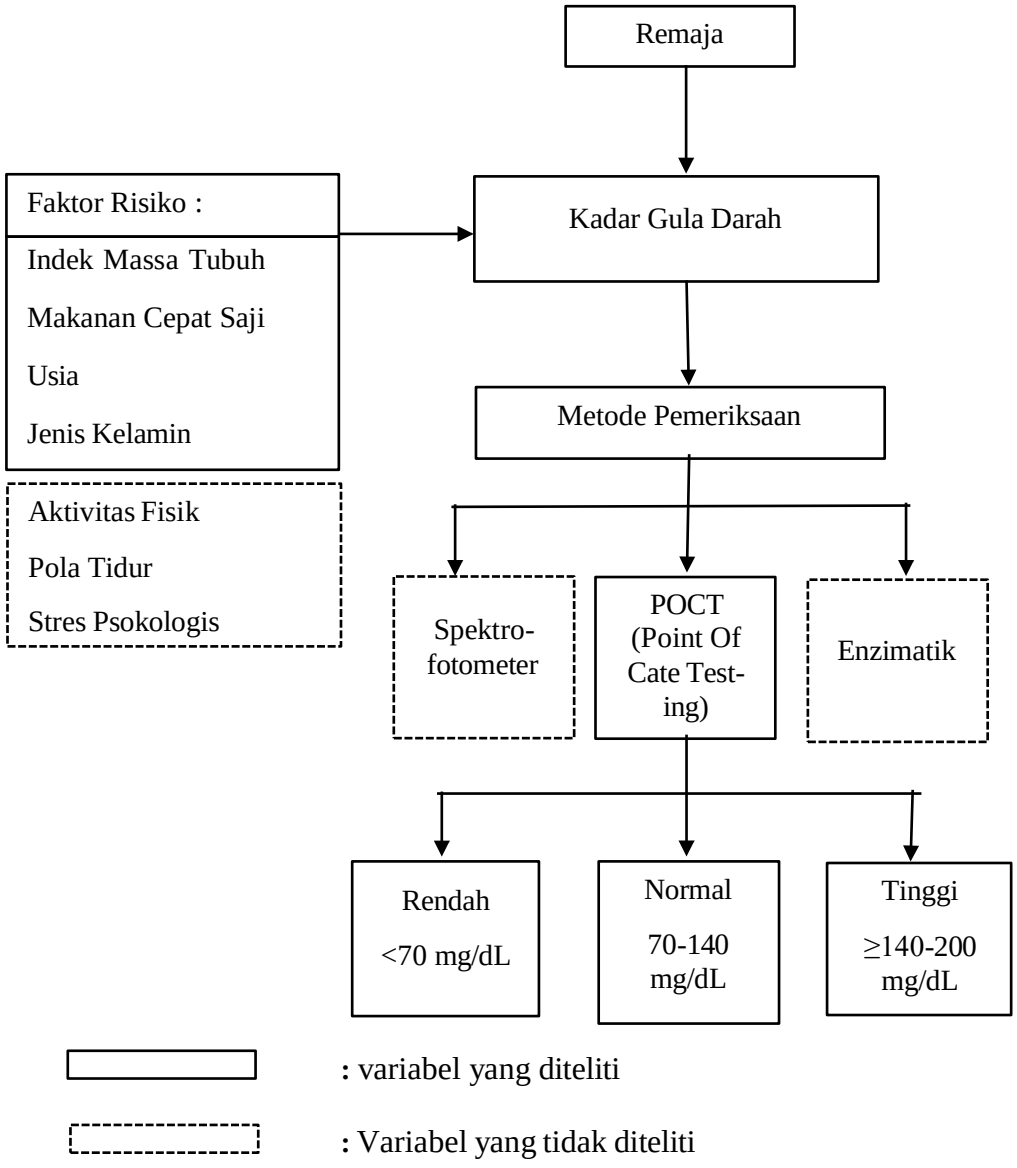
BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep merupakan Gambaran visual mengenai hubungan antarvariabel yang disusun oleh peneliti berdasarkan landasan teori dari kajian Pustaka. Kerangka ini berfungsi sebagai acuan utama dalam pelaksanaan penelitian (Anggreni, 2022).



Gambar 1 Kerangka Konsep

Berdasarkan kerangka konsep diatas, dapat diuraikan bahwa indeks massa tubuh dan konsumsi makanan cepat saji dapat mempengaruhi kadar gula darah. Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan indikator status gizi yang menunjukkan proporsi massa tubuh terhadap tinggi badan. Makanan cepat saji memainkan peran penting dalam pengaturan kadar glukosa darah karena kualitas dan kuantitas asupan makanan, terutama karbohidrat sederhana dan lemak jenuh, dapat mempengaruhi respons glikemik tubuh. Makanan cepat saji tinggi gula dan rendah serat berhubungan signifikan dengan peningkatan glukosa darah pada remaja. Dengan demikian, perlu dilakukannya skrining kadar gula darah dengan melakukan pemeriksaan glukosa darah sewaktu untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara indeks masa tubuh dan konsumsi makanan cepat saji terhadap kadar gula darah sewaktu dari siswa. Pemeriksaan kadar gula darah akan dilakukan dengan menggunakan metode POCT (*Point Of Care Testing*), yang nantinya akan menghasilkan rentang hasil yang digolongkan menjadi 3, yaitu rendah, normal dan tinggi.

B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel

- **Variabel penelitian**

1. Variabel Bebas (*Independent*)

Menurut (Sugiyono, 2011) variabel bebas merupakan variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel dependent (terikat). Pada penelitian ini variabel *independent* yaitu indeks massa tubuh (IMT) dan konsumsi makanan cepat saji.

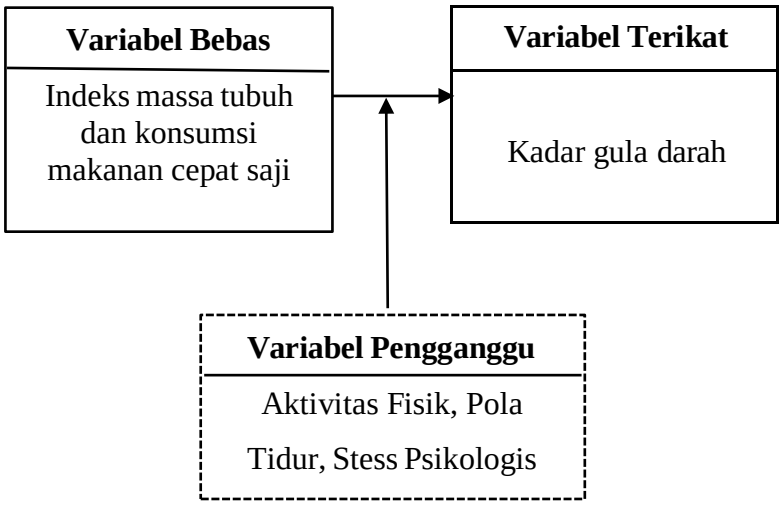
2. Variabel Terikat (*Dependent*)

Menurut (Sugiyono, 2011) variabel terikat merupakan variabel yang me-mepengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya variabel bebas. Pada penelitian ini variabel *dependent* yaitu kadar gula darah sewaktu.

3. Variabel pengganggu (*Confounding Variable*)

Variabel pengganggu adalah variabel yang menggangu terhadap hubungan antara variabel independent dengan variabel dependent (NotoatmodjoSoekidjo, 2012). Variabel pengganggu yaitu aktivitas fisik, pola tidur, stress psikologis.

- **Hubungan Antar Variabel**



Gambar 2 Hubungan Antar Variabel

- **Definisi Operasional Variabel**

Menurut Sugiyono (2020) Operasional variabel adalah untuk menentukan jenis, indikator, serta skala dari variabel – variabel yang terkait dalam penelitian.

Table 3

Definisi operasional variabel

Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Cara Ukur	Skala Data
1	**2**	**3**	**4**
Indeks Massa Tubuh (IMT)	Nilai status gizi berdasarkan perbandingan berat badan (kg) dan tinggi badan (m^2), IMT dihitung dengan rumus: berat badan dibagi dengan kuadrat tinggi badan (dalam meter). Dihitung dengan kategori menurut (Kemenkes, 2025): kurus : ,<18,5 Normal : 18 – 22,9 Gemuk : 23 – 24,9 Obesitas I :25 – 29,9 Obesitas II : ≥30	Pengukuran berat dan tinggi badan, menggunakan alat ukur antropometri dan timbangan berat badan digital.	Ordinal
Konsumsi Makanan cepat saji	Konsumsi makanan cepat saji adalah frekuensi dan kebiasaan responden dalam mengonsumsi makanan yang disajikan secara cepat, praktis, dan umumnya memiliki kandungan tinggi kalori, lemak, gula, garam, serta rendah serat dalam kurun waktu tertentu. Frekuensi konsumsi dengan kategori menurut Riskesdas 2018 : Tidak pernah dikonsumsi : 0 Dikonsumsi 1-2x/mg : 10 Dikonsumsi 3-4x/mg :25 Dikonsumsi hampir setiap hari : 50 Normal : 80 -180. Tinggi : >181 .	Pengisian Food Frequency Questionnaire (FFQ) secara langsung. Skor setiap jenis makanan dijumlahkan untuk mendapatkan total skor konsumsi makanan cepat saji.	Ordinal
Kadar Gula Darah Sewaktu (GDS)	Kadar gula darah adalah jumlah glukosa yang beredar didalam darah. Kadar gula darah diukur dengan satuan mg/dL, dengan nilai normal pemeriksaan gula darah sewaktu pada remaja (Kemenkes, 2024) : Rendah : <70 mg/dL Normal : 70-140 mg/dL, Tinggi : ≥141-200 mg/dL.	Pemeriksaan kadar gula darah melalui pengambilan sampel darah kapiler dengan alat POCT (*Point Of Care Testing*).	Ordinal

C. Hipotesis

Hipotesis dalam penelitian ini adalah terdapat hubungan antara indeks massa tubuh dan konsumsi makanan cepat saji terhadap kadar gula darah sewaktu pada remaja di SMA Negeri 1 Abang, kabupaten karangasem.