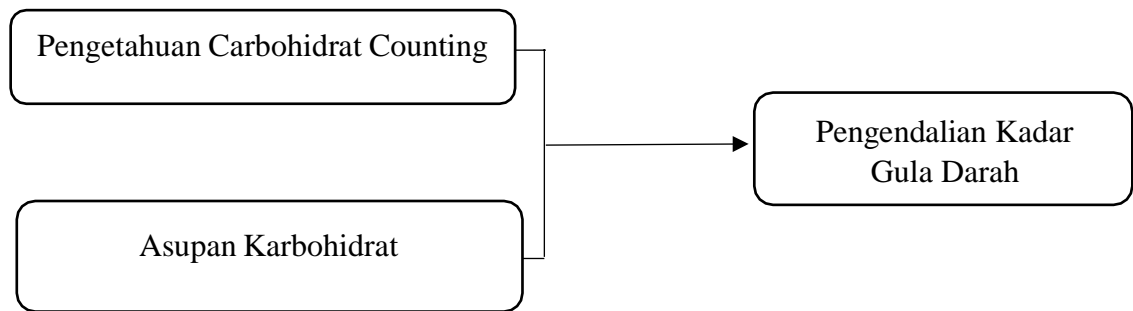


**BAB III**  
**KERANGKA KONSEP**

**A. Kerangka Konsep**



Gambar 2. Hubungan Pengetahuan Carbohydrate Counting Dan Asupan Karbohidrat Dengan Pengendalian Kadar Gula Darah Pada Penderita Diabetes Melitus

Penjelasan :

Dari kerangka konsep diatas dapat dijelaskan bahwa Carbohydrate Counting itu merupakan teknik pendekatan dalam perencanaan makanan. Asupan karbohidrat yang berlebih berisiko 12 kali lebih besar tidak bisa mengendalikan kadar gula darah. Total karbohidrat yang dikonsumsi harus diperhatikan karena 90-100% karbohidrat akan langsung diubah selama 15 menit menjadi glukosa. Maka dari itu dijelaskan bahwa hubungan variabel pengetahuan carbohydrate counting dan asupan karbohidrat dapat mempengaruhi pengendalian kadar gula darah.

## B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

### 1. Variabel penelitian

Variabel dari penelitian ini terdiri dari dua jenis, yaitu :

- a. Variabel bebas ( independent ) : pengetahuan Carbohydrate Counting dan asupan karbohidrat
- b. Variabel terikat ( dependen ) : pengendalian kadar gula darah.

### 2. Definisi operasional variabel

Tabel 5

Definisi Operasional Variabel

No	Variabel	Definisi	Cara ukur	Hasil ukur	Skala
1.	pengetahuan Carbohydrate Counting	Carbohydrate Counting sebagai pemahaman hubungan antara makanan, aktifitas fisik/olahraga dan kadar glukosa darah	kuisisioner	1. Kategori Baik skor 80-100% 2. Kategori cukup skor 60-79% 3. Katergori kurang skor <60%	Ordinal
2.	Asupan karbohidrat	Jumlah makanan dan minuman yang mengandung karbohidrat	Wawancara dengan menggunakan form SQ-FFQ	jumlah asupan karbohidrat yang dikonsumsi berdasarkan kecukupan gizi :	Ordinal

yang dimakan  
sampel perhari

Lebih =  $\geq 120\%$   
Baik = 90-119%  
Kurang =  $\leq 89$   
(Kusharto dan  
Spariasia 2020)

---

3.	Pengendalian	Kadar gula	Diukur dengan	Terkendali	= Ordinal
	Kadar glukosa darah	adalah jumlah kandungan gula di dalam tubuh	Easy Touch GCU dengan melakukan pengambilan sampel darah kapiler dengan menggunakan lancet	<180 mg/Dl Tidak terkendali = >180 mg/Dl (perkeni 2021)	

---

### C. Hipotesis

1. Ada hubungan antara pengetahuan *Carbohydrate Counting* dengan pengendalian kadar gula darah pada penderita diabetes melitus dipuskesmas II denpasar timur.
2. Ada hubungan antara asupan karbohidrat dengan pengendalian kadar gula darah pada penderita diabetes melitus di puskesmas II denpasar timur.