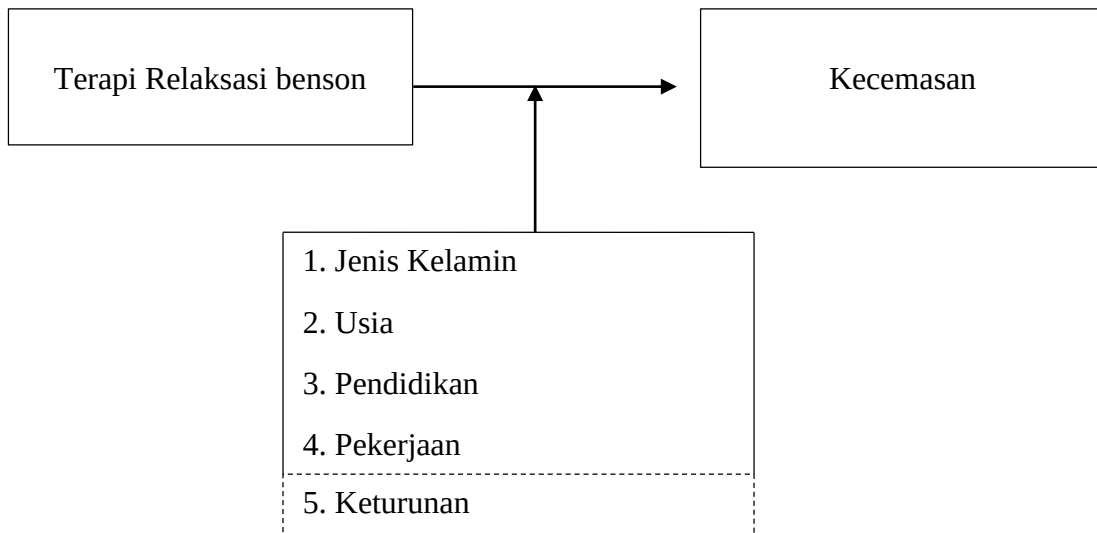


BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep

Kerangka konseptual adalah model konseptual tentang bagaimana seorang peneliti membangun sebuah teori atau secara logis menghubungkan berbagai faktor yang dianggap penting terhadap suatu masalah (Tumanggor, 2019). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Terapi Relaksasi Benson terhadap Kecemasan pada Pasien Hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2023. Kerangka konsep dalam penelitian ini disajikan pada gambar 2.



Keterangan :

———— : Diteliti

----- : Tidak diteliti

Gambar 2 Kerangka Konsep Penelitian Pengaruh Terapi Relaksasi Benson terhadap Kecemasan pada Pasien Hipertensi

Dari kerangka konsep diatas dijelaskan bahwa dilakukan perlakuan terapi relaksasi benson pada pasien hipertensi dengan kecemasan. Jenis kelamin, usia, pekerjaan, riwayat pendidikan dan keturunan merupakan variabel pengganggu yang berpengaruh pada variabel *independent* dan variabel *dependent* yang dalam hal ini adalah terapi relaksasi benson dan kecemasan.

B. Variabel dan Definisi Operasional

1. Variabel penelitian

a. Variabel bebas (*Independent*)

Variabel yang mempengaruhi variabel *dependent* atau yang menjadi sebab perubahan dalam variabel *dependent* dan mempunyai efek diutamakan, dengan kata lain variabel independen atau variabel bebas adalah variabel risiko. Dalam hal ini terapi relaksasi benson.

b. Variabel terikat (*dependent*)

Variabel yang nilainya diperkirakan akan berubah karena pengaruh dari variabel bebas, dalam hal ini adalah kecemasan.

c. Variabel pengganggu

Menurut Notoadmojo Soekidjo (2012), variabel pengganggu atau *confounding variable* adalah variabel yang mengganggu hubungan antara variabel *independent* dan *dependent*. Yang menjadi variabel pengganggu dalam penelitian ini adalah jenis kelamin, usia, pekerjaan, pendidikan, dan keturunan.

2. Definisi operasional

Definisi operasional variabel adalah definisi dari suatu variabel yang didasarkan pada suatu konsep teoritis namun bersifat operasional sehingga baik peneliti maupun peneliti lain dapat mengukur atau menguji variabel tersebut (Swarjana, 2015).

Tabel 5
Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi Operasional	Cara Pengukuran	Skala
(1)	(2)	(3)	(4)
Variabel <i>Independent</i> :	Terapi yang diberikan kepada responden selama 15 menit dilakukan secara berulang diikuti dengan mengucapkan frasa atau kalimat kegamaan “ <i>Abhir gatrani sudyanti manah satyena sodayanti</i> ” untuk menurunkan kecemasan.	Standar Operasional Prosedur (SOP) Terapi Relaksasi Benson	-
Variabel <i>Dependent</i> : Kecemasan	Kecemasan merupakan kondisi rasa tidak nyaman pada diri sendiri, perasaan samar-samar yang tidak berdaya serta tidak menentu yang	Skala HARS Ordinal terdiri dari 14 pertanyaan yang terdiri dari 5 pilihan : 0 = tidak ada 1 = ringan	1. ≤ 14 (tidak ada kecemasan) 2. 14-20 (kecemasan ringan).

(1)	(2)	(3)	(4)
	disebabkan oleh suatu hal yang belum jelas.	2 = sedang 3 = berat 4 = berat sekali	3. 21-27 (kecemasan sedang) 4. 28-41 (kecemasan berat) 5. 42-56 (kecemasan berat sekali)
Variabel	Perbedaan secara biologis dari segi bentuk, fungsi, dan sifat antara pria dan wanita yang menentukan peran mereka dalam reproduksi	Kuisisioner data demografi	Nominal 1. Laki-laki 2. Perempuan.
<i>Confounding</i> : Jenis kelamin			
Variabel	Terhitung dari sejak responden lahir hingga pada saat penelitian dilakukan	Kuisisioner data demografi	Interval 1. Dewasa awal (20 – 30 tahun) 2. Dewasa madya (31 – 59 tahun) 3. Dewasa akhir (>60 tahun).
<i>Confounding</i> : Usia			
Variabel	Berbagai macam aktifitas yang dilakukan oleh manusia untuk memenuhi kebutuhan hidupnya yaitu dengan	Kuisisioner data demografi	Nominal 1. Tidak bekerja 2. Bekerja
<i>Confounding</i> : Pekerjaan			

(1)	(2)	(3)	(4)
	bekerja atau tidak bekerja		
Variabel	Suatu kegiatan individu	Kuisisioner data	Nominal
<i>Confounding</i> :	dalam mengembangkan	demografi	1. Tidak
Pendidikan	atau meningkatkan kemampuan, sikap, dan bentuk tingkah lakunya untuk kehidupan masa mendatang		bersekolah 2. Sekolah Dasar (SD) 3. Sekolah Menengah Pertama (SMP) 4. Sekolah Menengah atas (SMA) 5. Perguruan Tinggi.

3. Hipotesis penelitian

Hipotesis adalah jawaban sementara penelitian, patokan, prediksi atau asumsi. Akurasi dalam penelitian hanya terbukti setelah ada bukti dari hasil penelitian. Setelah dibuktikan dengan hasil penelitian, hipotesis dapat diterima atau ditolak. Jika diterima atau terbukti, hipotesis tersebut menjadi tesis. (Notoatmodjo, 2012) . Hipotesis disusun sebelum penelitian dilaksanakan karena hipotesis akan bisa memberikan petunjuk pada tahap pengumpulan data, analisis dan intervensi data. Adapun hipotesis (H_a) dari penelitian ini adalah “Ada Pengaruh Terapi Relaksasi Benson terhadap Kecemasan

pada Pasien Hipertensi di wilayah kerja UPTD Puskesmas II Denpasar Barat Tahun 2023.”