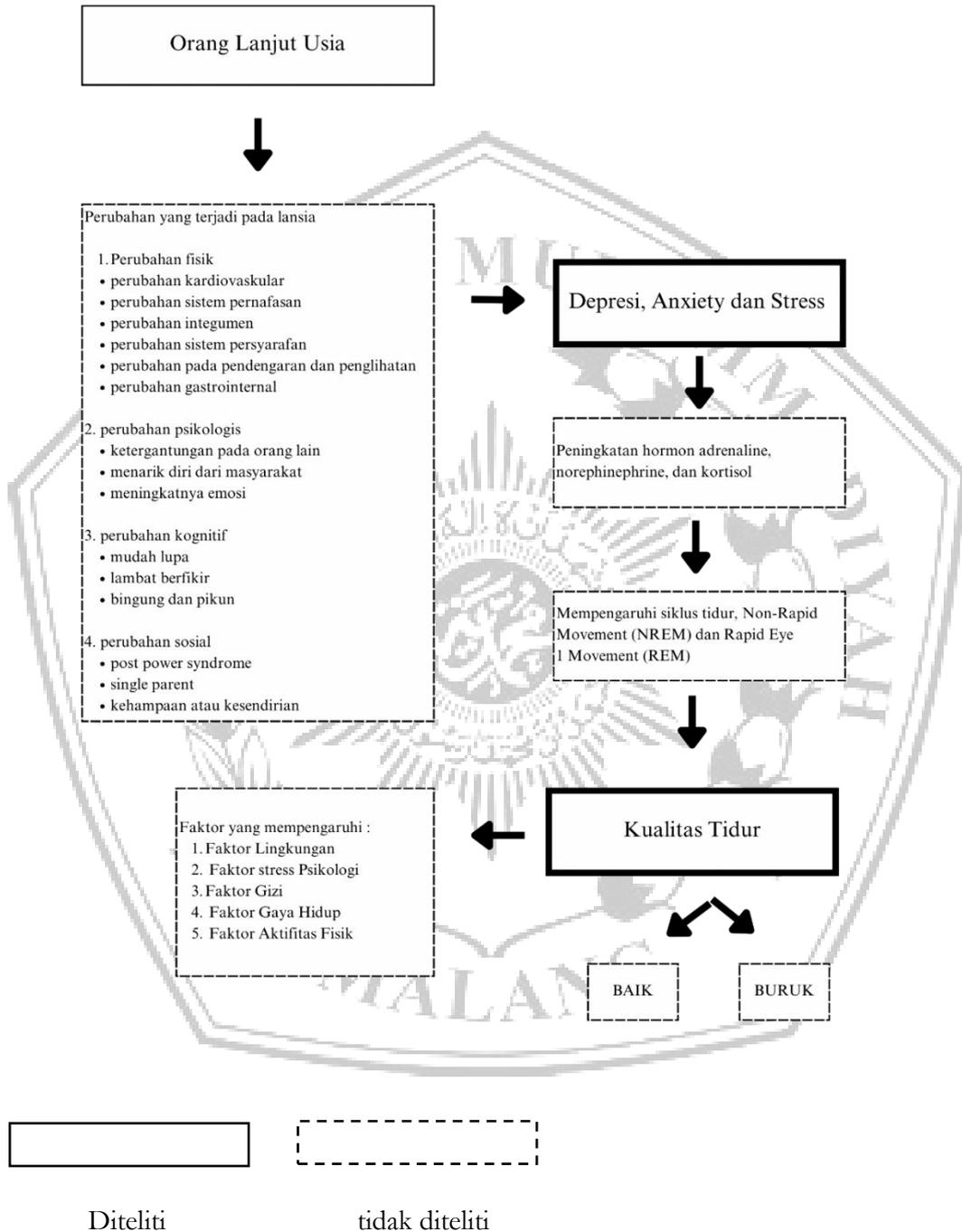


### BAB III

### KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS

#### 3.1 Kerangka konseptual



Gambar 3.1 kerangka konseptual hubungan tingkat depresi, anxiety dan stress dengan kualitas tidur lansia

Pada kerangka konseptual diatas, menjelaskan bahwa ada beberapa perubahan yang identik dialami oleh para lansia yang mengakibatkan timbulnya depresi, anxiety dan stress. seperti perubahan fisik, perubahan psikologi, perubahan kognitif dan perubahan sosial.

Setiap lansia memiliki tingkat depresi, anxiety dan stress yang berbeda beda. akibat dari perubahan yang terjadi pada lansia mengakibatkan lansia menderita gangguan yaitu depresi, anxiety dan stress. Gangguan tersebut bisa mengakibatkan Peningkatan hormon adrenaline, norephinephrine, dan kortisol dalam tubuh yang mana berpengaruh pada siklus tidur Non-Rapid Movement (NREM) dan Rapid Eye Movement (REM), siklus tidur yang terganggu atau normal, berpengaruh pada kualitas tidur

### 3.2 Hipotesis

Hipotesis merupakan pernyataan atau penegasan bahwa kebenaran suatu permasalahan penelitian masih lemah atau belum benar sehingga harus diuji secara empiris empiris (Erwan Agus Purwanto & Dyath Ratih Sulistiyastuti, 2018). Hipotesis merupakan pernyataan atau penegasan yang melatar belakangi seseorang saat melakukan penelitian diperlukan uji hipotesis yang dapat menetapkan metode untuk menguji hipotesis yang ada (Yuliawan 2021)