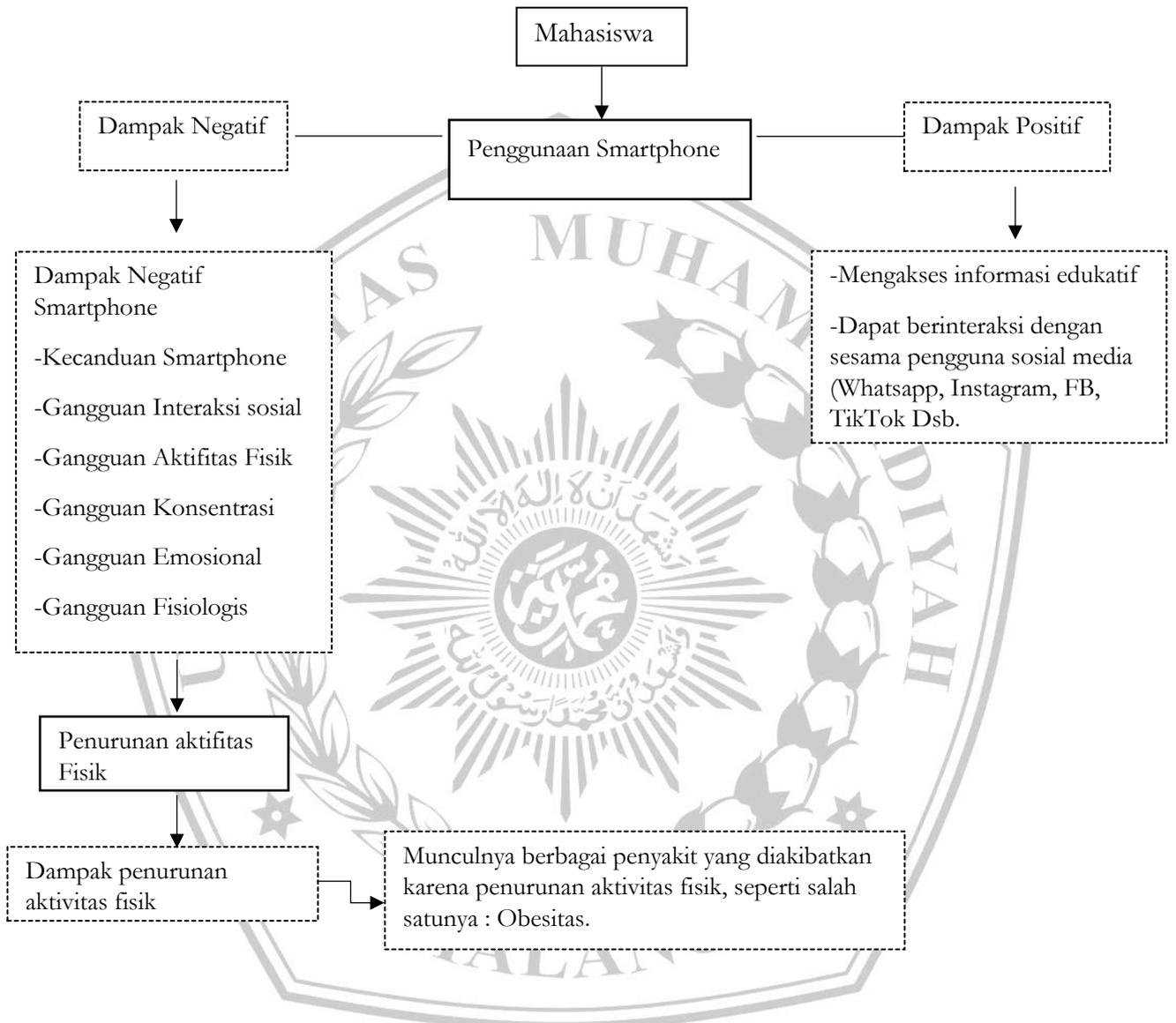


BAB III

KERANGKA KONSEPTUAL

3.1 Kerangka Konseptual Penelitian

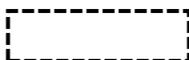


Gambar 3.1 Kerangka Konseptual Penelitian “Hubungan Penggunaan Media Sosial Terhadap Aktifitas Fisik Mahasiswa Kesehatan”.

Keterangan:



: Diteliti



: Tidak diteliti

3.2 Penjelasan Kerangka Konseptual Penelitian

Aktifitas Fisik adalah kegiatan apapun yang dilakukan oleh tubuh kita untuk mendapatkan tubuh yang sehat, kegiatan tersebut bisa berupa berjalan, olahraga dsb. Aktifitas menjadi sangat penting bagi tubuh kita karena dengan beraktifitas tubuh kita dapat mengeluarkan keringat yang ada di dalam tubuh dan membuang hasil metabolisme lewat keringat. Dan apabila kita tidak/jarang melakukan aktifitas maka yang akan didapatkan oleh tubuh kita adalah berbagai macam penyakit, misalnya obesitas/kelebihan berat badan.

Macam-Macam jenis aktifitas fisik mulai dari yang ringan sampai yang berat, aktifitas disini sangat penting untuk kesehatan jasmani oleh setiap individu dan penting untuk semua umur dari yang masih anak-anak sampai dewasa, tujuannya yaitu untuk menjaga tubuh kita tetap sehat. Apalagi dikalangan mahasiswa, biasanya mahasiswa itu makan dan aktifitasnya tidak terkontrol karena sudah sibuk dengan tugas-tugas yang diberikan oleh dosen mereka, dan mengakibatkan jarang nya mereka melakukan aktifitas dan yang terjadi adalah banyak mahasiswa yang mengalami penumpukan lemak dan menyebabkan obesitas itu sendiri.

Dan biasanya yang sering dilakukan oleh mahasiswa ini adalah memainkan smartphone lalu sudah pasti mereka membuka atau memainkan smartphonennya untuk sekedar berbagi cerita kepada teman-temannya atau melihat berita-berita di media sosial mereka, dan berarti itu akan mengakibatkan seringnya mahasiswa untuk bermain dengansmartphonennya dibandingkan melakukan aktifitas fisik di luar maupun didalam ruangan, dan lebih cenderung memainkan smartphonennya tersebut.

3.3 Hipotesis

Hipotesis Menurut Sugiyono (2011) dalam Trustorini Handayani dan Yusuf Tanjung (2017:38-39) hipotesis merupakan jawaban sementara terhadap rumusan masalah penelitian, dimana rumusan masalah penelitian telah dinyatakan dalam bentuk kalimat pertanyaan. Dengan demikian maka dapat disimpulkan bahwa hipotesis adalah asumsi atau jawaban sementara mengenai suatu permasalahan yang harus dibuktikan kebenarannya melalui pengujian data empiris. Berdasarkan deskripsi teori dan kerangka berpikir yang terdapat dalam penelitian ini. Maka dapat dirumuskan hipotesis sebagai berikut:

Sub Hipotesis:

H1 : Terdapat Hubungan Penggunaan Smartphone Terhadap Aktivitas Fisik Mahasiswa Keperawatan.

