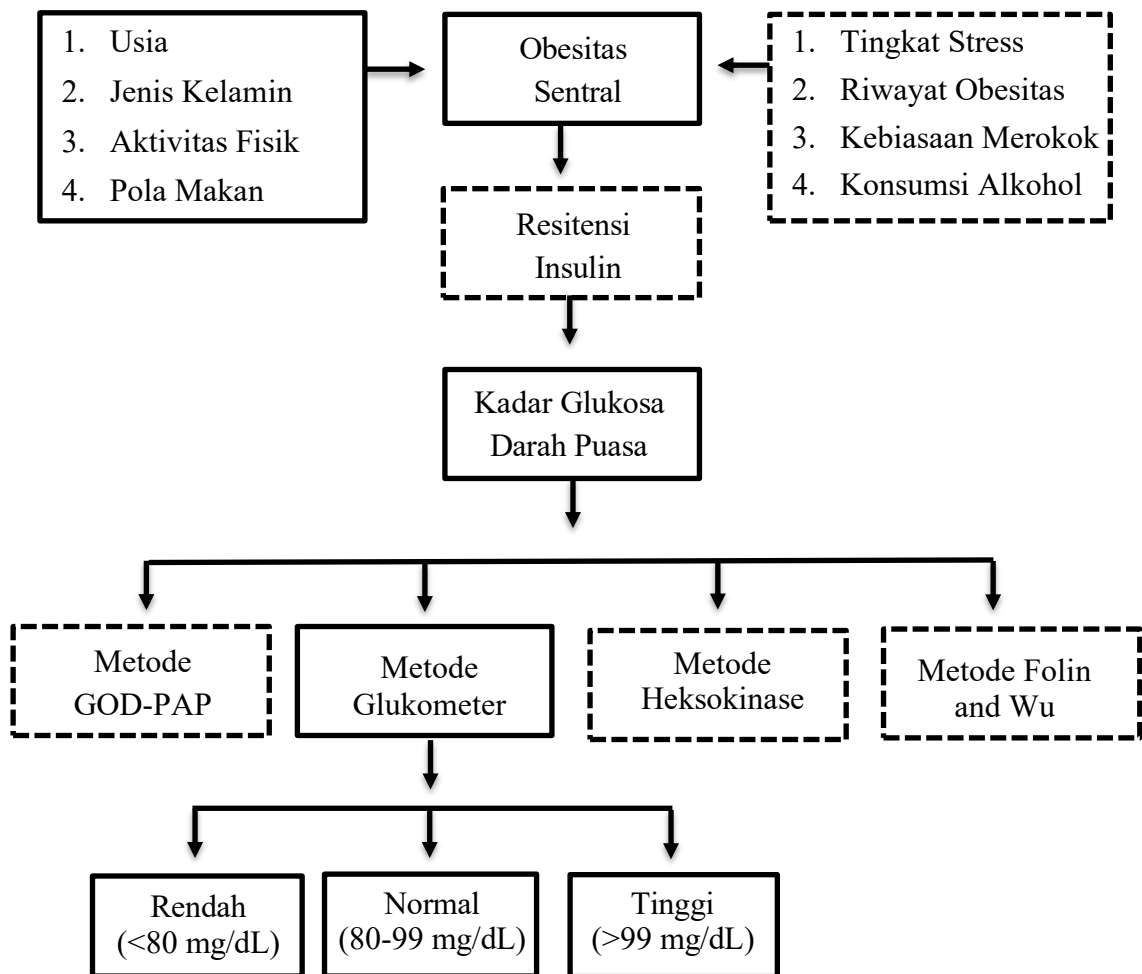


BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep merupakan struktur yang dirancang untuk menjelaskan keterkaitan antara variabel yang akan diteliti. Kerangka konsep dari penelitian ini dapat dilihat pada Gambar 1.



Keterangan :

- : Variabel yang diteliti
- - - - - : Variabel yang tidak diteliti
- : Alur

Gambar 1. Kerangka Konsep

Keterangan gambar :

Obesitas sentral atau akumulasi lemak di perut disebabkan oleh berbagai faktor, diantaranya : usia, jenis kelamin, pola makan, aktivitas fisik, stres, riwayat obesitas, kebiasaan merokok dan konsumsi alkohol. Obesitas sentral dapat menimbulkan yang namanya resistensi insulin. Resistensi insulin menyebabkan penurunan aksi insulin sehingga mempengaruhi kadar glukosa darah puasa. Untuk mengukur kadar glukosa darah saat puasa, terdapat beberapa metode yang dapat digunakan, seperti: metode GOD-PAP, glukometer, eksokinase, dan folin and wu.. Metode glukometer dipilih untuk mengetahui apakah kadar glukosa darah puasa dikategorikan rendah (<80 mg/dL), normal (80-99 mg/dL) ataupun tinggi (>99 mg/dL). Dalam kerangka tersebut, resistensi insulin dan faktor penyebab obesitas sentral seperti : tingkat stress, riwayat obesitas, kebiasaan merokok, dan konsumsi alkohol merupakan variabel yang tidak diteliti secara langsung. Sedangkan faktor penyebab obesitas sentral seperti : usia, jenis kelamin, pola makan dan aktivitas fisik serta kadar glukosa darah puasa dengan metode glukometer merupakan variabel utama yang menjadi fokus pada penelitian ini.

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional**1. Variabel Penelitian**

Variabel penelitian adalah karakteristik yang sudah ada dalam populasi itu sendiri dan dianalisis dalam suatu penelitian. Variabel yang mejadi fokus dalam penelitian ini adalah usia, jenis kelamin, pola makan, aktivitas fisik dan kadar glukosa darah puasa.

2. Definisi Operasional

Definisi operasional adalah merujuk pada cara mengukur atau menilai variabel dalam penelitian dan memberikan penjelasan mengenai variabel tersebut. Definisi operasional variabel dapat dilihat pada Tabel 1.

Tabel 1
Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Cara Pengukuran	Skala
1	2	3	4
Usia	Usia terhitung sejak lahir hingga waktu penelitian. Usia dewasa dikelompokkan menjadi : • Dewasa Awal (18-35 tahun) • Dewasa Akhir (36-59 tahun) (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2019)	Wawancara	Nominal
Jenis Kelamin	Istilah untuk membedakan karakteristik biologis responden yang dibawa sejak lahir. • Laki-Laki • Perempuan (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2023)	Wawancara	Nominal

Pola Makan	Suatu cara seseorang mengatur jenis, jumlah, frekuensi, serta waktu konsumsi makanan dan minuman sehari-hari . • Baik (1-12 point) • Buruk (13-24 point) (Sirajuddin, Surmita and Astuti, 2018)	Kuisisioner FFQ	Ordinal
Aktivitas Fisik	Suatu kegiatan dengan gerakan tubuh yang menghasilkan pengeluaran energi tenaga. • Rendah (0-6 point) • Sedang (7-13 point) • Berat (14-18 point) (World Health Organisation, 2021)	Kuisisioner GPAQ	Ordinal
Kadar Glukosa Darah Puasa	Pengukuran glukosa yang dilaksanakan setelah individu berpuasa selama 8 hingga 12 jam. • Rendah (<80 mg/dL) • Normal (80-99 mg/dL) • Tinggi (>99 mg/dL) (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2022)	Pengukuran dilakukan pada salah satu jari menggunakan alat glukometer dengan metode POCT.	Ordinal