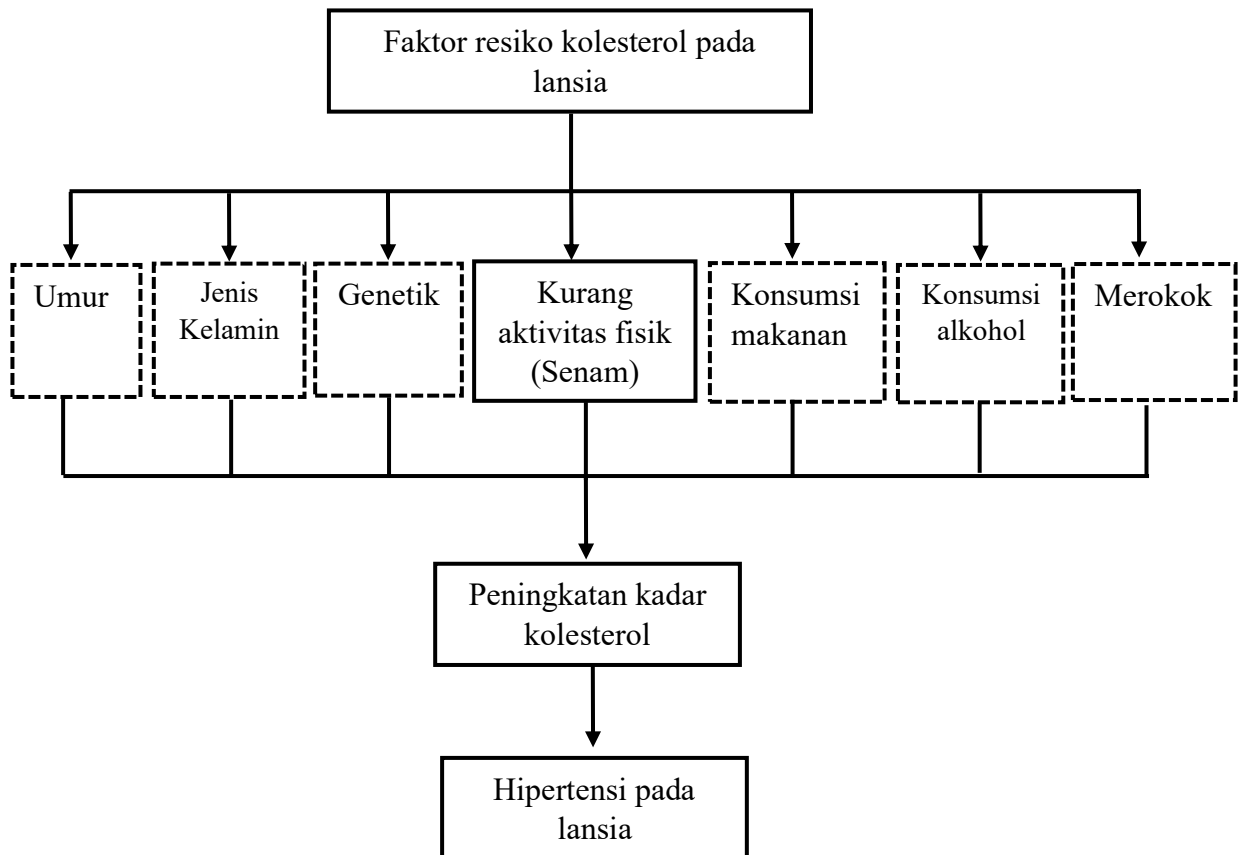


BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep

Adapun kerangka konsep penelitian ini, yaitu sebagai berikut:



Gambar 2 Kerangka Konsep

Keterangan:

: Diteliti : Tidak diteliti

Kerangka konsep di atas menjelaskan bahwa faktor resiko kolesterol pada lansia meliputi umur, jenis kelamin, genetik, konsumsi makanan, konsumsi alkohol, dan merokok, serta kurangnya aktivitas fisik. Faktor tersebut dapat memicu peningkatan kadar kolesterol khususnya kekurangan aktivitas fisik. Kolesterol

merupakan faktor risiko dari hipertensi, kemungkinan terkena hipertensi meningkat seiring dengan tingginya kadar kolesterol total. Serangan jantung, stroke, hipertensi, dan masalah ginjal dapat disebabkan oleh kadar kolesterol yang tinggi.

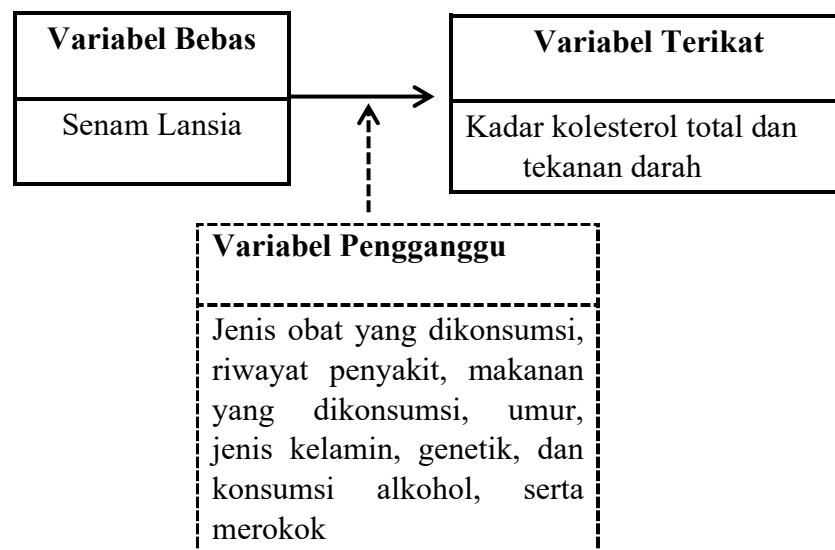
B. Variabel dan Definisi Operasional

1. Variabel penelitian

Penelitian ini melibatkan dua jenis variabel, yakni variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen). Variabel bebasnya adalah aktivitas senam lansia, sedangkan variabel terikat mencakup kadar kolesterol total serta tekanan darah pada kelompok lansia

2. Hubungan antar variabel

Skema hubungan antar variabel pada penelitian ini, dapat dilihat sebagai berikut:



Gambar 3 Hubungan Antar Variabel

3. Definisi operasional variabel

Tabel 2
Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi	Cara pengukuran	Skala Data
1	2	3	4
Kadar Kolesterol Total	Hasil yang diperoleh dari pengukuran kadar kolesterol, yang dinyatakan dalam satuan mg/dL. Dengan kategori: - Normal: < 200 mg/dL - Tinggi: $\geq$ 200 mg/dL (Sari, Hansah, & Suharni, 2016)	Diukur dengan alat Cobas c111 metode enzimatik colorimetri	Rasio
Tekanan Darah	Hasil pengukuran tekanan darah pada lansia, yang diukur dalam satuan mmHg. Dengan kategori: - Normal : < 130/ < 85 mmHg - Hipertensi ringan: 140/90 mmHg – 159/99 mmHg - Hipertensi sedang: 160/100 mmHg – 179/109 mmHg - Hipertensi berat: 180/110 mmHg – 209/119 mmHg (Tambunan dkk., 2021)	Diukur dengan alat <i>sphygmomanometer</i> (tensimeter) dan stethoscope.	Rasio
Senam Lansia	Aktivitas fisik lansia yang dilakukan dengan senam, frekuensi pertemuan 2 kali seminggu	Menghitung frekuensi dalam seminggu	Nominal

C. Hipotesis

Hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini yaitu

- a. Ada perbedaan kadar kolesterol sebelum dan sesudah senam pada lansia di Desa Babahan
- b. Ada perbedaan tekanan darah sebelum dan sesudah senam pada lansia di Desa Babahan