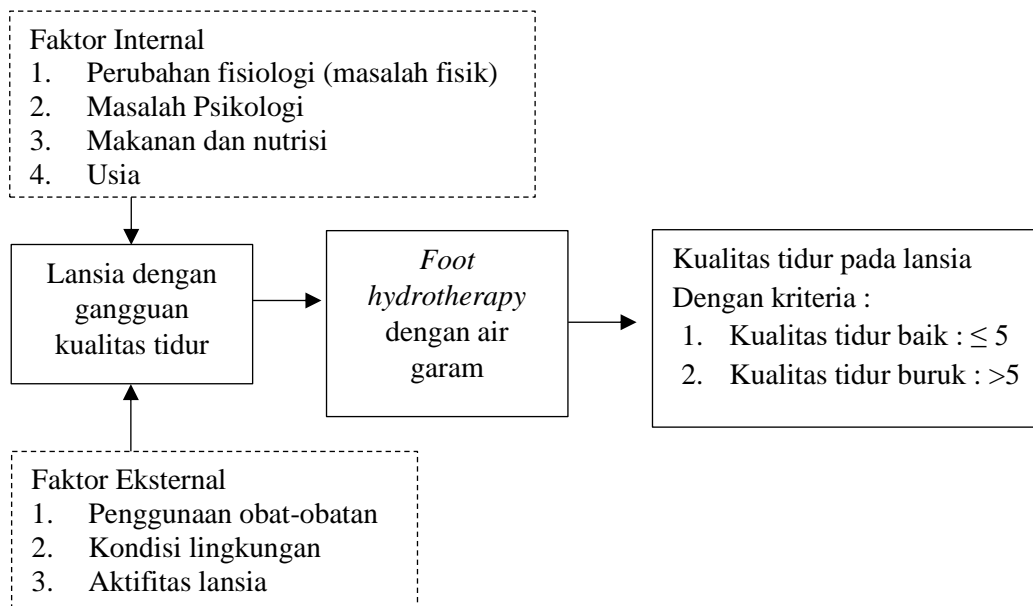


BAB III KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep

Salah satu gagasan yang memberikan gambaran dan memandu hipotesis tentang variabel yang akan diteliti adalah kerangka konseptual. Perumusan topik penelitian dibantu oleh kerangka konseptual ini. Untuk menciptakan konsep atau ide baru yang dikenal dengan kerangka konseptual, proses berpikir deduktif (penerapan teori) dan induktif (penggunaan data yang sudah ada atau empiris) harus dipadukan. (Abdullah, 2015). Kerangka konsep dari penelitian ini adalah seperti gambar 1 berikut :



Keterangan :

- : Variabel yang diteliti
- : Variabel yang tidak diteliti
- : Alur pikir

Gambar 1 Kerangka Konsep Pengaruh *Foot hydrotherapy* dengan Air Garam Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Selatan Kota Denpasar Tahun 2023

B. Variabel dan Definisi Operasional Penelitian

1. Variabel penelitian

a. Variabel bebas

Variabel bebas (*independent variable*) sering dikenal sebagai variabel penyebab, dimana ciri- ciri dari subjek yang keberadaannya mempengaruhi variabel lain. (Dharma, 2015). Variabel bebas dalam penelitian ini adalah *foot hydrotherapy* dengan air garam

b. Variabel terikat

Variabel terikat (*dependent variable*) adalah variabel yang akan berubah sebagai akibat dari pengaruh atau modifikasi variabel *independent*. (Dharma, 2015). Dalam hal ini variable terikatnya yaitu kualitas tidur pada lansia.

2. Definisi operasional

Definisi operasional adalah definisi yang didasarkan pada sifat-sifat entitas yang didefinisikan yang telah terlihat. Elemen penting dari definisi operasional adalah sifat-sifat yang dapat diamati (dapat diukur) (Nursalam, 2015). Pada penelitian ini yang menjadi variabel terikat yaitu, seperti tabel 2.

Tabel 2.

Definisi Operasional Pengaruh *Foot hydrotherapy* Dengan Air Garam Terhadap Peningkatan Kualitas Tidur Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Selatan Kota Denpasar Tahun 2023

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala
(1)	(2)	(3)	(4)	(5)
1.	Variabel <i>Independen : Foot hydrotherapy</i>	Tindakan yang dilakukan dengan rendam kaki menggunakan air hangat yang di campur garam dengan suhu sekitar 37 – 40 ° C dengan durasi 10 - 20 menit selama 1 minggu berturut – turut dilakukan sebelum tidur	SOP <i>foot hydrotherapy</i> dengan air garam	-
2.	Variabel <i>dependen : Kualitas tidur</i>	Kualitas tidur adalah seberapa baik seseorang dapat mencapai tahapan tidur REM dan NREM yang sesuai. Kualitas tidur lansia diukur dengan menggunakan kuisioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)</i>	Kuisioner yang menanyakan tentang 7 pertanyaan yang terdiri dari : kualitas tidur subjektif, permulaan tidur, durasi tidur, efisiensi tidur, gangguan tidur, kebiasaan penggunaan obat tidur, dan aktivitas sehari-hari yang berhubungan dengan tidur.	Ordinal Dengan kriteria Kualitas tidur baik : ≤ 5 Kualitas tidur buruk : > 5

C. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah solusi jangka pendek untuk suatu masalah, tetapi masih bersifat spekulatif karena tidak dapat dipastikan kebenarannya. Tujuan dari hipotesis ilmiah adalah untuk memberikan solusi sementara untuk masalah yang sedang diteliti. Jika semua gejala tidak menyangkal hipotesis, maka hipotesis tersebut akan diuji. Penelitian mungkin dengan sengaja menghasilkan atau menciptakan suatu gejala dalam upaya untuk mendukung gagasan tersebut (Siyoto dan Sodik, 2015). Adapun hipotesis dari penelitian ini yaitu (Ha) terdapat pengaruh *foot hydrotherapy* dengan air garam terhadap peningkatan kualitas tidur pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas I Denpasar Selatan.