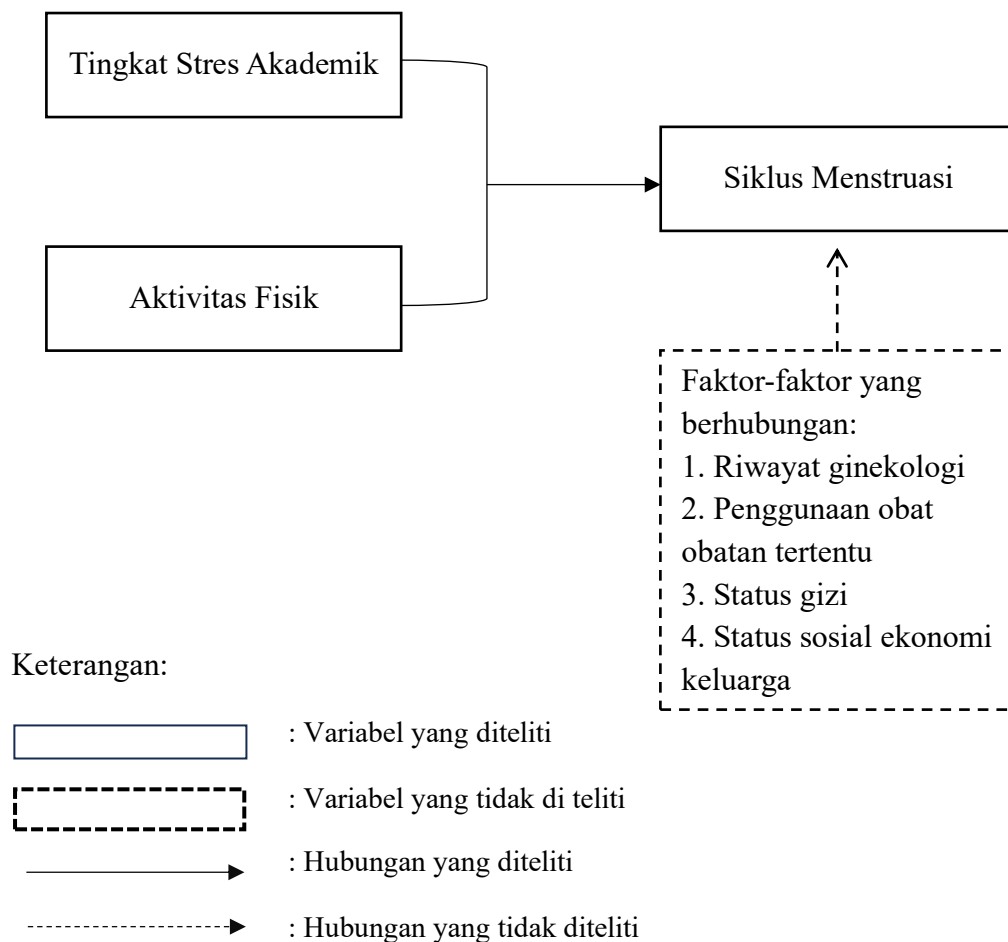


BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah gambaran hubungan antar variabel yang diteliti. Biasanya dibuat dari teori-teori yang relevan dan disusun menjadi skema agar jelas bagaimana variabel saling berhubungan. Kerangka ini membantu peneliti merencanakan penelitian dengan lebih terarah dan memudahkan analisis data (Anggreni. 2022).



Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian

B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel

1. Definisi operasional variabel Operasional Variabel dapat dipahami sebagai segala aspek atau unsur, baik yang berbentuk sifat, karakteristik, maupun objek tertentu, yang ditetapkan oleh peneliti untuk dikaji lebih mendalam agar dapat diperoleh informasi yang relevan, kemudian ditarik suatu kesimpulan berdasarkan hasil kajian tersebut. Dalam proses penelitian, setiap variabel perlu ditentukan skala pengukurannya. Untuk itu, peneliti memerlukan bantuan alat atau teknik analisis statistik agar perhitungan data yang berkaitan dengan variabel dapat dilakukan secara tepat dan akurat. Pada penelitian ini, variabel yang dikaji dibedakan menjadi dua kelompok utama, yaitu variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen) (Sugiyono 2020).

a. Variabel independen

Variabel independen atau variabel bebas merupakan variabel yang memiliki hubungan atau menjadi faktor penyebab terjadinya perubahan pada variabel terikat. Variabel bebas adalah variabel yang keberadaannya digunakan untuk menjelaskan dan menguji ada atau tidaknya hubungan dengan variabel lain dalam suatu penelitian. Dengan kata lain, variabel bebas berfungsi sebagai faktor pemicu yang kemudian diamati dampaknya pada variabel terikat. Penelitian ini, variabel bebas yang digunakan terdiri dari dua aspek utama, yaitu tingkat stres akademik (X1) dan aktivitas fisik (X2), yang keduanya diasumsikan memiliki hubungan dengan siklus menstruasi remaja perempuan sebagai variabel terikat (Sugiyono 2020).

b. Variabel dependen

Variabel terikat, yang sering juga disebut sebagai variabel dependen atau variable resultan, merupakan variabel yang keberadaannya dikaitkan oleh variabel bebas. Variabel ini muncul sebagai karena atau hasil dari adanya perubahan pada 29 variabel bebas. Tujuan utama dari pengukuran variabel terikat adalah untuk mengetahui sejauh mana variabel bebas berhubungan dengannya. Dalam konteks penelitian ini, variabel terikat yang ditetapkan adalah siklus menstruasi pada remaja perempuan (Y) (Sugiyono 2020).

Tabel 2
Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi Operasional Variabel	Alat Ukur	Skala
Stres Akademik (Independen)	Tingkat tekanan psikologis yang dirasakan remaja putri karena tuntutan akademik, seperti tugas dan ujian.	<i>Kuesioner Student-Life Stres Inventory</i> (SSI)	Ordinal Dikategorikan menjadi: Stres ringan Stres sedang Stres berat
Aktivitas Fisik	Aktivitas fisik adalah kegiatan olahraga yang dilakukan oleh remaja putri, dan diukur berdasarkan intensitas olahraga.	<i>Kuesioner International Physical Activity Questionnaire - Short Form</i> (IPAQ-SF)	Ordinal Dikategorikan menjadi: Aktivitas ringan Aktivitas sedang Aktivitas berat
Siklus Menstruasi (Dependen)	Jarak waktu antara hari pertama menstruasi pada satu periode dengan hari pertama menstruasi berikutnya yang dinilai berdasarkan keteraturan siklus	Kuesioner	Nominal Dikategorikan menjadi: Teratur (21-35 hari) Tidak teratur <21- >35 hari)

C. Hipotesis

Menurut (Sugiyono 2020) hipotesis dalam suatu penelitian dapat dipahami sebagai jawaban sementara yang diberikan peneliti dengan rumusan masalah, yang kebenarannya masih perlu dibuktikan melalui pengumpulan dan analisis data. Penyusunan hipotesis dilakukan berdasarkan perumusan masalah dan tujuan penelitian

Hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) H1: Terdapat hubungan antara tingkat stres akademik dengan siklus menstruasi pada mahasiswa kebidanan tingkat 1 di Poltekkes Kemenkes Denpasar.
- 2) H1: Terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan siklus menstruasi pada mahasiswa kebidanan tingkat 1 di Poltekkes Kemenkes Denpasar.
- 3) H1: Terdapat pengaruh tingkat stres akademik dan aktivitas fisik dengan siklus menstruasi mahasiswa kebidanan tingkat 1 di Poltekkes Kemenkes Denpasar.