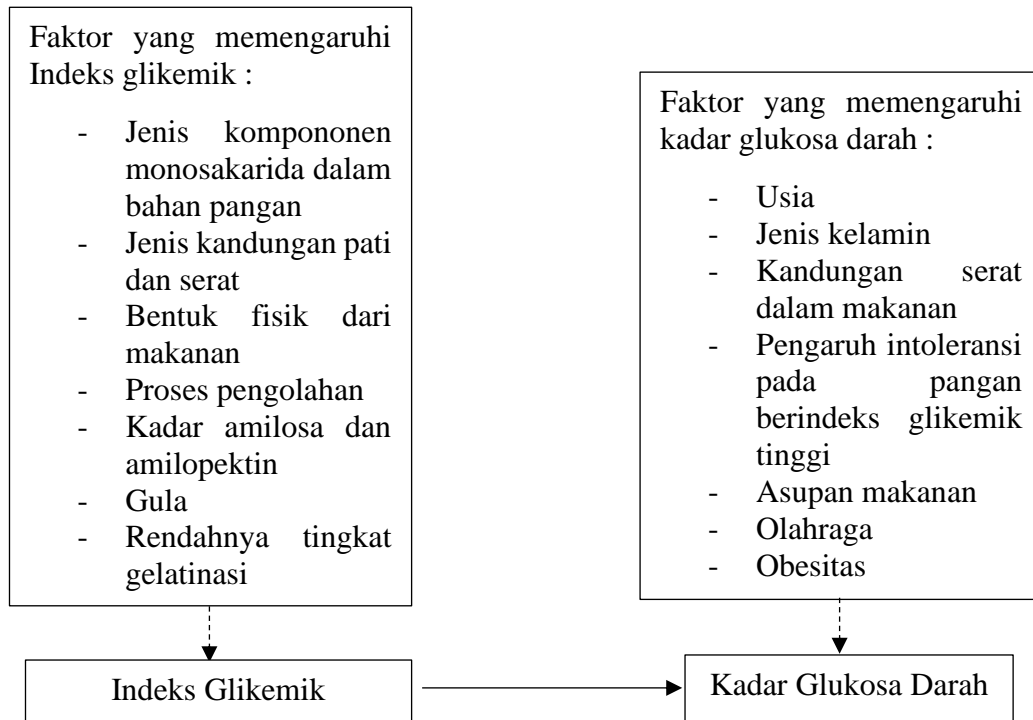


BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep



Gambar 1. Kerangka konsep penelitian

Keterangan :

-----> : tidak diteliti

————> : diteliti

Penjelasan :

Faktor yang dapat memengaruhi kadar glukosa darah yaitu usia, kandungan serat dalam makanan, pengaruh intoleransi pada pangan berindeks glikemik tinggi, asupan makanan, olahraga, dan obesitas. Salah satu penyebab tingginya kadar glukosa darah yakni nilai Indeks glikemik pada pangan yang dikonsumsi. Indeks glikemik merupakan metode untuk mengklasifikasikan karbohidrat berdasarkan

dampaknya terhadap kadar glukosa darah, jadi faktor yang dapat memengaruhi nilai Indeks glikemik yakni jenis komponen monosakarida dalam bahan pangan, jenis kandungan pati dan serat, bentuk fisik dari makanan, proses pengolahan, kadar amilosa dan amilopektin, gula, rendahnya tingkat gelatinasi.

B. Definisi Oprasional Variabel

1. Variabel

- a. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Indeks glikemik makan siang karyawan
- b. Variabel terikat dalam penelitian ini adalah kadar glukosa darah karyawan

2. Definisi operasional

Tabel 1

Definisi Operasional Variabel Penelitian

Variabel	Definisi variabel	Cara ukur	Skala ukur
Indeks glikemik	Indeks glikemik merupakan metode untuk mengklasifikasikan kandungan karbohidrat berdasarkan dampaknya terhadap kadar glukosa darah yang dikategorikan menjadi 3 kategori yaitu: <ul style="list-style-type: none"> - Indeks glikemik rendah = <55 - Indeks glikemik sedang = 55-70 - Indeks glikemik tinggi = > 70 	Wawancara dengan Metode food recall 2 x 24 jam	Rasio
Kadar glukosa darah sewaktu	Kadar glukosa darah merupakan jumlah glukosa dalam plasma yang digunakan untuk mendiagnosis diabetes. Kadar glukosa darah yang dimaksud yakni kadar glukosa darah 1 jam setelah makan siang yang dikategorikan menjadi 3 kategori yaitu: <ul style="list-style-type: none"> - Normal : <90 mg/dL - Sedang : 90-199mg/dL - Tinggi : > 200 mg/dL 	Mengukur menggunakan alat <i>Easy touch</i> GCU	Rasio

C. Hipotesis

Ada hubungan Indeks glikemik makan siang dengan kadar glukosa darah karyawan Dev's Collection Denpasar Barat.