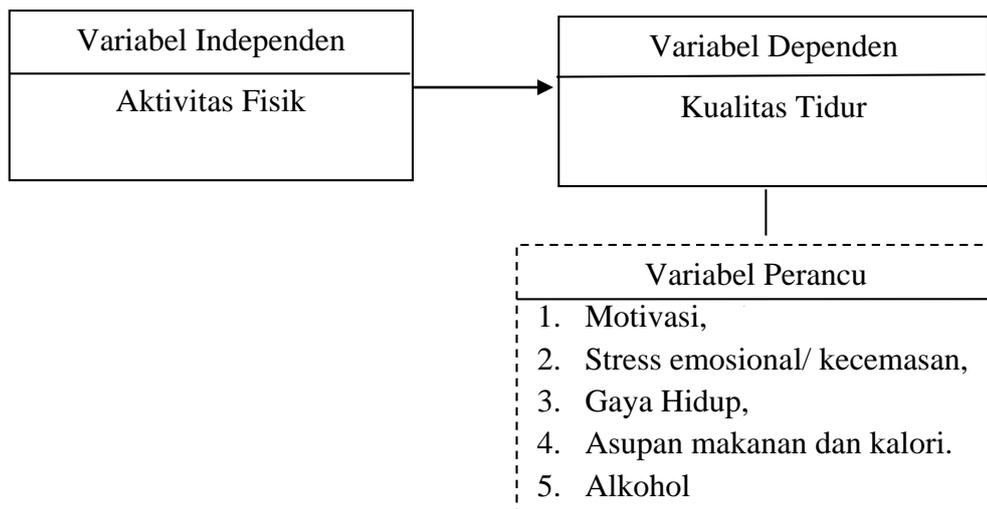


## BAB 3

### KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN

#### 3.1 Kerangka Konseptual

Kerangka konsep merupakan abstraksi dari realita agar dapat dikomunikasikan dan membentuk teori untuk menjelaskan keterkaitan antar variabel, baik variabel diteliti atau yang tidak diteliti (Nursalam, 2017). Pada penelitian kali ini variabel yang diteliti adalah variabel independen Aktivitas Fisik sedangkan variabel dependen Kualitas Tidur sehingga kerangka konsep pada penelitian ini sebagai berikut :



Keterangan :

Diteliti :

Tidak Diteliti :

Gambar 3. 1 Kerangka Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Santri di Asrama Ibnu Siena Pondok Pesantren Darul ‘Ulum Jombang

### 3.2 Hipotesis

Hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah peneliti telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pernyataan. Penelitian yang merumuskan hipotesis adalah penelitian yang menggunakan pendekatan kuantitatif. Pada penelitian kualitatif, tidak dirumuskan hipotesis, tetapi justru diharapkan ditemukan hipotesis. Selanjutnya hipotesis tersebut akan diuji oleh peneliti dengan menggunakan pendekatan kuantitatif (Nursalam, 2017)

Hipotesis dalam penelitian ini adalah ada hubungan aktivitas fisik dengan kualitas tidur pada remaja santri di asrama Ibnu siena pondok Pesantren Darul ‘Ulum Jombang.

