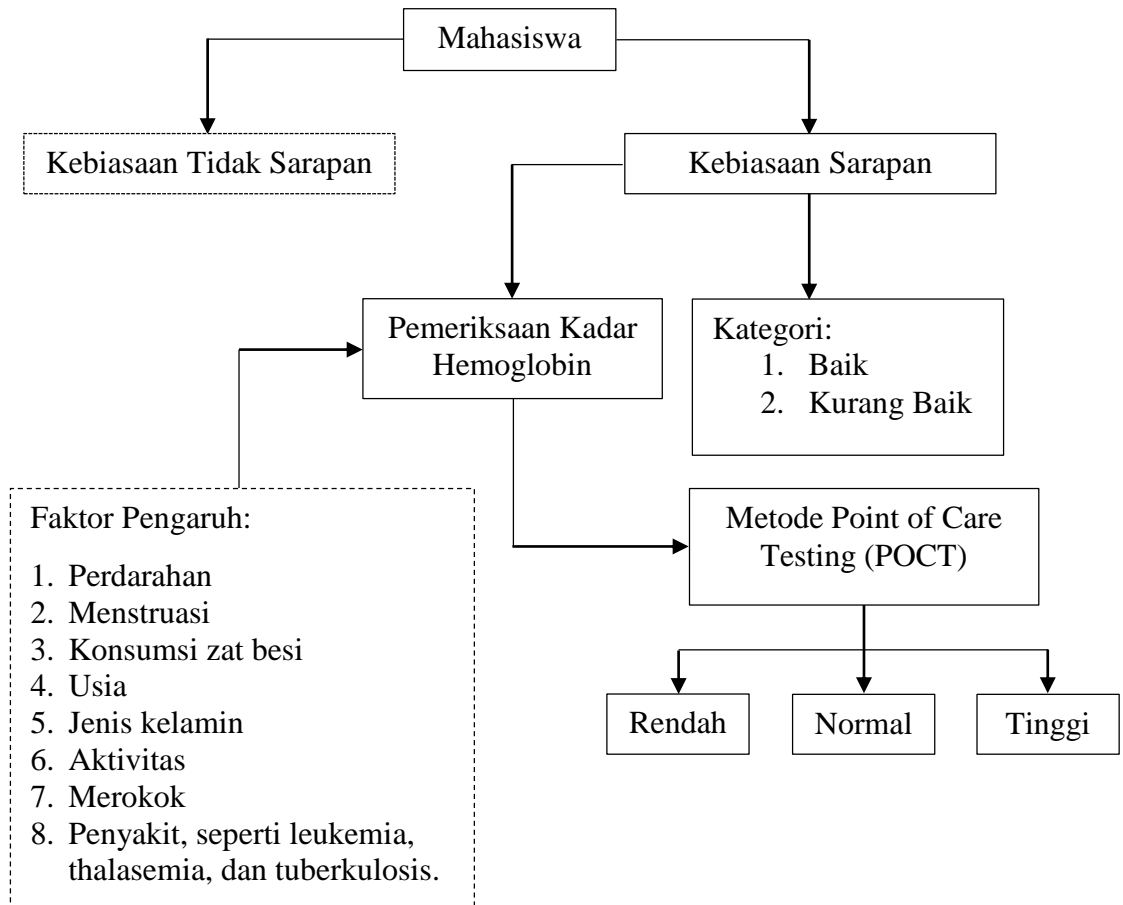


**BAB III**  
**KERANGKA KONSEP**

**A. Kerangka Konsep**



Keterangan:

: Variabel yang diteliti

: Variabel yang tidak diteliti

**Gambar 3 Bagan Kerangka Konsep**

Berdasarkan kerangka konsep di atas, dapat dijelaskan bahwa variabel yang diteliti yaitu mahasiswa dengan kebiasaan sarapan. Penelitian ini akan meneliti mahasiswa yang memiliki kebiasaan sarapan, baik saat dalam keadaan sarapan maupun tidak sarapan. Kebiasaan sarapan pada penelitian ini memiliki dua kategori, yaitu kebiasaan sarapan baik dan kebiasaan sarapan kurang baik. Sarapan merupakan asupan makanan yang terdapat beberapa kandungan gizi salah satunya, yaitu zat besi. Kandungan gizi zat besi sangat mempengaruhi kadar Hb dalam tubuh. Secara garis besar, terdapat beberapa faktor yang memengaruhi kadar Hb, yaitu perdarahan, menstruasi, konsumsi zat besi, usia, jenis kelamin, aktivitas, merokok, dan penyakit yang dialaminya seperti leukemia, thalasemia, dan tuberkulosis. Metode uji pemeriksaan kadar Hb yang digunakan adalah metode POCT dengan penentuan nilai kadar Hb sebagai rendah, normal, dan tinggi.

## **B. Variabel Penelitian**

Menurut Siyoto dan Sodik (2015) variabel penelitian adalah objek pengamatan penelitian, sering juga disebut sebagai faktor yang berperan dalam penelitian atau gejala yang diteliti. Variabel yang diteliti dalam penelitian ini adalah kebiasaan sarapan pagi dan kadar Hemoglobin.

## **C. Definisi Operasional**

Menurut Siyoto dan Sodik (2015) definisi operasional adalah salah satu faktor yang membantu pertukaran informasi antar studi, yang merupakan indikasi bagaimana suatu variabel diukur.

**Tabel 6**  
**Definisi Operasional Variabel**

Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Cara Pengukuran	Skala Ukur
Sarapan	Sarapan adalah konsumsi makanan di pagi hari semenjak bangun pagi sampai jam 10 pagi	Wawancara melalui kuesioner yang akan diisi oleh mahasiswa saat akan melakukan pengambilan sampel dengan kriteria kebiasaan sarapan baik dan kebiasaan sarapan kurang baik. Adapun penilaian dari kedua kriteria tersebut, yaitu: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Kebiasaan Sarapan baik apabila skor akhir kuesioner yang didapat, yaitu <math>\geq 37,5</math></li> <li>• Kebiasaan Sarapan kurang baik apabila skor akhir kuesioner yang didapat, yaitu <math>&lt; 37,5</math></li> </ul>	Ordinal
Hemoglobin	Hemoglobin (Hb) adalah protein yang mengandung zat besi yang memberi warna merah pada sel darah merah	Metode ukur yang digunakan, yaitu POCT dengan kriteria rendah, normal dan tinggi. Adapun nilai rujukan kadar Hb ditetapkan berdasarkan Nugraha (2015), yaitu: <ul style="list-style-type: none"> <li>• Laki-laki Rendah: <math>&lt; 13,5</math> g/dL Normal: 13,5-17 g/dL Tinggi: <math>&gt; 17</math> g/dL</li> <li>• Perempuan Rendah: <math>&lt; 12</math> g/dL Normal: 12-15 g/dL Tinggi: <math>&gt; 15</math> g/dL</li> </ul>	Rasio