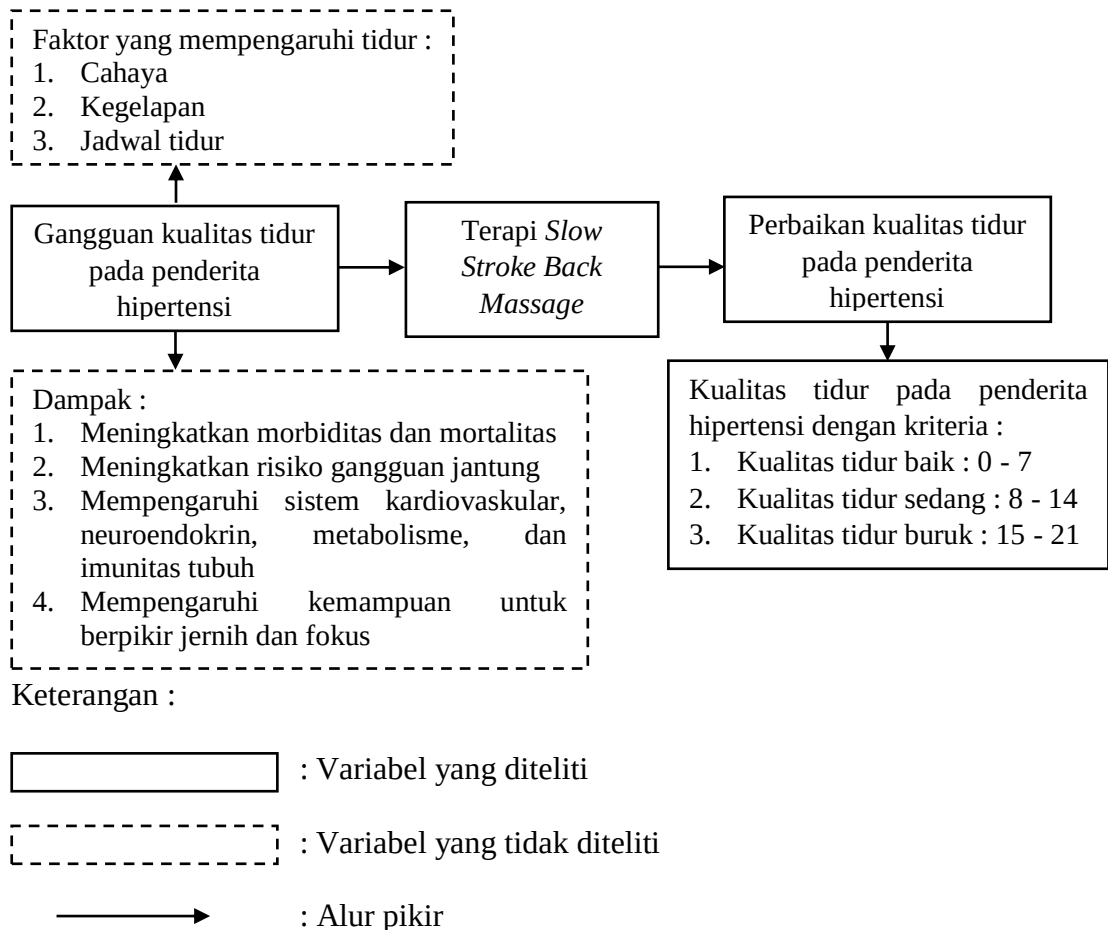


BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep

Konsep konseptual adalah kerangka yang memberikan gambaran dan asumsi terhadap variabel-variabel yang akan diteliti. Kerangka konseptual dikenal sebagai hasil dari proses berpikir deduktif atau aplikasi dari teori dan induktif atau fakta yang ada, kemudian menghasilkan konsep atau ide baru dengan kemampuan kreatif dan inovatif yang ada (Abdullah, 2015). Kerangka konsep dari penelitian ini adalah seperti gambar 5 berikut :



Gambar 5 Kerangka Konsep Terapi *Slow Stroke Back Massage* Meningkatkan Kualitas Tidur Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Dawan I Klungkung

B. Definisi Operasional

1. Variabel penelitian

a. Variabel bebas

Variabel bebas atau variabel independen adalah variabel yang digunakan untuk menentukan perubahan tertentu pada variabel tergantung (Abdullah, 2015). Variabel independen dalam penelitian ini, yaitu terapi *slow stroke back massage*.

b. Variabel terikat

Variabel terikat atau variabel dependen adalah variabel yang dipengaruhi oleh variabel bebas (Abdullah, 2015). Variabel terikat dalam penelitian ini, yaitu kualitas tidur.

2. Definisi operasional

Definisi operasional adalah pengertian yang didasarkan pada sifat entitas yang didefinisikan dan telah terlihat. Elemen penting dari definisi operasional adalah sifat-sifat yang dapat diamati (dapat diukur) (Nursalam, 2015). Pada penelitian ini definisi operasional berada pada tabel 1 berikut.

Tabel 1
Definisi Operasional Terapi *Slow Stroke Back Massage* Meningkatkan
Kualitas Tidur Penderita Hipertensi di Wilayah Kerja
Puskesmas Dawan I Klungkung

No	Variabel	Definisi Operasional	Alat ukur	Skala
1.	Variabel independen : Terapi <i>slow stroke back massage</i>	Terapi pijatan pada punggung dengan memberi usapan secara perlahan, lembut, dan berirama pada kulit selama 3 hari berturut-turut dengan frekuensi satu kali selama 15 menit (Anninah, Asmawati and Pardosi, 2020) (Jayawardhana, 2018)	SOP Terapi <i>Slow Stroke Back Massage</i>	-
2.	Variabel dependen : kualitas tidur	Kualitas tidur seseorang yang dapat diukur dengan menggunakan kuesioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i> (PSQI). Kuesioner ini memuat tujuh komponen dan 18 pertanyaan yang dapat menilai tentang kualitas tidur seseorang.	Kuesioner PSQI menanyakan tentang tujuh komponen, yaitu kualitas tidur subjektif, permulaan tidur, durasi tidur, efisiensi tidur, gangguan tidur, kebiasaan penggunaan obat tidur, dan disfungsi di siang hari	Interval Kualitas tidur dinilai dengan kriteria : (Surbakti, Sitepu and Silaen, 2020) 1. Kualitas tidur baik : skor 0 – 7 2. Kualitas tidur sedang : skor 8 - 14 3. Kualitas tidur buruk : skor 15 - 21

C. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban sementara untuk masalah penelitian yang kebenarannya harus diuji secara empiris antara dua variabel. Hipotesis menunjukkan hubungan antara apa yang ingin kita pelajari, atau variabel bebas dan variabel terikat atau variabel akibat. Hipotesis dianggap benar berdasarkan logika, teori ilmu pengetahuan, dan penelitian (Abdullah, 2015). Adapun hipotesis dari penelitian ini yaitu ada pengaruh terapi *slow stroke back massage* terhadap peningkatan kualitas tidur penderita hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Dawan I Klungkung.