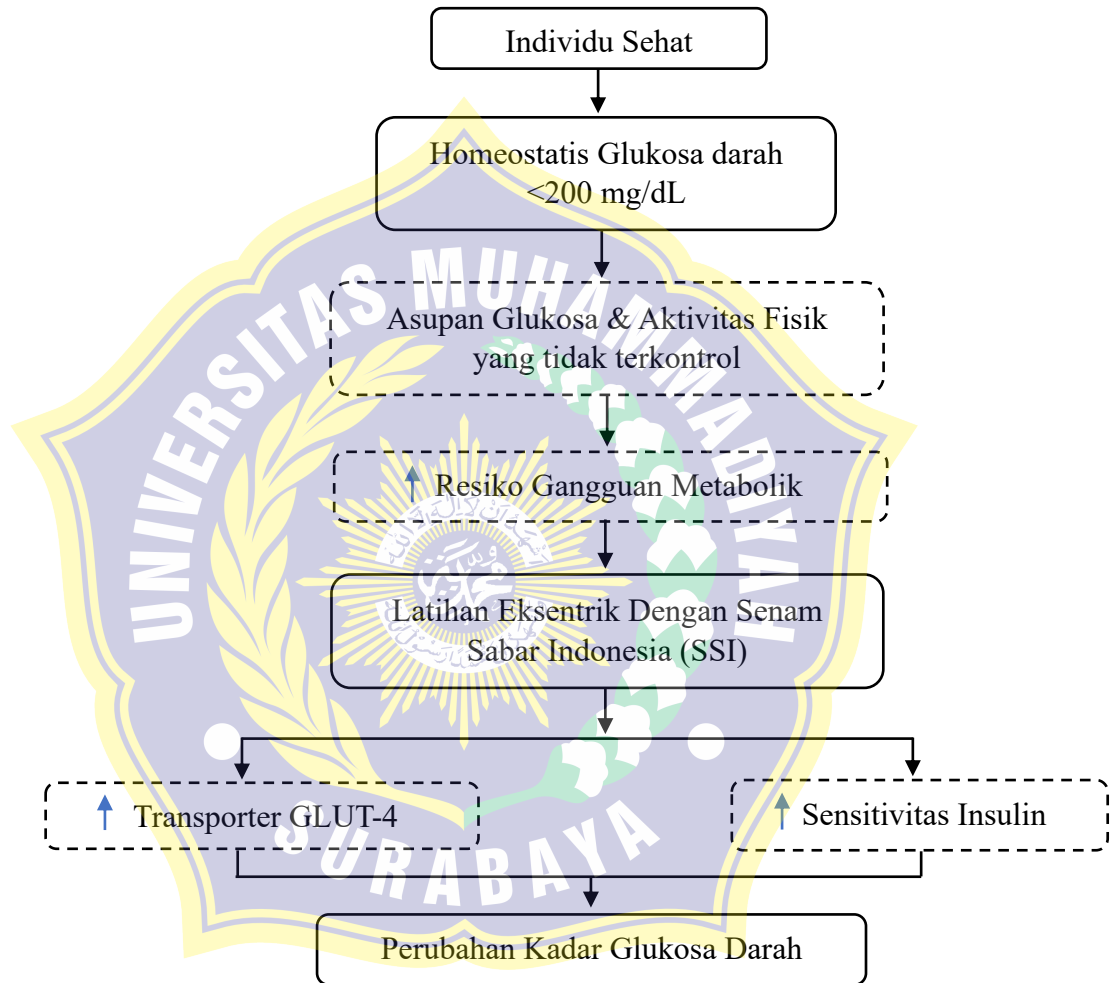


BAB III
KERANGKA PENELITIAN DAN HIPOTESIS

3.1 Kerangka Berpikir

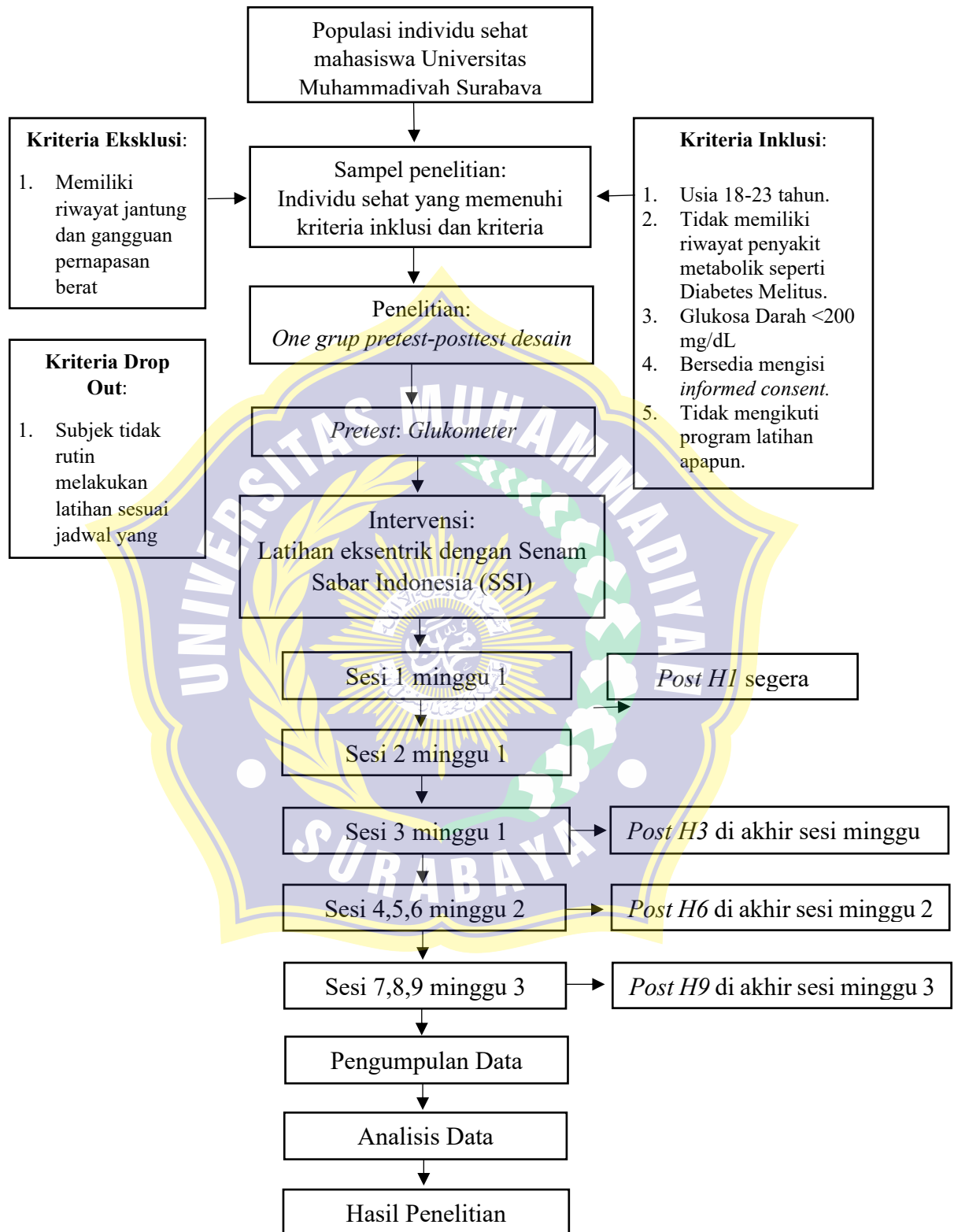


Keterangan:

- : Variabel yang diteliti
- : Variabel yang tidak diteliti
- : Rangkaian reaksi

Bagan 3.1 Kerangka Berpikir

3.2 Kerangka Konsep Penelitian



Bagan 3.2 Kerangka Konsep Penelitian

3.3 Hipotesis

H₀ (Hipotesis Nol): Tidak ada pengaruh signifikan latihan eksentrik dengan Senam Sabar Indonesia sesi 1, sesi 3, sesi 6, dan sesi 9 terhadap perubahan pada kadar glukosa darah pada individu sehat.

H_a (Hipotesis Alternatif): Terdapat pengaruh latihan eksentrik dengan Senam Sabar Indonesia sesi 1, sesi 3, sesi 6, dan sesi 9 terhadap perubahan pada kadar glukosa darah pada individu sehat.

