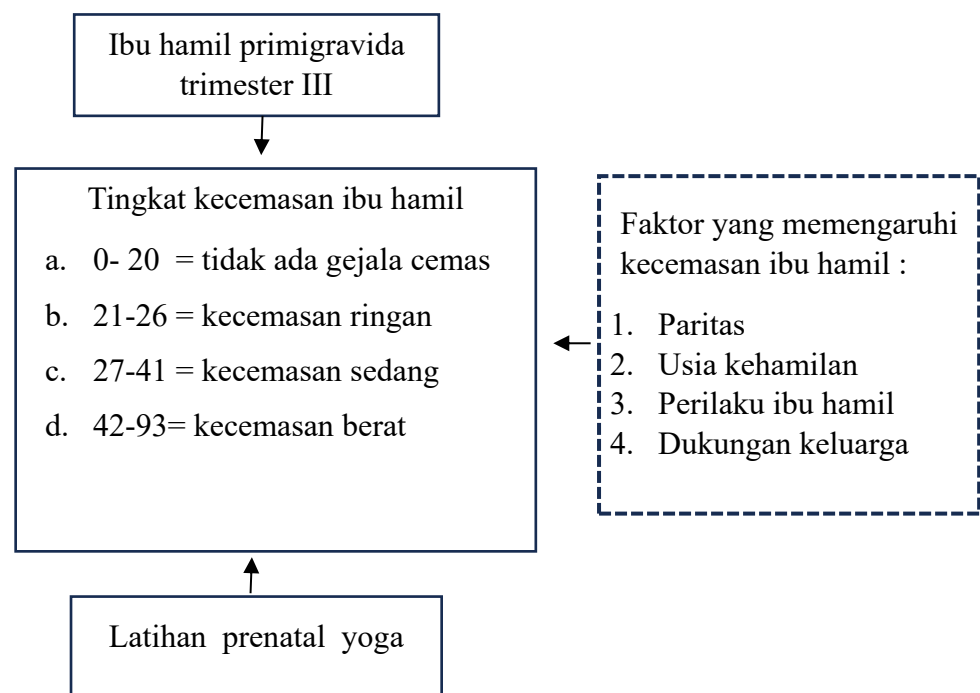


BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka konsep

Kerangka konsep adalah visualisasi hubungan antara berbagai variabel, yang dirumuskan oleh peneliti setelah membaca berbagai teori yang ada dan kemudian menyusun teorinya sendiri yang akan digunakan sebagai landasan untuk penelitiannya (Anggreni, 2022). Adapun kerangka konsep pada penelitian ini sebagai berikut.



Keterangan :

= variabel yang diteliti

= variabel yang tidak diteliti

→ = alur

Gambar 6 Kerangka Konsep Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III

B. Variabel dan definisi operasional variabel

1. Variabel Penelitian

Variabel penelitian merupakan segala sesuatu yang berbentuk apa saja yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari sehingga diperoleh informasi tentang hal tersebut, kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2016).

a. Variabel bebas (*independent variable*)

Variabel independent adalah variable yang dapat mempengaruhi variable lain, apabila variabel independen berubah maka dapat menyebabkan variable lain berubah (Anggreni, 2022). Variabel bebas pada penelitian ini adalah prenatal yoga.

b. Variabel terikat (*dependent variable*)

Variabel dependen adalah variable yang dipengaruhi oleh variable independent, artinya variable dependen berubah karena disebabkan oleh perubahan pada variable independent (Anggreni, 2022). Variabel terikat pada penelitian ini adalah tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III.

2. Definisi operasional

Definisi operasional adalah definisi variable-variabel yang akan diteliti secara operasional di lapangan. Dalam pembuatan definisi operasional selain memuat tentang pengertian variable secara operasional juga memuat tentang cara pengukuran, hasil ukur, dan skala pengukuran (Anggreni, 2022). Definisi operasional dalam penelitian ini disajikan pada tabel 1.

Tabel 1

Definisi Operasional Pengaruh Prenatal Yoga Terhadap Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III di Griya Kamini

Variabel Penelitian	Definisi Operasional	Alat Ukur	Skala	Skor
Prenatal Yoga	Prenatal yoga adalah olahraga yang ditujukan khusus untuk ibu hamil yang bertujuan membantu meningkatkan kelenturan tubuh selama kehamilan dan mengurangi kecemasan yang dirasakan. Pada trimester III dilakukan 3 kali pertemuan selama 3 minggu dengan durasi 60 menit sekali yoga	SOP Prenatal Yoga	-	-
Tingkat Kecemasan Ibu Hamil Primigravida Trimester III	Tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III adalah reaksi kekhawatiran yang dialami oleh ibu terutama menjelang persalinan pada kehamilan di trimester III yang diukur sebelum dan sesudah melakukan prenatal yoga selama 3 kali pertemuan.	Kuesioner	Ordinal	Skor 0- 20 = tidak ada gejala cemas Skor 21-26 = kecemasan ringan Skor 27-41 = kecemasan sedang Skor 42-93 = kecemasan berat

C. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara dari rumusan masalah atau pertanyaan penelitian. Penelitian ini menggunakan hipotesis alternative (Ha). Hipotesis alternatif (Ha) berfungsi untuk menyatakan adanya hubungan, perbedaan, dan pengaruh dari dua atau lebih variabel yang diteliti (Nursalam, 2020). Hipotesis dalam penelitian ini terdapat pengaruh prenatal yoga terhadap tingkat kecemasan ibu hamil primigravida trimester III.