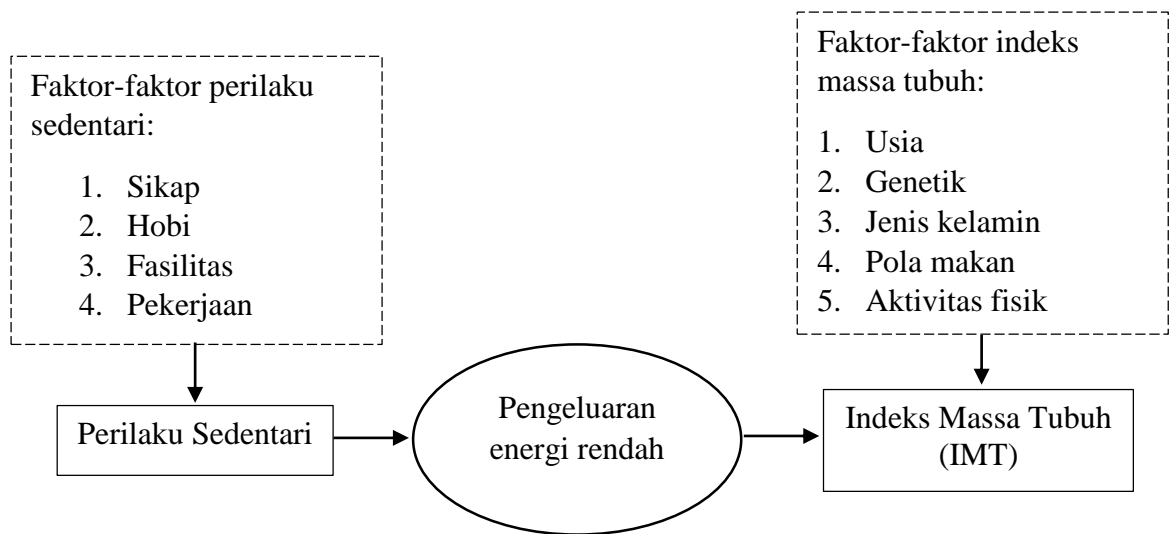


### BAB III

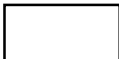
## KERANGKA KONSEP

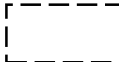
#### A. Kerangka Konsep


Kerangka konsep adalah suatu hubungan antar konsep yang akan diukur atau diamati dalam penelitian (Adiputra dkk, 2021). Adapun kerangka konsep dari penelitian ini dipaparkan pada skema gambar berikut:



Keterangan :

 : variabel yang diteliti

 : variabel yang tidak diteliti

 : alur pikir

Gambar 1 Kerangka Konsep Hubungan Perilaku Sedentari Dengan Indeks Massa Tubuh Pada Penderita Hipertensi di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2025

## **B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional**

### **1. Variabel penelitian**

Variabel adalah segala sesuatu yang memiliki variasi nilai, yang ditetapkan menjadi objek penelitian untuk diobservasi atau diukur, sehingga didapatkan informasi mengenai hal tersebut yang kemudian ditarik kesimpulannya (Lubis, 2018). Adapun variabel dalam penelitian ini, yaitu:

#### **a. Variabel bebas (*variable independent*)**

Variabel bebas (*variable independent*) adalah variabel yang mempengaruhi atau yang menjadi sebab timbulnya variabel terikat (Lubis, 2018). Variabel *independent* pada penelitian ini adalah perilaku sedentari.

#### **b. Variabel terikat (*variable dependent*)**

Variabel terikat (*variable dependent*) adalah variabel yang dipengaruhi atau yang menjadi akibat adanya variabel bebas (Lubis, 2018). Variabel *dependent* pada penelitian ini adalah indeks massa tubuh pada penderita hipertensi.

### **2. Definisi operasional**

Definisi operasional merupakan penjelasan mengenai variabel penelitian yang dimaksudkan untuk memahami arti dari setiap variabel penelitian sebelum dilakukan analisis (Sujarweni, 2014). Definisi operasional variabel pada penelitian ini disajikan pada tabel.

**Tabel 4**  
**Definisi Operasional Hubungan Perilaku Sedentari dengan Indeks Massa Tubuh (IMT) Pada Penderita Hipertensi di UPTD Puskesmas I Denpasar Selatan Tahun 2025**

No	Variabel	Definisi Operasional Variabel	Alat Ukur	Skala Ukur
1	2	3	4	5
1	Variabel <i>Independen</i> : Perilaku Sedentari	Segala aktivitas dalam keadaan terjaga yang ditandai dengan pengeluaran energi $\leq 1,5$ <i>metabolic equivalent</i> (METs) saat berada dalam posisi duduk dan berbaring dalam jangka waktu yang lama.	<i>Sedentary Behavior Questionnaire</i> (SBQ)  Kuesioner ini berisi 9 komponen aktivitas yang diukur terpisah pada hari kerja ( <i>weekday</i> ) dan hari libur ( <i>weekend</i> ).	Rasio
2	Variabel <i>Independen</i> : Indeks Massa Tubuh (IMT)	Metode sederhana untuk mengidentifikasi kekurangan dan kelebihan berat badan serta obesitas pada orang dewasa, yang dihitung dengan membagi berat badan dalam kilogram dengan tinggi badan dalam meter yang dikuadratkan ( $\text{kg}/\text{m}^2$ ).	Timbangan badan digital dan <i>microtoise</i>	Rasio

### C. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah suatu pernyataan tentang suatu hal yang bersifat sementara yang belum dibuktikan kebenarannya secara empiris (Lubis, 2018). Hipotesis penelitian merupakan sebuah pernyataan atau jawaban yang dibuat sementara dan akan diuji kebenarannya melalui uji statistik (Adiputra dkk., 2021). Hipotesis yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah hipotesis alternative ( $H_a$ ), yaitu ada hubungan perilaku sedentari dengan indeks massa tubuh pada penderita hipertensi.