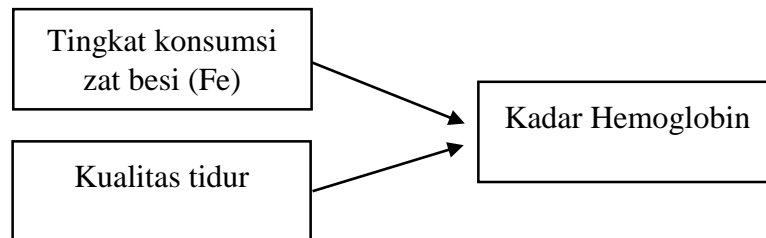


BAB III

KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep



Gambar 1. Hubungan Tingkat Konsumsi Zat Besi (Fe) dan Kualitas Tidur Dengan Kadar Hemoglobin

Kadar hemoglobin darah dapat dipengaruhi oleh tingkat konsumsi zat besi (Fe), dan kualitas tidur. Tingkat konsumsi zat besi (Fe) yang kurang dari kebutuhan akan menyebabkan kadar hemoglobin dalam darah menjadi rendah atau tidak normal. Begitu juga sebaliknya jika tingkat konsumsi zat besi (Fe) mencukupi kebutuhan maka kadar hemoglobin akan stabil atau normal. Selain itu kualitas tidur buruk yang disebabkan oleh adanya gangguan tidur akan memengaruhi kadar hemoglobin darah menjadi rendah.

B. Variabel Penelitian

Variabel adalah suatu atribut tertentu yang dikenakan pada suatu objek yang apabila diamati akan menimbulkan variasi nilai (Suiraoaka, dkk. 2019).

1. Jenis variabel dalam penelitian ini:

- a. Variabel terikat.

Variabel terikat (dependen variable) merupakan variabel yang dipengaruhi atau

yang menjadi akibat karena adanya variabel bebas (Suiraoaka, dkk. 2019). Variabel terikat pada penelitian ini yaitu kadar hemoglobin.

b. Variabel bebas

Variabel bebas (independent variable) merupakan variabel yang dapat mempengaruhi atau yang menjadi sebab perubahan atau timbulnya variabel terikat (Suiraoaka, dkk. 2019). Variabel bebas pada penelitian ini yaitu tingkat konsumsi zat besi (Fe) dan kualitas tidur.