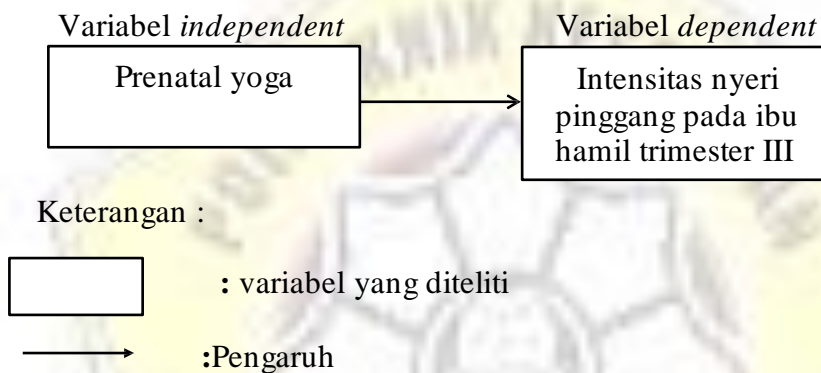


BAB III
KERANGKA KONSEP

A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah model konseptual yang berkaitan dengan bagaimana seorang peneliti menyusun teori atau menghubungkan secara logis beberapa faktor yang dianggap penting untuk masalah (Lusiana., 2015).



Gambar 3.1 : Kerangka Konsep

Variabel bebas yaitu variabel yang mempengaruhi atau variabel lain atau disebut sebagai variabel stimulus yang menjadi sebab perubahannya atau timbulnya variabel terikat (Sugiyono, 2019), variabel bebas dalam penelitian ini adalah prenatal yoga.

Variabel terikat adalah variabel yang nilainya dipengaruhi oleh variabel lain atau menjadi akibat dari adanya variabel bebas dan sering disebut sebagai variabel output, kriteria, atau konsekuen (Sugiyono, 2019). Variabel terikat dalam penelitian ini yaitu intensitas nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III.

B. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional

1. Variabel penelitian

Variabel penelitian adalah suatu atribut atau sesuatu yang memiliki nilai baik dari orang, objek atau kegiatan yang mempunyai variasi tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan ditarik kesimpulannya (Sugiyono, 2019). Variabel dalam penelitian terdiri dari variabel bebas dan variabel terikat. Variabel bebas yaitu prenatal yoga. Variabel terikat yaitu intensitas nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III

2. Definisi operasional

Definisi operasional adalah fenomena observasional yang memungkinkan peneliti untuk mengujinya secara empiris apakah *outcome* yang diprediksi tersebut benar atau salah (Swarjana, 2015). Definisi operasional dalam penelitian ini dituangkan dalam bentuk tabel, sebagai berikut.

Tabel 3.1
Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi Operasional Variabel	alat ukur	Hasil ukur	Skala
Prenatal yoga	Gerakan olah tubuh ibu hamil pada ibu hamil trimester III untuk meningkatkan kesehatan ibu hamil yang dilakukan secara rutin satu kali 60 menit setiap dua kali dalam seminggu selama dua minggu	SOP	-	
Intensitas nyeri pinggang pada ibu hamil trimester III	rasa nyeri yang dirasakan oleh ibu hamil Trimester III pada daerah pinggang bawah yang diukur dengan menggunakan <i>Numeric pain rating scale (NRS)</i>	<i>Numeric pain rating scale (NRS)</i>	Nilai nyeri dari 0-10 Dengan kategori: 0. : tidak ada keluhan nyeri, tidak nyeri. 1-3 : mulai terasa dan dapat ditahan, nyeri ringan. 4-6 : rasa nyeri yang mengganggu dan memerlukan usaha untuk menahan, nyeri sedang. 7-10 : rasa nyeri sangat mengganggu dan tidak dapat ditahan, meringis, menjerit bahkan berteriak, nyeri hebat.	Rasio

C. Hipotesis

Hipotesis adalah jawaban sementara terhadap rumusan masalah.

Karena sifatnya masih sementara, maka perlu dibuktikan kebenarannya melalui data empirik yang terkumpul (Sugiyono, 2019).

Hipotesis dalam penelitian ini yaitu :

H0: Tidak ada pengaruh intensitas nyeri pinggang ibu hamil sebelum dan

setelah mengikuti prenatal yoga.

H1: Ada pengaruh intensitas nyeri pinggang ibu hamil sebelum dan

setelah mengikuti prenatal yoga

