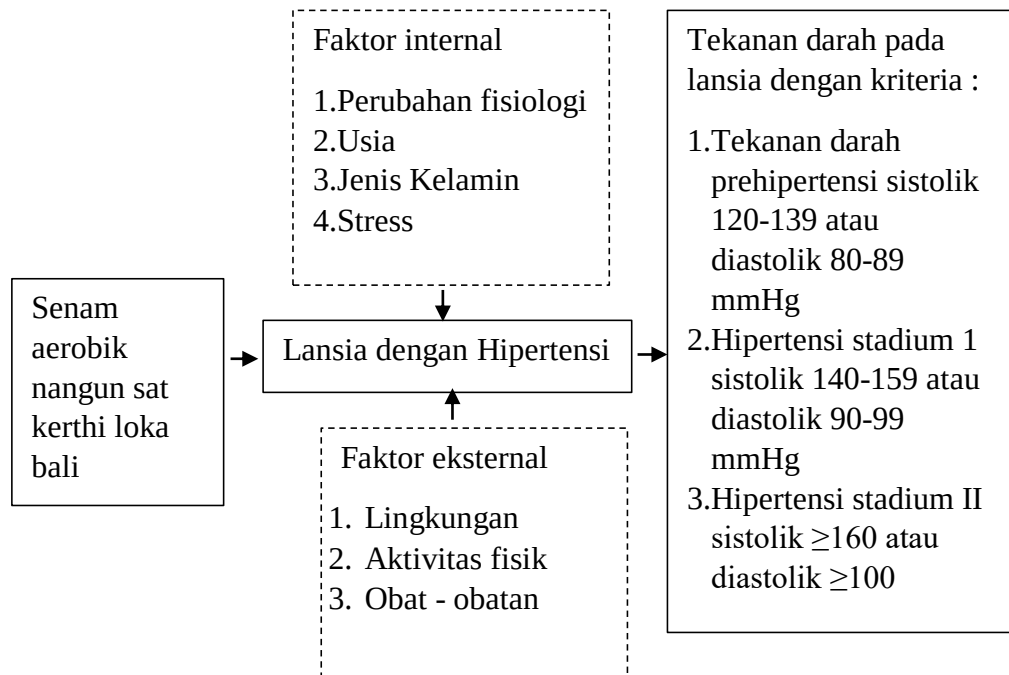


BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep Penelitian

Kerangka kerja konseptual penelitian pada dasarnya adalah kerangka kerja yang menggambarkan hubungan antara konsep-konsep yang akan diselidiki atau diukur melalui penelitian yang sebenarnya (Soekidjo, 2018) Adapun kerangka konsep dari penelitian ini dapat dijabarkan seperti gambar 1 di bawah ini :



Keterangan :

: Variable yang di teliti

: Variable yang tidak di teliti

→ : Alur pikir

Gambar 1 Kerangka Konsep Pengaruh Senam Aerobik Nangun Sat Kerthi Loka Bali Terhadap Tekanan Darah pada Lansia Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja Puskesmas Blahbatuh I Tahun 2024.

Penjelasan :

Dari kerangka konsep di atas senam aerobik nangun sat kerthi loka bali dapat memengaruhi tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Kurangnya aktivitas fisik dapat memengaruhi tekanan darah pada lansia dengan hipertensi. Aktivitas fisik tidak selalu menjadi pengaruh pada tekanan darah tetapi ada faktor lain yang dapat memengaruhi tekanan darah seperti lingkungan, gaya hidup dan obat – obatan.

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel penelitian

Menurut (*Sandu Siyoto*,2015), Variabel adalah suatu hal yang menjadi subjek pengamatan untuk penelitian; variabel juga sering digunakan untuk merujuk pada komponen yang mempengaruhi penelitian atau gejala yang perlu diselidiki. Elemen ini sangat penting untuk mendapatkan hasil penelitian atau kesimpulan. Lebih lanjut, agar variabel yang baik dapat berfungsi sebagai dasar untuk identifikasi dan pengembangan variabel penelitian, sangat penting bahwa kebutuhan atau kriteria untuk pengembangannya harus dipahami secara menyeluruh. variabel penelitian adalah salah satu elemen penelitian yang sangat penting dalam prosesnya. Terdapat dua kategori variabel penelitian, yaitu:

a. Variable bebas (variable independent)

Setiap perubahan atau penambahan pada variabel dependen dapat dikaitkan dengan variabel independent. Variable independent pada penelitian ini adalah senam aerobik nangun sat kerthi loka bali.

b. Variable terikat (variable dependent)

Satu variabel, variabel independen, mempengaruhi atau menjadi hasil dari variabel lain, variabel dependen. Variable terikat pada penelitian ini adalah tekanan darah pada lansia dengan hipertensi.

2. Definisi operasional variabel

Penelitian dapat berkomunikasi satu sama lain dengan lebih mudah ketika mereka menggunakan definisi operasional, yang merupakan standar untuk mengukur variabel. Anda dapat mempelajari lebih lanjut tentang cakupan variabel penelitian atau pengukuran yang dimaksudkan dari definisi operasionalnya. Membaca definisi operasional dari sebuah penelitian memungkinkan seorang peneliti untuk memastikan pengukuran variabel dan kualitas pengukuran tersebut (Sandu Siyoto, 2015). Definisi operasional pada penelitian ini akan dijelaskan secara lebih rinci dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 3
Definisi Operasional Pengaruh Senam Aerobik Nangun Sat Kerthi Loka Bali Terhadap Tekanan Darah pada Lansia Dengan Hipertensi di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas Blahbatuh I Tahun 2024

No	Variable	Defisini Variabel	Operasional	Alat ukur	Skala
1	Senam aerobik nangun sat kerthi loka bali	Senam aerobik nangun sat kerthi loka bali dilakukan sesuai dengan Standar Operasional, diawali dengan pemanasan, gerakan inti dan diakhiri dengan pendinginan dengan durasi 7 menit yang diiringi dengan musik yang dilakukan 2 kali dalam seminggu selama 2 minggu secara teratur		SOP	-
2	Tekanan darah	Hasil pengukuran tekanan darah sistol dan diastole yang diukur dalam posisi duduk sebelum melakukan senam hipertensi pada hari pertama dengan menggunakan tensimeter digital. Setelah hasil keluar akan dicatat hasilnya di master tabel. Pengukuran tekanan darah dilakukan 15 menit sebelum dan 30 menit sesudah senam aerobik di hari pelaksanaan latihan.		Tensimeter digital TensiOne Onemed	Numerik Klasifikasi tekanan darah : 120 - 139 dan 80-89 mmHg 3.Hipertensi stadium I : 140-159 dan 90-99 mmHg 4.Hipertensi stadium II : ≥ 160 dan ≥ 100 mmHg.

C. Hipotesis

Hipotesis, yang juga dikenal sebagai hipotesis penelitian, adalah solusi penelitian sementara, standar yang diasumsikan, atau dalil, yang kebenarannya akan ditunjukkan oleh temuan penyelidikan. Hipotesis dapat diterima atau ditolak

tergantung pada bagaimana temuan penelitian dianalisis dan ditentukan sebagai benar atau tidak benar. Ketika sebuah hipotesis diterima atau terbukti benar, maka hipotesis tersebut menjadi sebuah tesis. Untuk mendukung sebuah teori, peneliti dapat dengan sengaja menginduksi atau menghasilkan gejala. Kemampuan ini disebut sebagai bereksperimen. Menurut Soekidjo (2018). Hipotesis pada penelitian ini adalah “ada pengaruh senam aerobik nangun sat kerthi loka bali terhadap penurunan tekanan darah pada lansia dengan hipertensi”.