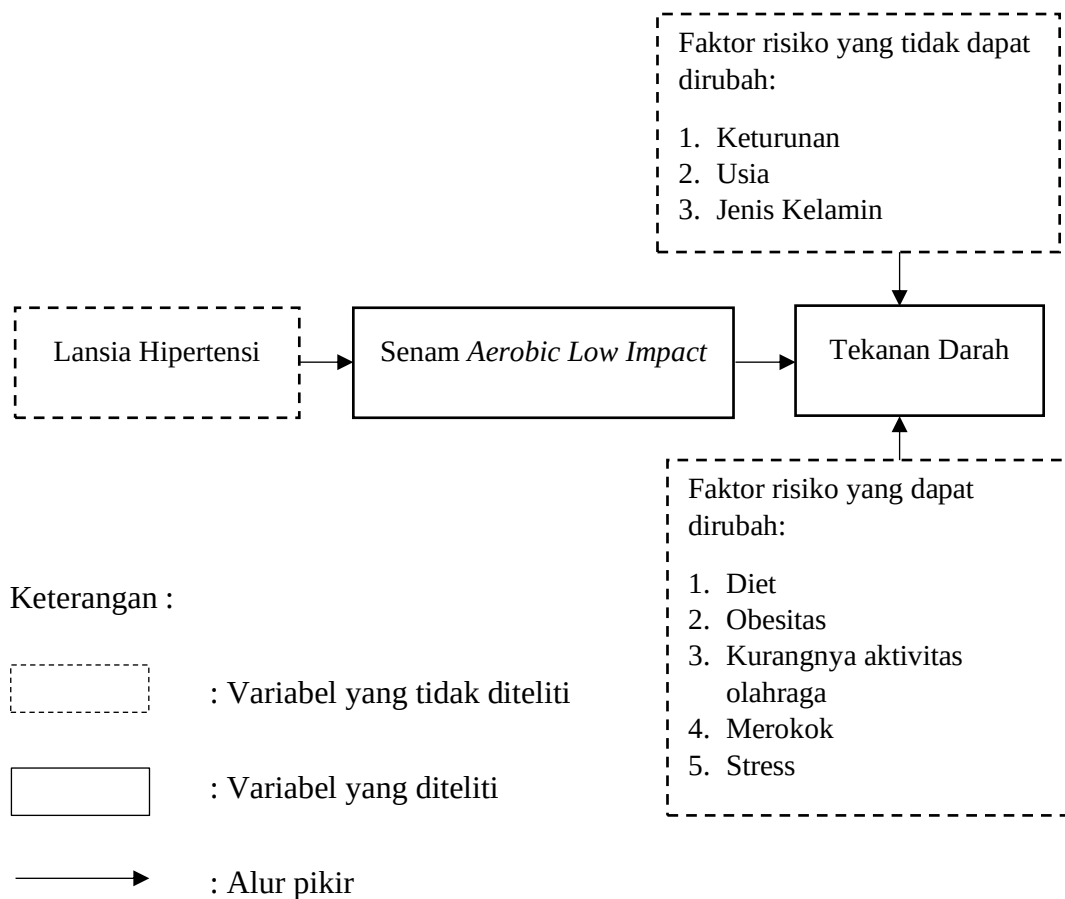


BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep penelitian merupakan abstraksi dari suatu realitas agar dapat dikomunikasikan sehingga membentuk suatu teori yang menjelaskan keterkaitan antar variabel. Baik variabel yang diteliti maupun tidak diteliti (Nursalam, 2017). Adapun kerangka konsep penelitian ini, dijelaskan seperti gambar 9:



Gambar 9 Kerangka Konsep Pengaruh Senam *Aerobic Low Impact* terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Bebandem Tahun 2023

B. Variable Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variable Penelitian

Menurut Nursalam (2017) variabel penelitian adalah perilaku atau karakteristik yang memberikan nilai beda terhadap sesuatu misalnya benda, manusia, dan lain-lain. Variabel juga merupakan konsep dari berbagai level abstrak yang didefinisikan sebagai suatu fasilitas untuk pengukuran atau manipulasi suatu penelitian. Sementara itu, konsep yang dituju dalam suatu penelitian bersifat konkret dan secara langsung dapat diukur. Adapun variabel dari penelitian sebagai berikut.

a. Variabel bebas (*variabel independent*)

Variabel bebas adalah variabel yang mempengaruhi atau nilainya menentukan variabel lain. Suatu kegiatan stimulus yang dimanipulasi oleh peneliti sehingga menciptakan dampak pada *variabel dependent*. Variabel bebas biasanya dimanipulasi, diamati, dan diukur untuk diketahui hubungannya atau pengaruhnya terhadap variabel lain (Nursalam, 2017). *Variabel independent* pada penelitian ini adalah *Senam Aerobic Low Impact*.

b. Variabel terikat (*variabel dependent*)

Variabel terikat adalah variabel yang dimana dipengaruhi atau yang menjadi akibat, karena adanya *variabel independent*. Variabel terikat merupakan faktor yang diamati dan diukur untuk menentukan ada atau tidaknya hubungan atau pengaruh dari variabel bebas (Nursalam, 2017). *Variabel dependent* pada penelitian ini adalah Tekanan Darah.

2. Definisi Operasional

Menurut Nursalam (2017) definisi operasional adalah definisi berdasarkan karakteristik yang diamati dari sesuatu yang didefinisikan. Dimana karakteristik yang dapat diamati atau diukur itulah yang menjadi kunci dari definisi operasional. Makna dari dapat diamati artinya memungkinkan peneliti untuk melakukan observasi atau pengukuran secara cermat terhadap suatu objek atau fenomena yang kemudian dapat diulangi lagi oleh orang lain (Nursalam, 2017). Definisi operasional variabel pada penelitian ini disajikan pada tabel 3:

Tabel 3
Definisi Operasional Variable Penelitian Pengaruh Pemberian Senam *Aerobic Low Impact* terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Bebandem

Variable Peneletian	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala
1	2	3	4
<i>Senam Aerobic Low Impact</i>	Senam <i>Aerobic Low Impact</i> dilakukan oleh lansia selama enam kali dalam dua minggu dengan durasi 20 menit yang diawali dengan pemanasan dan diakhiri dengan pendinginan.	SOP	-
Tekanan Darah	Pengukuran tekanan darah sistolik dan diastolik yang diukur dalam posisi responden duduk sebelum diberikan perlakuan pada hari pertama dan setelah diberikan perlakuan pada hari terakhir. Setelah didapatkan hasil pengukuran tekanan darah kemudian dicatat pada master tabel.	<i>Sphygmomanometer</i> digital	Interval 1. Normal Sistolik : 120-129 mmHg Diastolik : 80-84 mmHg 2. Normal tinggi Sistolik : 130-139 mmHg Diastolik : 85-89 mmHg 3. Hipertensi derajat I Sistolik : 140-159 mmHg Diastolik : 90-99 mmHg 4. Hipertensi derajat II Sistolik : 160-179 mmHg Diastolik : 100-109 mmHg 5. Hipertensi derajat III Sistolik : ≥ 180 mmHg Diastolik : < 90 mmHg

C. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara dari rumusan masalah atau pertanyaan penelitian. (Nursalam, 2017). Hipotesis pada penelitian ini Hipotesis Alternatif (H_a) adalah ada Pengaruh Pemberian Senam *Aerobic Low Impact* terhadap Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi Tahun 2023.