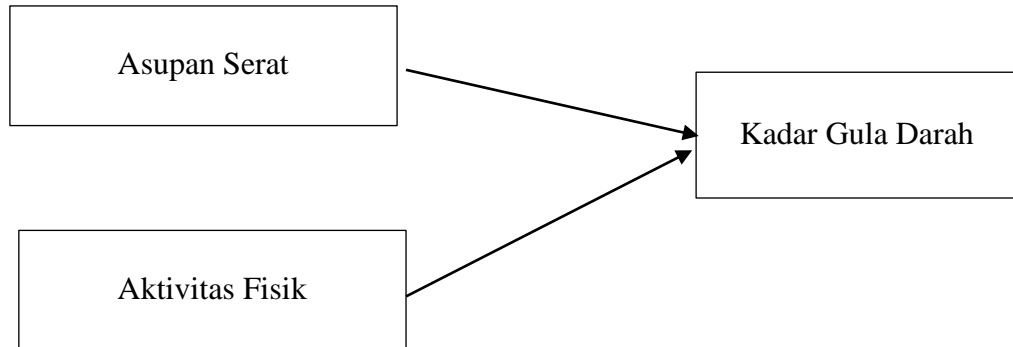


BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep



Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian

Penjelasan :

Berdasarkan kerangka konsep di atas dapat dijelaskan bahwa asupan serat dan aktivitas fisik mempengaruhi kadar gula darah pada pasien DM. Jumlah serat yang dikonsumsi pasien. Aktivitas fisik dilihat dari aktivitas fisik yang dilakukan dalam seminggu terakhir. Jika konsumsi serat rendah hal ini akan mempengaruhi kadar gula darah. Begitupun dengan aktivitas fisik, apabila pasien tidak melakukan aktivitas fisik maka akan mempengaruhi kadar gula darah.

B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel

1. Variabel

a. Variabel bebas

Variabel bebas dari penelitian ini yaitu asupan serat dan aktivitas fisik.

b. Variabel terikat

Variabel terikat dari penelitian ini yaitu kadar gula darah.

2. Definisi Operasional Variabel

Tabel 3

Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi Operasional	Cara dan Alat Pengukuran	Hasil Ukur	Skala Ukur
1. Asupan serat	Rata-rata jumlah asupan serat perhari yang berasal dari makanan yang dikonsumsi dalam satu bulan terakhir oleh sampel	Metode wawancara dengan menggunakan form SQ-FFQ (<i>Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire</i>)	0) Rendah : <25 gram/hari 1) Cukup : ≥ 25 gram/hari (Perkeni, 2021)	Ordinal
2. Aktivitas fisik	Aktivitas fisik yang dilakukan sampel dalam seminggu	Metode wawancara dengan menggunakan kuesioner GPAQ (<i>Global Physical Activity Questionnaire</i>)	0) Tinggi : ≥ 3000 METs menit per minggunya 1) Sedang : $3000 > \text{MET} \geq 600$ METs menit per minggunya 2) Rendah : < 600 METs-menit per minggunya	Ordinal
3. Kadar gula darah sewaktu	Jumlah kadar gula darah penderita DM tipe II dalam plasma darah sewaktu	Mengukur dengan menggunakan glucometer merk "Nesco Multicheck"	Kategori hasil ukur : 0) Terkendali : < 200 mg/dL 1) Tidak terkendali : ≥ 200 mg/dL (Perkeni, 2021)	Rasio

C. Hipotesis

Hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah :

1. Ada hubungan antara asupan serat dengan kadar gula darah penderita DM tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Timur.
2. Ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kadar gula darah penderita DM tipe 2 di Puskesmas I Denpasar Timur.