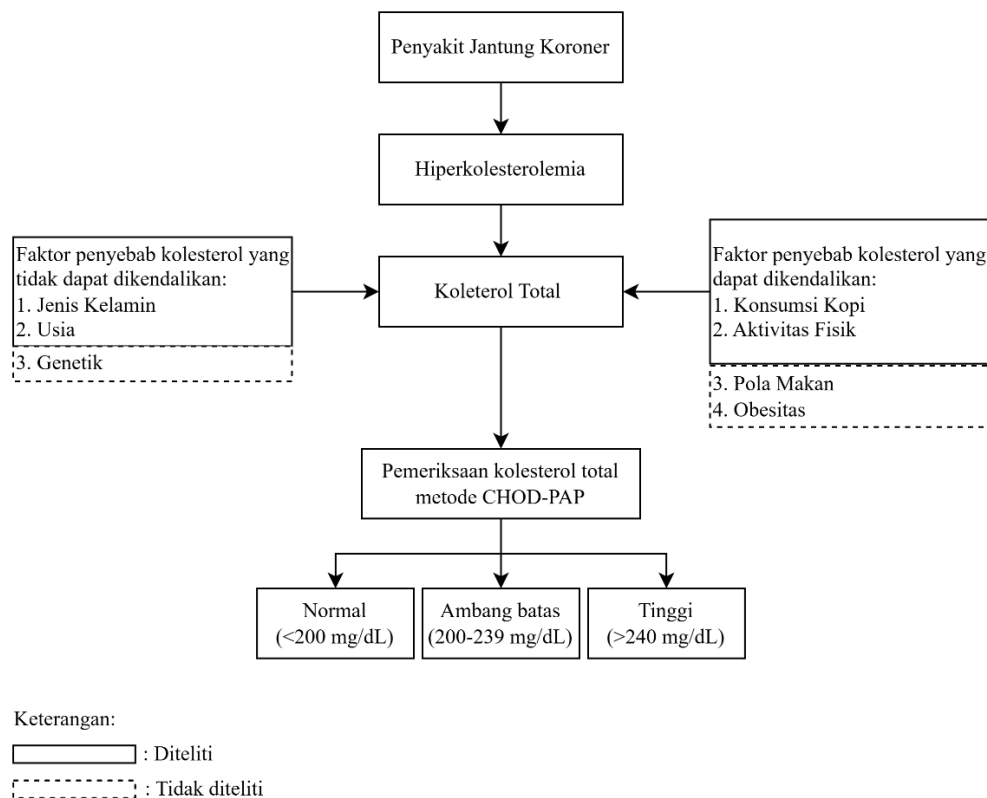


BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep

Berdasarkan Notoatmodjo (2018), kerangka konseptual didefinisikan sebagai konstruksi yang memvisualisasikan hubungan antar konsep atau variabel yang menjadi fokus observasi dan measurement dalam penelitian. Framework ini dirancang untuk menunjukkan dengan jelas pola interrelasi antarvariabel yang dieksplorasi, yang berfungsi sebagai basis dalam pengembangan hipotesis dan proses analisis riset. Adapun kerangka konsep dalam penelitian ini yaitu:



Gambar 1. Kerangka Konsep Penelitian

Kadar kolesterol pada lansia dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko yang tidak dapat dikendalikan, meliputi riwayat keluarga, usia, dan jenis kelamin. Beberapa faktor yang memengaruhi kadar kolesterol yang dapat dikendalikan, seperti indeks massa tubuh, pola makan tinggi lemak, konsumsi kopi berlebihan, dan aktivitas fisik. (Bistara dan Kartini, 2018). Pemeriksaan kadar kolesterol total dilakukan menggunakan metode CHOD-PAP, dengan hasil yang diklasifikasikan ke dalam tiga kategori, yaitu normal (<200 mg/dl), ambang batas ($200-239$ mg/dl), dan tinggi (>240 mg/dl) (Perkeni, 2021).

B. Variabel dan Definisi Operasional

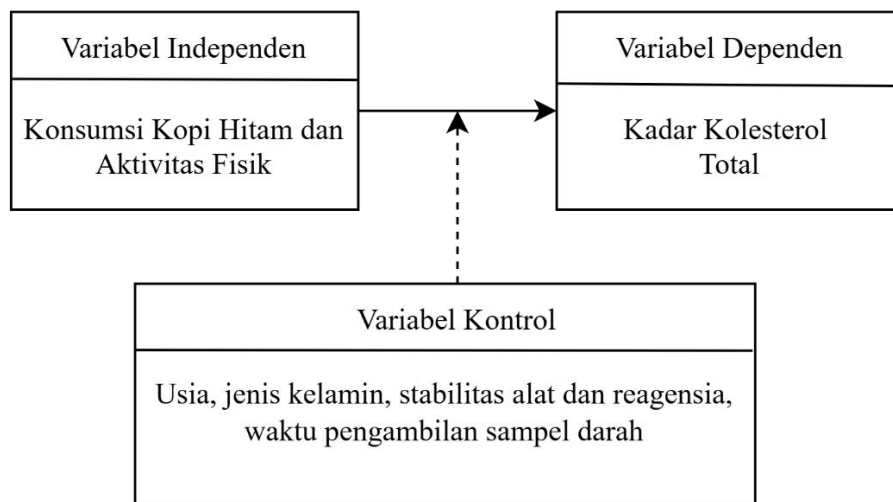
1. Variabel

- a. Variabel independen atau variabel bebas merupakan variabel yang berperan sebagai faktor yang memengaruhi terjadinya perubahan pada variabel terikat (Sugiyono, 2023). Dalam penelitian ini variabel bebas yaitu, konsumsi kopi hitam dan aktivitas fisik, yang berperan memengaruhi variabel dependen.
- b. Variabel dependen atau variabel terikat adalah variabel yang mengalami perubahan karena dipengaruhi oleh variabel bebas (Sugiyono, 2023). Penelitian ini menggunakan kolesterol total sebagai variabel dependennya.
- c. Variabel kontrol adalah variabel yang dibuat konstan untuk mencegah pengaruh faktor luar terhadap hubungan antara variabel independen dan dependen (Sugiyono, 2023). Variabel kontrol dalam penelitian ini adalah
 - 1) Usia, dikontrol dengan pembatasan subjek pada lanjut usia (60-90 tahun)
 - 2) Jenis kelamin, dicatat untuk mengontrol perbedaan biologis terhadap kadar kolesterol total.

3) Kondisi pemeriksaan laboratorium, meliputi stabilitas alat dan kualitas reagen, yang dikontrol untuk menjamin akurasi dan konsistensi hasil pemeriksaan kadar kolesterol total.

4) Waktu dan kondisi pengambilan sampel darah, dikontrol dengan menerapkan puasa selama 8-12 jam sebelum pengambilan darah vena guna meminimalkan pengaruh asupan makanan terhadap hasil pemeriksaan kolesterol.

Adapun hubungan antar variabel penelitian ini yaitu :



Gambar 2 Hubungan antar variabel penelitian

2. Definisi Operasional

Menurut Sugiyono (2023), definisi operasional merupakan komponen dalam penelitian yang menjelaskan prosedur atau cara yang digunakan untuk mengukur suatu variabel, berfungsi sebagai pedoman dalam pelaksanaan pengukuran variabel. Dalam penelitian ini definisi operasionalnya meliputi:

Tabel 1
Definisi Operasional Variabel

No	Variabel	Definisi Operasional	Cara Pengukuran	Skala Data
1	Konsumsi Kopi Hitam	Jumlah konsumsi kopi bubuk hitam dengan metode penyeduhan tubruk (<i>non-filtrasi</i>) yang dikonsumsi setiap hari dengan satuan gelas belimbing 150ml. Normal (1-3 gelas/hari). Sering (≥ 4 gelas/hari) (Kristanto dan Diyono, 2021).	Wawancara kepada responden	Ordinal
2	Aktivitas Fisik	Aktivitas fisik yang dilakukan selama 7 hari terakhir berdasarkan skor METs. Ringan (< 600 METs menit/minggu) Sedang (≥ 600 hingga < 3000 METs menit/minggu) Berat (≥ 3000 METs menit/minggu) (IPAQ, 2016)	Wawancara kepada responden dengan panduan IPAQ-SF	Ordinal
3	Kadar Kolesterol Total	Hasil pemeriksaan kolesterol total menggunakan sampel darah vena, dikategorikan berdasarkan nilai rujukan. Normal (< 200 mg/dl) Ambang batas (200-239 mg/dl) Tinggi (≥ 240 mg/dl) (Perkeni, 2021).	Pemeriksaan kadar kolesterol total dengan metode CHOD-PAP	Ordinal
4	Lanjut Usia	Usia responden dalam satuan tahun Usia lanjut (60-74 tahun) Usia tua (75-90 tahun) Usia sangat tua (di atas 90 tahun) (WHO, 2013 dalam Wulandari dkk., 2018)	Wawancara kepada responden	Ordinal

C. Hipotesis

Hipotesis adalah dugaan atau jawaban sementara atas rumusan masalah penelitian yang telah dirumuskan dalam bentuk pertanyaan (Sugiyono, 2023).

Hipotesis dalam penelitian ini adalah

1. Ada hubungan antara frekuensi konsumsi kopi hitam dengan kadar kolesterol total pada lansia di Banjar Sedahan, Desa Gulingan.
2. Ada hubungan antara aktivitas fisik dengan kadar kolesterol total pada lansia di Banjar Sedahan, Desa Gulingan.