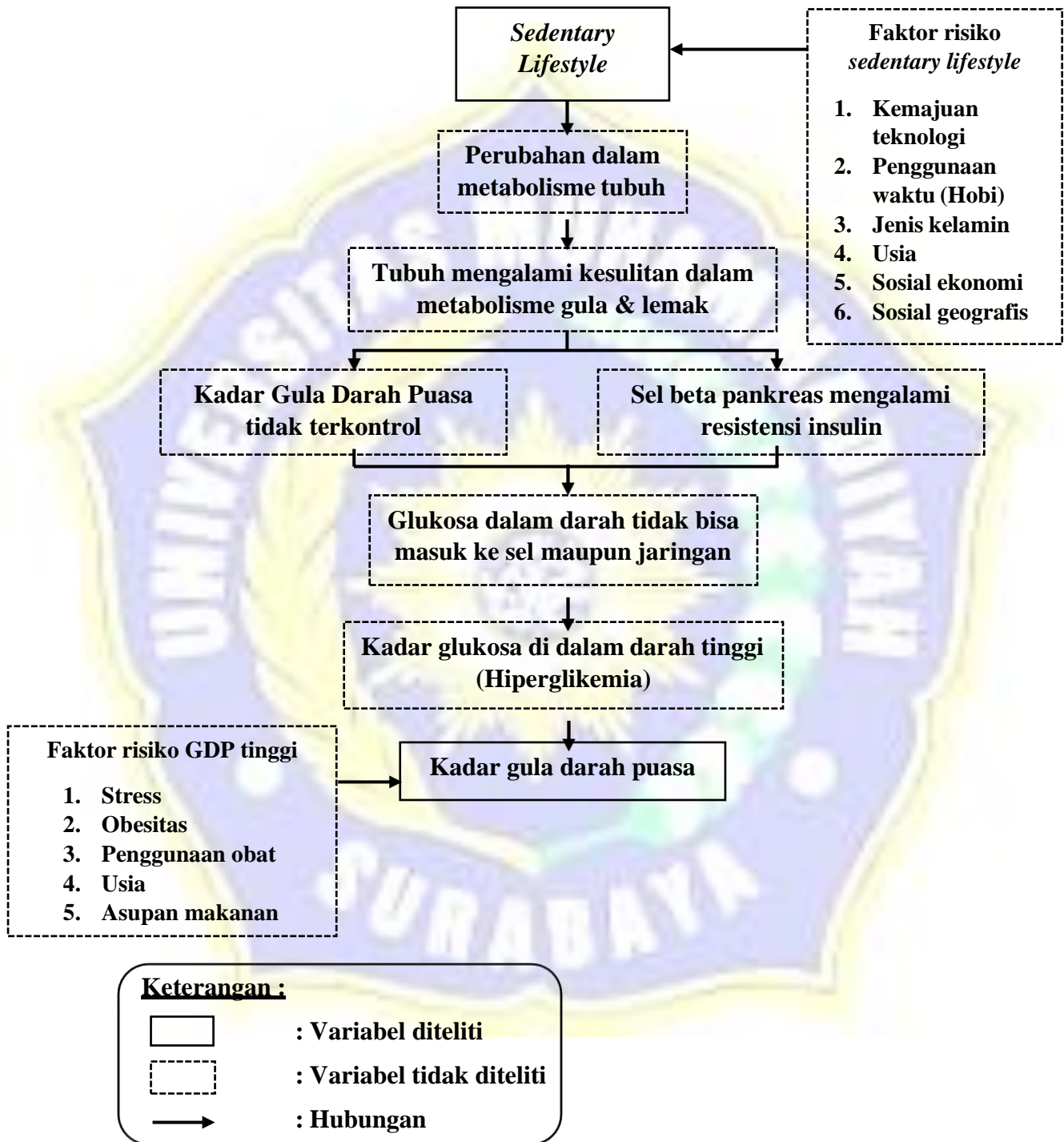


## BAB 3

### KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS

#### 3.1 Kerangka Konseptual



Gambar 3. 1 Kerangka Konseptual

### 3.2 Penjelasan Kerangka Konsep

Beberapa faktor risiko yang mempengaruhi kadar gula darah tinggi yaitu aktivitas fisik. Akan tetapi, pada penelitian ini yang akan dilakukan penelitian yaitu faktor aktivitas fisik yang tidak teratur atau pengeluaran kalori yang sedikit (perilaku *sedentary*) yang dapat menyebabkan dalam proses metabolisme tubuh akan terganggu. Bagi seseorang yang melakukan aktivitas *sedentary* maka akan menyebabkan kadar gula darah tidak terkontrol dan sel-sel yang ada di dalam tubuh akan mengalami resistensi terhadap insulin. Resistensi insulin tersebut menyebabkan glukosa dalam darah tidak bisa masuk ke dalam sel maupun jaringan di tubuh. Sehingga glukosa dalam darah mengumpul dan saat dilakukan pemeriksaan kadar gula darah puasa pada pasien mengakibatkan kadar glukosa darah di dalam tubuh bisa menjadi tinggi. Pada hasil pemeriksaan gula darah puasa dikatakan tinggi ( $\geq 126$  mg/dL) bisa digunakan untuk salah satu dari penegakkan diagnosa penyakit diabetes melitus tipe 2. Maka dari itu, permasalahan yang akan dikaji dalam penelitian ini adalah hubungan *sedentary lifestyle* terhadap kadar gula darah puasa.

### 3.3 Hipotesis Penelitian

H0 : Tidak terdapat adanya hubungan *sedentary lifestyle* terhadap kadar gula darah puasa.

H1 : Terdapat adanya hubungan *sedentary lifestyle* terhadap kadar gula darah puasa.