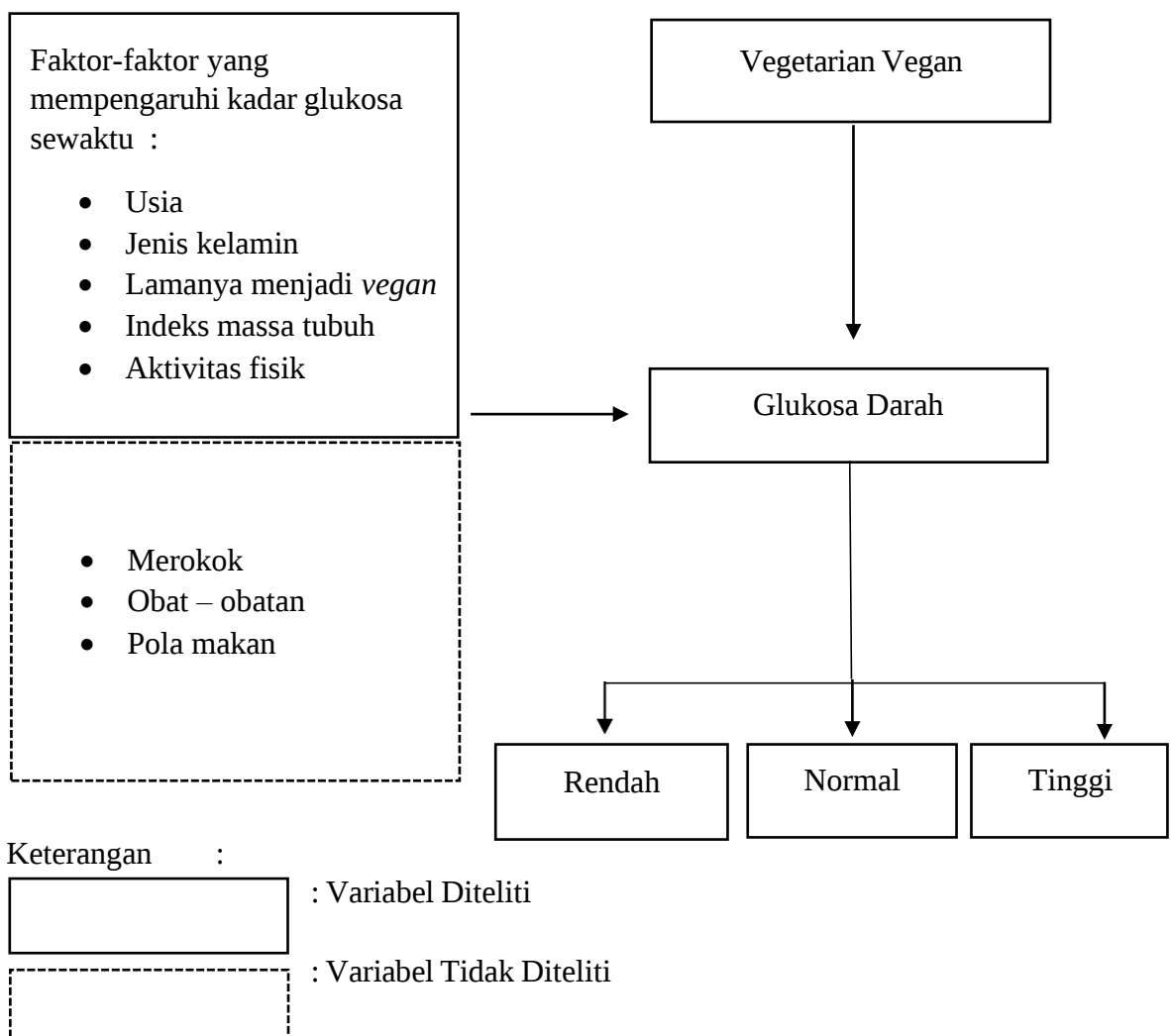


BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep dikembangkan atau diacukan kepada tujuan penelitian yang telah dirumuskan, serta disadari oleh tinjauan pustaka. Dari hasil tinjauan pustaka dan masalah penelitian yang telah dirumuskan maka dikembangkan suatu kerangka komsep penelitian. Jadi kerangka konsepnya adalah :



Gambar 1. Kerangka Konsep

Penjelasan kerangka konsep :

Vegetarian vegan adalah *vegetarian* murni (*pure vegetarian*) yang sama sekali tidak mengonsumsi produk hewani apapun. Kelompok ini hanya mengonsumsi makanan yang berasal dari nabati seperti mengonsumsi bahan makanan jenis kacang-kacangan, biji- bijian, sayuran, dan buah-buahan. Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi kadar glukosa darah yaitu usia, jenis kelamin, indeks massa tubuh, lamanya menjadi *vegan*, aktivitas fisik, merokok, obat-obatan serta pola makan. Pemeriksaan glukosa darah merupakan prosedur pemeriksaan yang dilakukan untuk memeriksa kadar glukosa atau gula darah di dalam tubuh, Sehingga didapatkan kadar glukosa darah yang dikategorikan menjadi rendah, normal dan tinggi pada orang vegetarian khususnya *vegetarian vegan*.

B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel

1. Variabel penelitian

Dalam penelitian ini menggunakan variabel kadar glukosa darah sewaktu pada pasraman *vegetarian vegan* Ashram Sri Sri Jagannath Gaurangga di Tukad Balian Kota Denpasar.

2. Definisi operasional variabel

Tabel 1

Definisi operasional variabel				
NO		Definisi Operasional	Hasil Pengukuran	Skala Data
1	2	3	4	5
1.	Jenis Kelamin	Karakteristik secara biologis yang dapat dilihat dari penampilan luar seseorang, adapun antara lain : Laki – laki dan Perempuan	Observasi	Nominal

1	2	3	4	5
2. Usia	Usia adalah lamanya hidup dalam tahun yang dihitung sejak dilahirkan. Antara lain dengan usia 31-64 tahun baik laki-laki maupun Perempuan	Wawancara dan Kuisisioner	Rasio	
3. Glukosa Sewaktu	Pemeriksaan glukosa darah yang dilakukan tanpa puasa terlebih dahulu, tidak memperhatikan makan terakhir yang dimakan terhadap kondisi tubuh seseorang mengakibatkan kadar glukosa darah sewaktu lebih tinggi dibandingkan dengan kadar glukosa darah puasa Nilai rujukan gula darah sewaktu: Rendah (<72 mg/dL) Normal (140 mg/dL) Tinggi (>140 mg/dL)	Metode POCT dengan menggunakan alat ukur Easy Touch GCU	Ordinal	
4. Lamanya menjadi Vegan	Riwayat lamanya menjalani pola makan <i>vegetarian</i> <i>vegan</i> yang disebut juga <i>vegetarian</i> murni. <i>Vegetarian</i> <i>vegan</i> hanya mengonsumsi biji-bijian, kacang-kacangan, sayur-sayuran, dan buah-buahan serta sama sekali tidak mengonsumsi makanan hewan. Minimal menjalani <i>vegan</i> selama 1 tahun. Dengan lamanya menjadi <i>vegan</i> : 1 - 10 tahun 11 - 20 tahun 21 - 30 tahun	Wawancara dan Kuisisioner	Interval	
5. Indeks Massa Tubuh	Indikator yang dapat menilai status obesitas pada seseorang. Kriteria obesitas dapat ditentukan berdasarkan IMT yang melebihi batas normal. Sangat Kurus (<17,0) Kurus (17,0 – 18,4) Normal (18,5 – 25,0) Gemuk (25,1 – 27,7)	Menggunakan alat ukur timbangan dan stature meter	Ordinal	

1	2	3	4	5
6. Aktivitas Fisik	Kebiasaan melakukan aktivitas fisik seperti melakukan kegiatan sehari hari dan berolahraga. Dapat dikategorikan : – (Ringan) <30 menit sehari – (Sedang) 30-60 menit sehari – (Berat) >60 menit sehari		Wawancara dan Kuisisioner	Ordinal

