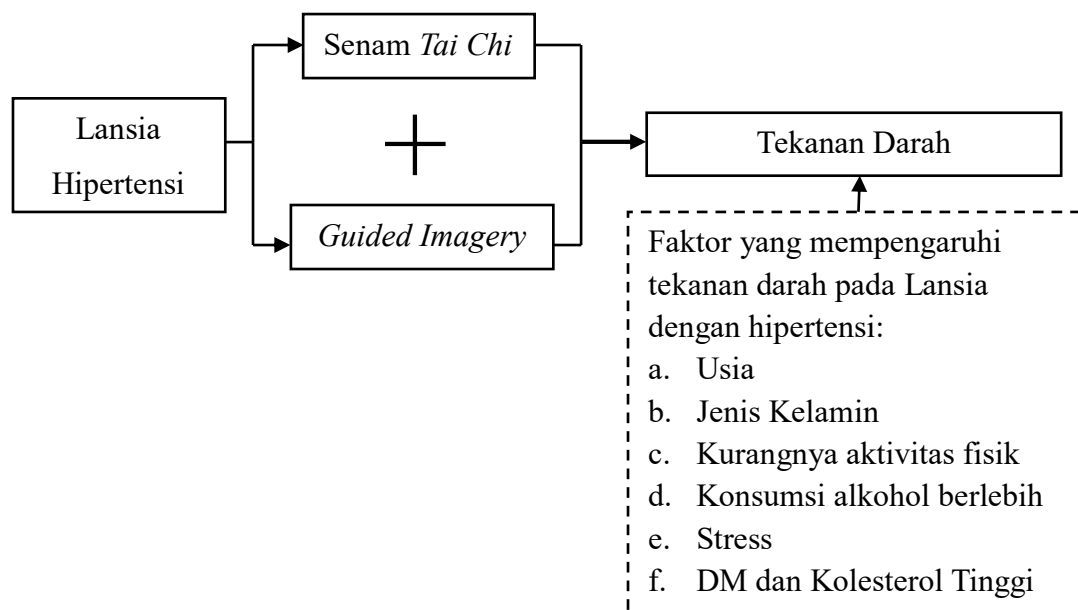


BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep bertujuan untuk secara konseptual menjelaskan hubungan antara variabel-variabel penelitian, menghubungkan setiap teori yang relevan, dan menguraikan keterkaitan antara dua atau lebih variabel, seperti variabel bebas dan variabel terikat. (Adiputra dkk., 2021).



Gambar 1. Kerangka Konsep Pengaruh Kombinasi Senam *Tai Chi* dan *Guide Imagery* Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia Dengan Hipertensi di Wilayah UPTD Puskesmas Tabanan III

Keterangan:

= Variabel yang diteliti

= Variabel yang tidak diteliti

—————> = Alur penelitian

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah karakteristik suatu individu atau barang yang menunjukkan perbedaan antara individu atau objek. Tujuan penentuan variabel adalah untuk menetapkan alat dan metodologi yang diperlukan untuk menganalisis atau mengolah data, serta untuk melakukan pengujian hipotesis (Ulfa, 2019).

Variabel bebas dan variabel terikat pada penelitian ini yaitu:

- a. Variabel bebas (*independent variable*): Variabel bebas adalah kondisi atau nilai yang ketika ada, akan mempengaruhi atau mengubah kondisi atau nilai yang lain (Ulfa, 2019). Penelitian ini, yang menjadi variabel bebas adalah kombinasi senam *Tai-Chi* dan *Guide Imagery*.
- b. Variabel terikat (*dependent variable*): Variabel terikat adalah variabel yang, menurut struktur pemikiran ilmiah, menjadi hasil dari perubahan variabel lainnya. Dengan kata lain, variabel dependen merupakan variabel yang dipengaruhi atau menjadi hasil dari keberadaan variabel bebas (Ulfa, 2019). Penelitian ini yang menjadi variabel terikat adalah tekanan darah.

2. Definisi Operasional

Definisi operasional, karakteristik variabel yang diamati berdasarkan sesuatu yang akan dilaksanakan dalam penelitian. Sehingga, variabel tersebut dapat diukur, diamati, atau dihitung, kemudian timbul variasi (Sugiono, 2017).

Tabel 1
Definisi Operasional Pengaruh Kombinasi Senam *Tai Chi* dan *Guide Imagery* terhadap tekanan darah pada lansia dengan Hipertensi di Wilayah UPTD Puskesmas Tabanan III.

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala	Skor
<i>Independen</i> Kombinasi Senam <i>Tai-Chi</i> dan <i>Guide Imagery</i>	Senam <i>Tai Chi</i> terdiri dari 18 gerakan. Sebelum melakukan senam dilakukan pemanasan selama 5 menit, lalu melakukan gerakan inti yang terdiri dari 18 gerakan senam selama 20 menit dan setelah melakukan senam dilakukan pendinginan selama 5 menit. Dilanjutkan dengan istirahat. Setelah istirahat selama 5 menit dilanjutkan dengan melakukan Terapi <i>Guide imagery</i> selama 10 menit. Setelah melakukan Terapi <i>Guide Imagery</i> , lansia dipersilahkan melakukan pengecekan tekanan darah. Senam <i>tai chi</i> dan <i>guide imagery</i> ini dilakukan selama sekali dalam seminggu selama tiga minggu.	Lembar observasi dan SOP	No mi nal	-
<i>Dependen</i> Tekanan Darah	Tekanan darah Sistolik dan Diastolik sebelum dan sesudah diberikan Kombinasi Senam <i>Tai Chi</i> dan <i>Guide Imagery</i> . Pengukuran dilakukan dengan tensimeter digital pada lengan kanan/kiri atas, dengan posisi duduk. Pengukuran tekanan darah dilakukan sebelum pemanasan senam <i>Tai Chi</i> dan setelah melakukan <i>Guide Imagery</i> .	Tensi meter Digital	Interval	Nilai tekanan darah yang ditunjukkan pada tensi meter digital (mmHg)

C. Hipotesis Penelitian

Hipotesis dalam penelitian adalah pernyataan sementara yang diajukan untuk diuji kebenarannya melalui proses pengumpulan dan analisis data (Anggreni, 2022). Berdasarkan kerangka konseptual penelitian, hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah: Ada Pengaruh Kombinasi Senam *Tai Chi* dan *Guide Imagery* Terhadap Tekanan Darah Pada Lansia dengan Hipertensi di Wilayah UPTD Puskesmas Tabanan III Tahun 2024”.