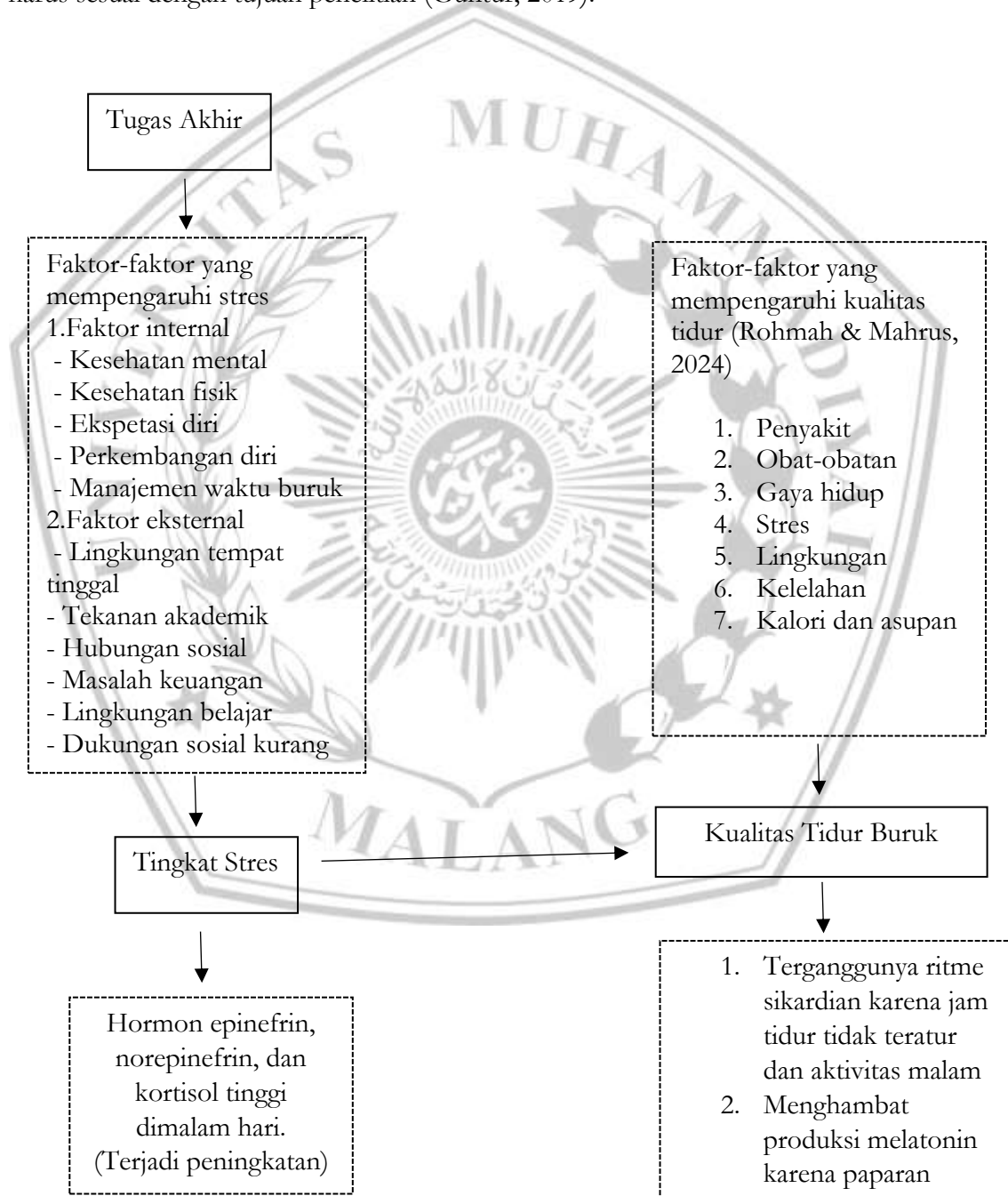


BAB III

KERANGKA KONSEP

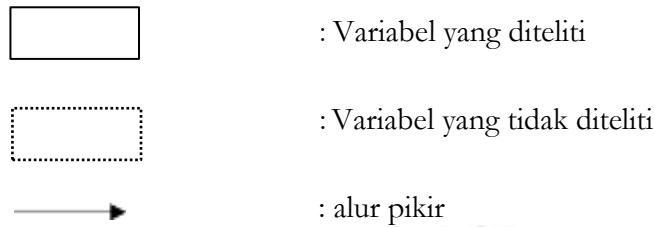
3.1 Kerangka Konseptual

Kerangka konsep berisi variabel yang diteliti maupun yang tidak diteliti, serta harus sesuai dengan tujuan penelitian (Guntur, 2019).



Gambar 3. 1 Kerangka Konsep

Keterangan :



Kerangka konsep penelitian merupakan penjelasan dan gambaran tentang bagaimana konsep-konsep berhubungan satu sama lain atau antara variabel dalam masalah yang ingin diteliti kerangka ini berfungsi sebagai pemikiran yang menggambarkan arah dan fokus penelitian, serta menjadi dasar dalam proses penyusunan instrument penelitian, pengumpulan data, dan analisis data (Hendrawan, 2021).

Kerangka berpikir merupakan suatu bentuk visual atau skema yang digunakan untuk menggambarkan alur pemikiran secara logis dalam sebuah penelitian. Skema ini menunjukkan bagaimana peneliti memahami masalah yang diangkat serta menjelaskan keterkaitan antar konsep atau variabel berdasarkan teori-teori yang telah dikaji sebelumnya. Kerangka berpikir berfungsi sebagai landasan dalam Menyusun argument ilmiah dan menjadi dalam merumuskan arah penelitian (Polancik, 2023).

Pada kerangka konseptual diatas, dijelaskan bahwa stres pada mahasiswa yang sedang menyusun skripsi dipengaruhi oleh dua jenis faktor, yaitu internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kesehatan mental, kesehatan fisik, ekspetasi diri, perkembangan diri, dan manajemen waktu buruk. Sedangkan faktor eksternal meliputi lingkungan tempat tinggal, tekanan akademik, hubungan sosial, masalah keungan, dan lingkungan belajar Lingkungan tempat tinggal. Stres jika tidak ditangani dapat

menimbulkan gangguan pada pola tidur. Gangguan tidur sendiri juga dipengaruhi oleh dua faktor, yaitu internal dan eksternal. Faktor internal meliputi kondisi fisik yang menurun, kelelahan, gaya hidup, dan stres, sedangkan faktor eksternal berasal dari kondisi lingkungan.

3.2 Hipotesis

Hipotesis penelitian adalah pernyataan yang memprediksi hasil penelitian yang diharapkan, berdasarkan pengetahuan dan literatur sebelumnya, memandu desain dan metodologi penelitian (Misra & Agarwal, 2020). Hipotesis yang digunakan dalam penelitian ini adalah:

H1 : Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dalam penulisan skripsi dengan gangguan pola tidur pada mahasiswa.

