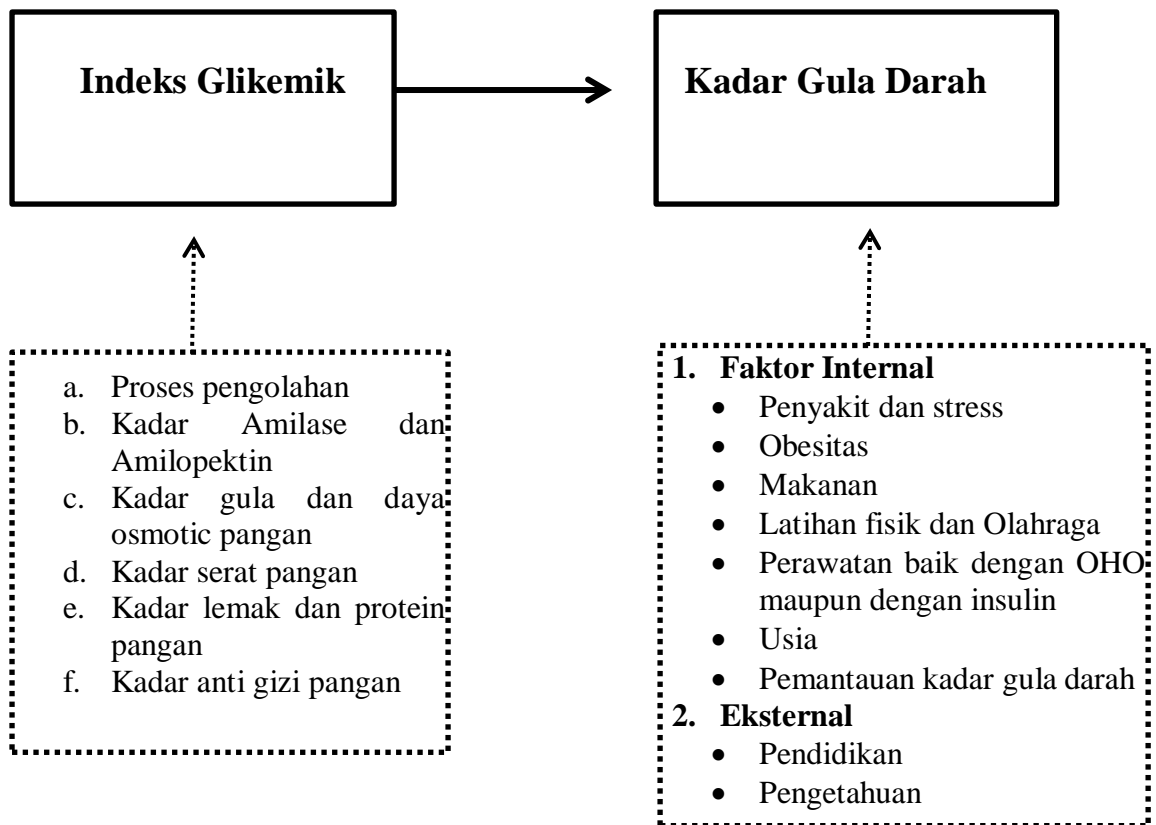


### BAB.III

#### KERANGKA TEORI DAN KERANGKA KONSEP

##### A. Kerangka Konsep

Kerangka konseptual adalah abstraksi dari suatu realitas agar dapat dikomunikasikan dan membentuk suatu teori yang menjelaskan keterkaitan antar variabel (baik variabel yang diteliti maupun yang tidak diteliti) (Nursalam, 2013)



Keterangan:

—————> : Variabel yang dianalisa

.....> : Variabel yang tidak dianalisa

Gambar 1. Kerangka Konsep

Indeks glikemik adalah perbandingan kenaikan gula darah setelah makan makanan tertentu dibandingkan dengan setelah makan makanan standar. Indeks glikemik merupakan cara alamiah untuk menentukan makanan bagi penderita diabetes. Makanan indeks glikemik rendah membantu penderita untuk mengendalikan kadar gula darah .

Kadar gula darah dipengaruhi juga oleh factor-faktor diantaranya :

1. Faktor Internal

- Penyakit dan stress
- Obesitas
- Makanan
- Latihan fisik dan Olahraga
- Perawatan baik dengan OHO maupun dengan insulin
- Usia
- Pemantauan kadar gula darah

2. Eksternal

- Pendidikan
- Pengetahuan

Nilai indeks glikemik dipengaruhi oleh :

1. Proses pengolahan

Proses penggilingan menyebabkan struktur pangan menjadi halus sehingga pangan tersebut mudah dicerna dan diserap. Pangan yang mudah cerna dan diserap menaikkan kadar gula darah dengan cepat.

## 2. Kadar Amilase dan Amilopektin

pangan yang memiliki kadar amilosa dan amilopektin berbeda menunjukkan bahwa kadar glukosa darah dan respon insulin lebih rendah .

## 3. Kadar gula dan daya osmotik pangan

Kadar gula yang tinggi pada bahan makanan tidak menyebabkan nilai IG tinggi, dan semakin tinggi daya osmotik suatu bahan makanan nilai IG nya semakin rendah.

## 4. Kadar serat pangan

Serat yang utuh indeks glikemiknya rendah

## 5. Kadar lemak dan protein pangan

Kadar lemak dan protein yang tinggi lebih lambat dicerna dan diserap di dalam usus sehingga IG nya rendah.

## 6. Kadar anti gizi pangan

Kadar anti gizi pangan dapat memperlambat pencernaan karbohidrat di usus sehingga IG pangan menurun.

## **B. Variabel Penelitian**

1. Variabel bebas adalah Indeks Glikemik (IG ) Menu makanan yang diberikan

2. Variabel terikat adalah Kadar Gula Darah

### C. Definisi Operasional

Tabel 3. Variabel dan Definisi Operasional Variabel

| Variabel            | Definisi  | Cara Pengukuran  | Hasil Pengukuran  | Skala Ukur |
|---------------------|---|--|---|------------|
| 1                   | 2   | 3  | 4   | 5          |
| Indeks Glikemik     | <p>Indeks Glikemik adalah angka yang menunjukkan tingkatan makanan tersebut meningkatkan gula darah setelah dikonsumsi, yang dihitung dengan menggunakan indeks glikemik menyeluruh yang dihitung dengan rumus</p> <p>Indeks Glikemik Menyeluruh</p> $\frac{\sum_{i=1}^n IG_i \times KHi \times fi}{\sum_{i=1}^n KHi \times fi}$ <ul style="list-style-type: none"> <li>• Indeks Glikemik rendah/ sedang jika nilai 55 – 70.</li> <li>• Indeks Glikemik tinggi jika <math>\geq 70</math></li> </ul> | Menghitung indeks glikemik bahan pangan dari menu yang disajikan yang berlaku di rumah sakit | <ul style="list-style-type: none"> <li>• Indeks Glikemik rendah/ sedang jika nilai 55 – 70.</li> <li>• Indeks Glikemik tinggi jika <math>\geq 70</math></li> </ul>          | rasio      |
| Kadar Glukosa Darah | Kadar glukosa darah sewaktu adalah jumlah atau konsentrasi glukosa yang terdapat dalam darah  | Dengan melakukan pencatatan glukosa sewaktu pasien DM  | <p>Kadar glukosa darah terkontrol apabila glukosa darah sewaktu &lt; 200.</p> <p>Kadar glukosa darah tidak terkontrol apabila kadar darah sewaktu <math>\geq 200</math></p> | rasio      |

#### **D. Hipotesis Penelitian**

Hipotesis dalam penelitian ini adalah “Ada Hubungan Indeks Glikemik Diet Diabetes Melitus Dengan Pengendalian Kadar Glukosa Darah Penderita Diabetes Melitus di RSUD Sanjiwani Gianyar”.