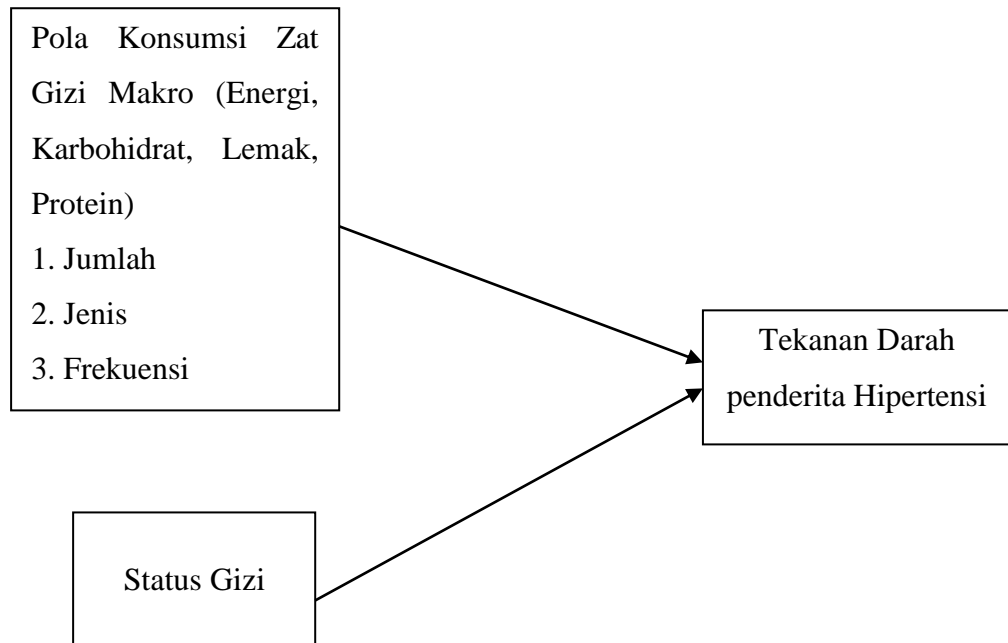


## BAB III

### KERANGKA KONSEP DAN DEFINISI OPERASIONAL

#### A. KERANGKA KONSEP



**Gambar 1**

#### **Kerangka Konsep Penelitian**

Penjelasan :

Berdasarkan kerangka konsep diatas, dapat dijelaskan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi tekanan darah yakni pola konsumsi zat gizi makro, dan status gizi.

Pola konsumsi adalah berbagai informasi yang memberikan gambaran mengenai macam dan jumlah bahan makanan yang dimakan tiap hari. Pola konsumsi zat gizi makro adalah jumlah, jenis, dan frekuensi zat gizi makro yang dikonsumsi sampel.

Sementara itu, status gizi dapat mempengaruhi tekanan darah pada pasien hipertensi.

Seperti halnya seseorang yang memiliki status gizi obesitas dapat meningkatkan

tekanan darah. Hal tersebut terjadi karena jumlah jaringan lemak mengalami peningkatan. Jaringan lemak bergantung pada oksigen dan zat-zat makanan, maka jumlah darah yang beredar juga meningkat. Makin banyak darah yang melalui arteri makin besar pula tekanan terhadap dinding arteri (Suiraoaka, 2012).

## **B. VARIABEL DAN DEFINISI OPERASIONAL**

### **1. Variabel**

Variabel bebas adalah objek penelitian yang mempengaruhi faktor lainnya. Variabel bebas sifatnya bebas dan hasilnya tidak dipengaruhi oleh apapun. Beda halnya dengan variabel penelitian yang bersifat terikat. Hasilnya dipengaruhi oleh objek penelitian yang lain. Variabel penelitian ini menggunakan variabel bebas dan terikat. Variabel bebas yakni pola konsumsi dan status gizi, sedangkan variabel terikat meliputi tekanan darah pada pasien hipertensi

## 2. Definisi Operasional Variabel

**Tabel 3**  
**Definisi Operasional Variabel**

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Pengumpulan Data	Hasil Ukur	Skala
1	Tekanan darah	Suatu keadaan yang menunjukkan jika tekanan darah sistolik dan diastolik yang diukur dengan menggunakan tensi meter	Pengukuran tekanan darah menggunakan tensi meter	1. Normal (<140/90 mmHg) 2. Hipertensi ( $\geq$ 140/90 mmHg)	Ordinal
2	Pola Konsumsi Zat Gizi Makro	Segala suatu bahan makanan yang dikonsumsi yang ditinjau dari jenis, jumlah dan frekuensi.  a. Jumlah : menunjukkan presentase zat gizi makro yang dikonsumsi dalam sehari  b. Jenis : jumlah jenis makanan (zat gizi makro) yang dikonsumsi sehari	Wawancara dengan metode SQ-FFQ (1 bulan terakhir)	a. Jumlah : • Lebih: $\geq$ 110% • Baik : 80-110% • Kurang : $\leq$ 80% (WNPG, 2004)  b. Jenis : • Beragam : > 5 jenis • Tidak beragam : < 5 jenis (Widyaningsih, 2018)	Ordinal  Ordinal

		c. Frekuensi : menunjukkan frekuensi penggunaan bahan makanan dalam sehari		3. Frekuensi: • Sering : 3-6x/ minggu • Jarang : 1-2x/ minggu (Gibson, 2005 dalam Nurlita,2017)	Ordinal
3	Status Gizi	Keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan zat gizi yang diperlukan oleh tubuh, yang diukur menggunakan metode langsung yaitu antropometri	Mengukur antropometri yaitu berat banda (timbangan digital) dan tinggi badan (mikrotoise) lalu dihitung IMTnya serta ditentukan status gizinya	1. Kurus tingkat berat (IMT <17,0) 2. Kurus tingkat ringan (IMT 17,0-18,5) 3. Normal (IMT ≥18,5-25,0) 4. Gemuk tingkat ringan (IMT ≥25,0-27,0) 5. Gemuk tingkat berat (IMT ≥27,0) (Depkes RI, 1996)	Ordinal