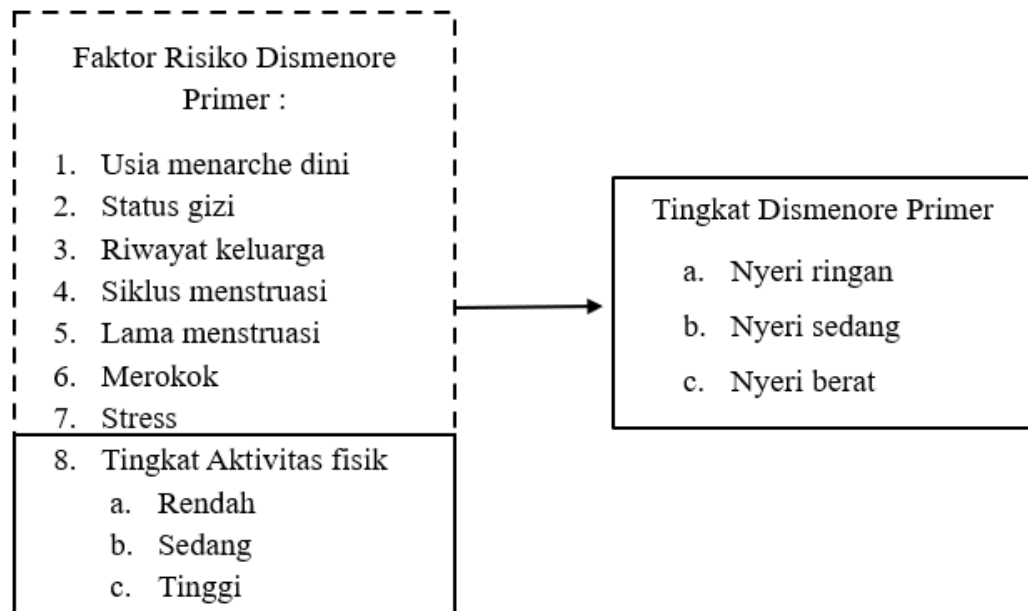


BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep merupakan hasil pengembangan dari kerangka teori yang telah dibahas dalam kajian pustaka. Kerangka ini berfungsi sebagai gambaran visual mengenai hubungan antar variabel yang dirumuskan peneliti setelah mempelajari berbagai teori, kemudian menyusunnya menjadi kerangka pemikiran sendiri yang dijadikan dasar dalam penelitian (Dhonna, 2022)



Keterangan:

- = Variabel yang diteliti
- = Variabel yang tidak diteliti
- = Alur pikir

Gambar 3 Kerangka Konsep Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Tingkat Dismenore Primer pada Remaja putri di SMAN 8 Denpasar

B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel

1. Variabel penelitian

Dalam penelitian, variabel adalah objek yang diamati dan sebagai sesuatu yang dijadikan fokus untuk mencapai tujuan penelitian dan berperan sebagai faktor yang dikaji atau sebagai permasalahan yang diteliti. Perumusan masalah, penetapan tujuan, serta pengajuan hipotesis ditentukan oleh variabel yang digunakan (Pratitis dkk., 2024). Variabel pada penelitian ini ada dua, yaitu :

a. Variabel bebas (*independent*)

Variabel *independent* adalah variabel yang berperan memengaruhi atau menjadi penyebab perubahan pada variabel lain. Perubahan variabel independent akan merubah pada variabel dependen (Sugiyono, 2023). Dalam penelitian ini tingkat aktivitas fisik menjadi variabel bebas.

b. Variabel terikat (*dependent*)

Variabel *dependent* adalah variabel yang mengalami perubahan karena adanya pengaruh oleh variabel independent. Variabel ini menunjukkan hasil atau akibat yang muncul karena adanya perubahan pada variabel bebas. Oleh karena itu, perubahan pada variabel dependen terjadi sebagai konsekuensi dari perubahan variabel independent (Sugiyono, 2023). Pada penelitian ini tingkat dismenore primer menjadi variabel terikat

2. Definisi operasional

Definisi operasional adalah uraian untuk menjelaskan secara jelas serta terperinci mengenai variabel yang digunakan dalam penelitian, termasuk cara variabel tersebut diukur atau diterapkan dalam pelaksanaan penelitian. Definisi ini diperlukan agar setiap konsep yang digunakan dapat diamati, diukur, dan diuji secara nyata (Sugiyono, 2023)

Tabel 1
Definisi Operasional Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Tingkat Dismenore Primer pada Remaja Putri di SMAN 8 Denpasar

Variabel	Definisi Operasional	Cara Pengukuran	Skala
1	2	3	4
Variabel Independen: Tingkat Aktivitas Fisik	Keterlibatan remaja dalam gerakan tubuh yang melibatkan otot rangka serta memerlukan pengeluaran energi yang dilakukan remaja berdasarkan frekuensi (1-7x atau lebih dalam seminggu) dan intensitas (rendah, sedang dan tinggi) dalam kegiatan sehari-hari meliputi kegiatan olahraga, aktivitas waktu luang, istirahat makan siang, setelah pulang sekolah, malam hari dan akhir pekan selama 7 hari terakhir	Kuesioner PAQ-A (<i>Physical Activity Questionnaire for Adolescents</i>). Skor diperoleh dari rata-rata item 1–8 dengan rentang nilai 1–5. Semakin tinggi skor rata-rata, semakin tinggi tingkat aktivitas fisik.	Ordinal 1. Rendah (1,00–2,33) 2. Sedang (2,34–3,66) 3. Tinggi (3,67–5,00)
Variabel Dependen: Tingkat Dismenore Primer	Derajat nyeri perut bagian bawah yang dirasakan saat menstruasi tanpa adanya kelainan atau patologi organ reproduksi dan berlangsung saat hari pertama sampai hari ketiga yang terbagi menjadi nyeri ringan, sedang dan berat	Kuesioner Numeric Rating Scale (NRS) Tingkat dismenore diukur dengan rentang skor 0–10. Skor yang diperoleh akan di kategorikan	Ordinal 1. Nyeri ringan (skor 1 – 3) 2. Nyeri sedang (skor 4 – 6) 3. Nyeri berat (skor 7 – 10)

C. Hipotesis Penelitian

Hipotesis merupakan dugaan sementara yang diajukan peneliti sebagai jawaban awal terhadap rumusan masalah penelitian. Pernyataan ini didasarkan pada landasan teori yang relevan, tetapi kebenarannya masih harus diuji melalui fakta atau data empiris yang diperoleh dari penelitian (Sugiyono, 2023). Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara tingkat aktivitas fisik dengan tingkat dismenore primer pada remaja putri di SMAN 8 Denpasar