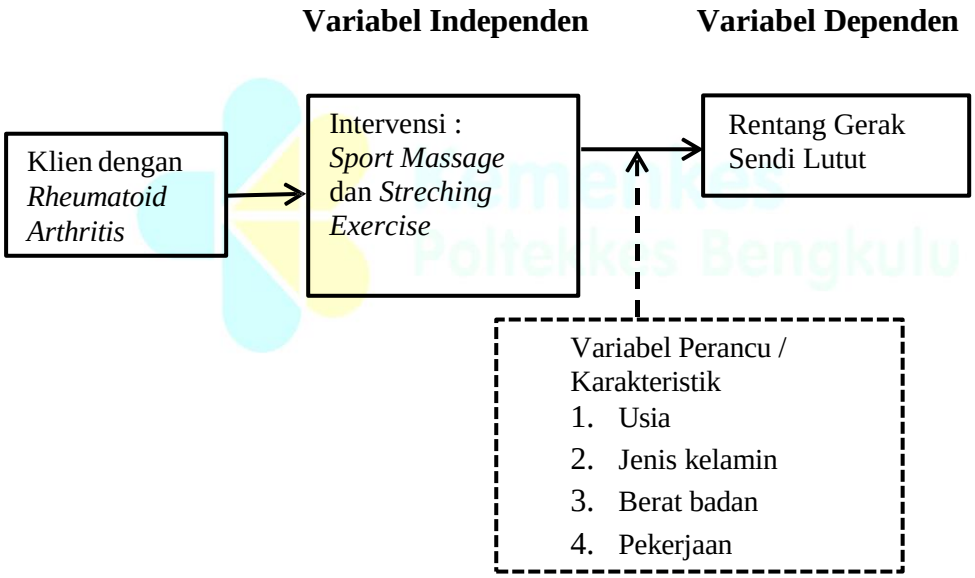
BAB III
KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS PENELITIAN DAN DEFINISI OPERASIONAL

A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep menghubungkan secara teoritis antara variabel-variabel penelitian yaitu antara variabel independen dengan variabel dependen. Variabel independen dalam penelitian ini adalah *sport massage* dan *stretching exercise*, sedangkan variabel dependen adalah rentang gerak sendi lutut. Penelitian ini menggunakan pre-post test dua kelompok yaitu kelompok perlakuan/intervensi diberikan terapi *sport massage* dan *streching exercise*, sedangkan pada kelompok kontrol diberikan terapi ROM lutut. Kerangka konsep dari penelitian :



Bagan 3.1 Kerangka Konsep

Keterangan :

: Area yang di teliti

: Area yang tidak diteliti

B. Hipotesis Penelitian

Ha : Ada pengaruh kombinasi terapi *sport massage* dan *streching exercise* terhadap rentang gerak sendi lutut pada lansia dengan *rheumatoid arthritis.*

C. Definisi Operasional

Variabel independen pada penelitian ini adalah *sport massage* dan *streching exercise*, variabel dependen adalah rentang gerak sendi lutut yang dapat dilihat pada tabel berikut :

Tabel 3.1 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Variabel	**Independen**				
Sport Massage dan *Stretching Exercise*	Berupa gosokan, memijat, gerusan, dan peregangan otot yang dilakukan yaitu setiap 10-15 menit sebanyak 3 kali dalam seminggu.	Observasi	SOP *Sport Massage* dan *Stretching Exercise*	Dilakukan 1 = Dilakukan Intervensi (*Sport Massage* dan *Stretching Exercise*)	Nominal
Range of Motion (ROM) Lutut	Berupa gerakan (fleksi) dan (ekstensi) pada ekstremitas bawah terutama lutut.	Observasi	SOP *Range of Motion*	Dilakukan 2 = Dilakukan Kontrol (*Range of Motion*)	
Variabel	**Dependen**				
Rentang Gerak Sendi	Kemampuan untuk memperluas jarak dan arah dari kemampuan	Dilakukan pengukuran	*Goniometer*	Skor rentang gerak normal pada bagian ekstremitas bawah fleksi 0-145 derajat & ekstensi 0 derajat (ISOM, 2021).	Rasio
Variabel	**Perancu**				
Usia	Batasan usia pada penelitian ini yaitu pada responden yang berusia dari 60 – 74 tahun	Wawancara	Kuesioner	Usia dinyatakan mulai dari 60 – 74 tahun	Rasio
Jenis Kelamin	Perbedaan antara laki- laki dan Perempuan secara	Observasi	Kuesioner	0 = L 1 = P	Nominal

	biologis sejak lahir				
Berat Badan	Masa tubuh yang dinyatakan dalam kg	Timbangan berat badan	Observasi	Dinyatakan dalam angka	Ordinal
Pekerjan	Kegiatan untuk mendapatkan upah atau bayaran	Wawancara	Kuesioner	0 = Tidak bekerja 1 = Bekerja	Ordinal

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu