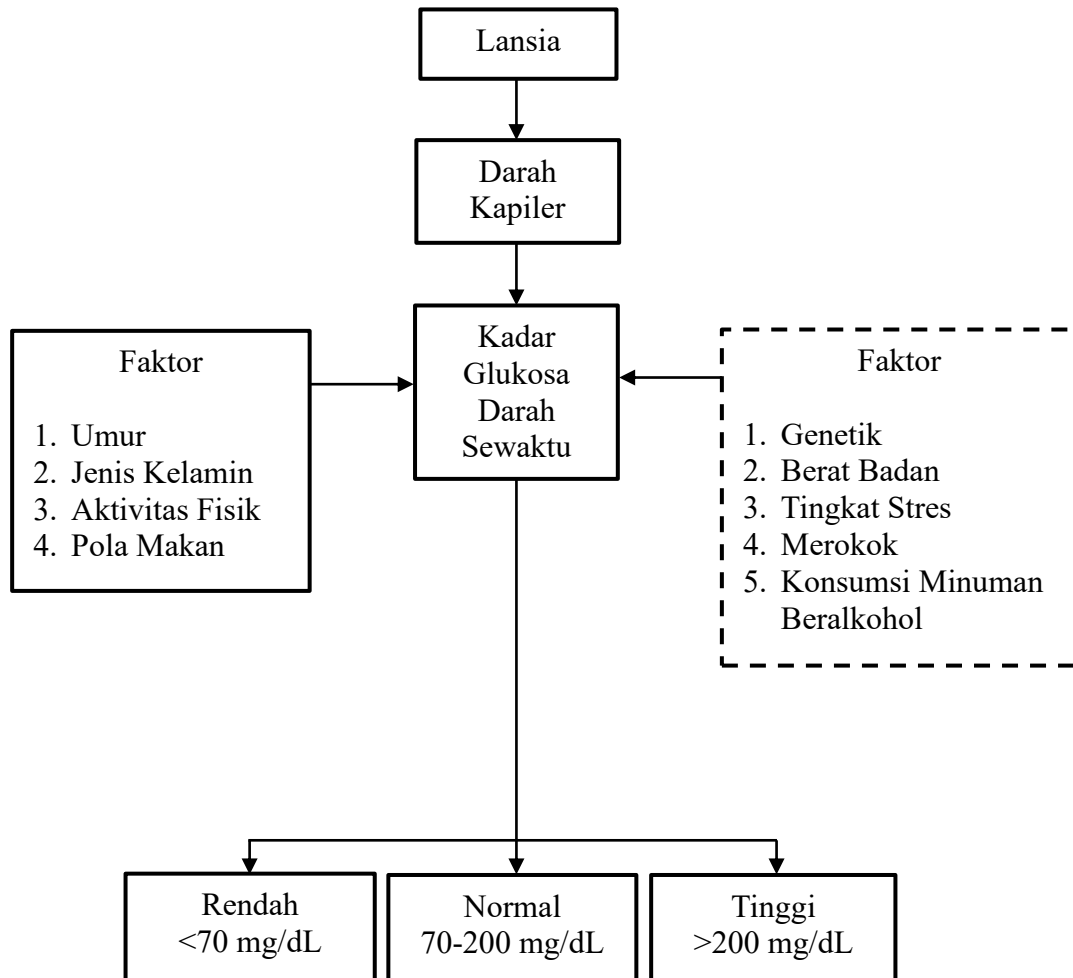


BAB III
KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep Penelitian



Gambar 1 Kerangka Konsep Penelitian

Keterangan :

Diteliti :

Tidak Diteliti :

Lansia mempunyai risiko lebih tinggi terkena diabetes melitus dan degeneratif sebab peningkatan kadar glukosa dalam tubuh. Beberapa faktor yang memengaruhi kadar glukosa darah, yang tidak diteliti genetik, berat badan, tingkat stres, merokok, dan konsumsi minuman beralkohol. Selain itu, ada faktor yang mempengaruhi yang diteliti yaitu usia, jenis kelamin, aktivitas fisik dan pola makan. Pemeriksaan kadar glukosa darah sewaktu dilakukan dengan alat POCT. Hasilnya dikategorikan normal (70-200mg/dl), rendah (<70mg/dl), dan tinggi (>200mg/dl) (ADA, 2023).

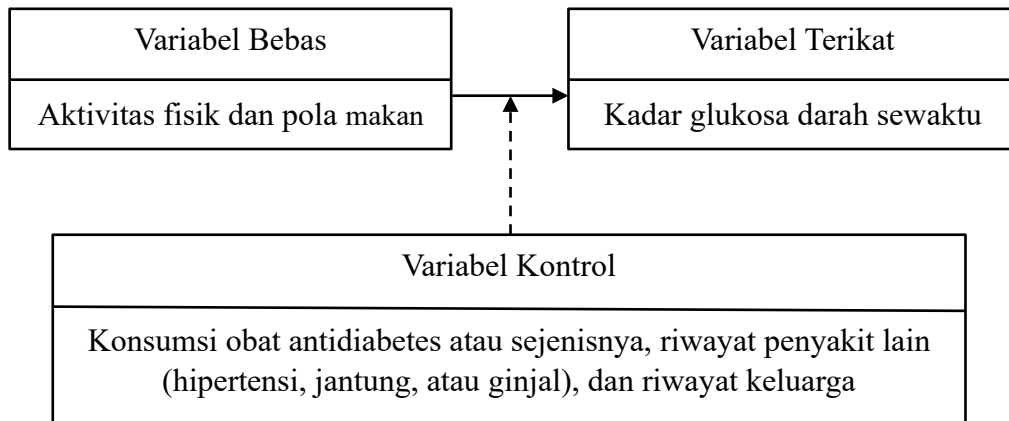
B. Variabel dan Definisi Oprasional

1. Variabel

Jenis variabel dalam penelitian ini mengacu pada klasifikasi menurut Sugiyono (2019), yaitu:

- a. Variabel bebas (*independent*) adalah variabel yang mempengaruhi atau menjadi sebab perubahan terhadap variabel lain, pada penelitian ini adalah aktivitas fisik dan pola makan.
- b. Variabel terikat (*dependent*) adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas, pada penelitian ini adalah kadar glukosa darah sewaktu.
- c. Variabel kontrol merupakan variabel yang dikendalikan atau dibuat konstan agar tidak memengaruhi hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat, pada penelitian ini adalah konsumsi obat antidiabetes atau sejenisnya, riwayat penyakit lain (hipertensi, jantung, atau ginjal), dan riwayat keluarga yang dimana ketiga faktor ini akan di kontrol dengan cara wawancara langsung dan pengisian koesioner.

d. Hubungan antar variabel



Gambar 2 Hubungan Variabel

2. Definisi operasional

Definisi operasional penelitian ini, dapat dilihat pada tabel 2 di bawah ini.

Tabel 2
Definisi Operasional Penelitian

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Pengukuran	Skala
1.	Aktivitas Fisik	Aktivitas yang dilakukan oleh lansia dalam 7 hari terakhir, diukur dalam satuan MET, kemudian diklasifikasikan ke dalam kategori aktif dan kurang aktif. 1. Aktif (700-3000 MET) 2. Kurang Aktif (0-699 MET) (WHO, 2020)	Wawancara dan pengisian kuesioner	Ordinal
2.	Pola Makan	Pola konsumsi makanan lansia dalam keseharian, diukur menggunakan poin penilaian yang kemudian diklasifikasikan ke dalam kategori sangat baik dan cukup baik. 1. Sangat Baik (>20 Poin) 2. Cukup Baik (0-20 Poin) (WHO, 2019)	Wawancara dan pengisian kuesioner	Ordinal

No	Variabel	Definisi Oprasional	Cara Pengukuran	Skala
3.	Kadar Glukosa Darah Sewaktu	Pemeriksaan menggunakan darah kapiler, diukur dalam satuan mg/dL, dan diklasifikasikan ke dalam kategori rendah, normal, dan tinggi. 1. Rendah (<70 mg/dL) 2. Normal (70-200 mg/dL) 3. Tinggi (>200 mg/dL) (ADA, 2023)	Pemeriksaan menggunakan POCT	Ordinal

C. Hipotesis

Adapun hipotesis atau jawaban sementara pada penelitian ini adalah terdapat hubungan aktivitas fisik dan pola makan terhadap glukosa darah sewaktu pada lansia di Desa Jegu Kecamatan Penebel Kabupaten Tabanan.