

BAB 3

METODOLOGI

3.1 Metode Studi Kasus

Desain yang digunakan dalam karya ilmiah ini ialah studi kasus yaitu suatu rangkaian kegiatan ilmiah yang dilakukan secara intensif, terinci serta mendalam mengenai suatu program, peristiwa, serta aktivitas baik pada tingkat perorangan, sekelompok orang, lembaga, atau organisasi untuk memperoleh pengetahuan mendalam mengenai peristiwa tersebut. Biasanya peristiwa yang dipilih yang selanjutnya disebut sebagai kasus ialah hal yang aktual (*real life event*), yang sedang berlangsung, serta bukan sesuatu yang sudah terlewat (Rahardjo, 2017).

Rancangan studi kasus ini berfokus pada kegiatan pemberian asuhan keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, serta evaluasi keperawatan. Studi kasus ini membahas mengenai asuhan keperawatan pada lansia yang menderita hipertensi dengan masalah gangguan pola tidur melalui penerapan terapi relaksasi otot progresif.

3.2 Lokasi dan Waktu Studi Kasus

Pengambilan data studi kasus dilakukan di wilayah kerja Puskesmas Mulyorejo Kota Malang, yang dilakukan di rumah klien dengan alamat Jl. Pisang Candi Barat RT. 07 RW. 04 Kecamatan Sukun Kota Malang yang dilaksanakan pada tanggal 02 – 09 Desember 2024.

3.3 Subyek Studi Kasus

Studi kasus ini mengambil subjek sebanyak 1 partisipan, yaitu lansia yang mengalami hipertensi dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur di wilayah kerja Puskesmas Mulyorejo Kota Malang. Serta minimal perawatan selama 3 hari, tindakan di rumah dilakukan setiap satu kali satu hari selama 30 menit. Berikut merupakan kriteria sampel dalam studi kasus ini:

1. Kriteria Inklusi

- a. Pasien lansia yang terdiagnosis hipertensi.
- b. Pasien hipertensi dengan masalah keperawatan gangguan pola tidur.
- c. Pasien hipertensi yang rutin mengikuti kegiatan posyandu lansia.
- d. Pasien hipertensi yang kooperatif serta bersedia menjadi partisipan.

2. Kriteria Eksklusi

- a. Pasien hipertensi yang mengalami gangguan kognitif.

3.4 Pengumpulan Data

Pengumpulan data ialah cara yang digunakan peneliti untuk mengumpulkan data penelitian dari sumber data (subyek maupun sampel penelitian) (Rachmawati, 2017).

1. Teknik Pengumpulan Data

a. Wawancara

Wawancara ialah suatu teknik pengumpulan data untuk mendapatkan informasi yang digali dari sumber data langsung melalui percakapan atau tanya jawab (Rachmawati, 2017). Pada studi kasus ini peneliti menggunakan wawancara terstruktur dengan menggunakan format pengkajian Asuhan Keperawatan Gerontik sesuai ketentuan yang sudah ada. Wawancara yang dilakukan secara mendalam (*depth interview*) dengan cara tanya jawab secara tatap muka antara peneliti dan responden dengan menggunakan pedoman wawancara. Dalam studi kasus ini, wawancara dilakukan pada lansia penderita hipertensi dengan menanyakan identitas pasien, keluhan yang dirasakan, riwayat kesehatan pasien, pola aktivitas sehari-hari, kecemasan yang mungkin dirasakan oleh pasien, makanan yang dikonsumsi sehari-hari, pola eliminasi, pola tidur dan istirahat, pola sensori kognitif, pola persepsi diri, pola seksual, mekanisme stress dan kepercayaan.

b. Observasi

Observasi merupakan metode pengumpulan data dimana peneliti melakukan pengamatan secara langsung terhadap objek penelitian (Khaatimah et al., 2017). Observasi dalam studi kasus ini dilakukan dengan melakukan pengamatan langsung pada responden untuk mengetahui kondisi yang sedang dialami sebenarnya. Pada studi kasus ini, observasi yang dilakukan dengan mengamati pola aktivitas atau istirahat pasien yang berhubungan dengan tanda dan gejala dari kelelahan, letih, gaya hidup yang monoton pola fungsi kesehatan yang mana menggambarkan persepsi, pemeliharaan, serta penanganan pasien terkait pola hidup sehat, serta tanda-tanda vital pasien.

2. Instrumen Pengumpulan Data

a. Formulir persetujuan untuk menjadi responden (*informed consent*).

Lembar formulir persetujuan ini digunakan sebagai bukti apabila pasien bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian.

b. Lembar wawancara untuk data subyek studi

Lembar penelitian ini menggunakan format pengkajian Asuhan Keperawatan Gerontik sesuai ketentuan yang sudah ada pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Keperawatan Poltekkes Malang. Yang berisi mengenai identitas pasien, keluhan yang dirasakan, riwayat kesehatan pasien, pola aktivitas sehari-hari, kecemasan yang mungkin dirasakan oleh pasien, makanan yang dikonsumsi sehari-hari, pola eliminasi, pola istirahat dan tidur, pola

sensori kognitif, pola persepsi diri, pola seksual, mekanisme stress serta kepercayaan.

- c. Formulir kualitas tidur dengan menggunakan instrumen PSQI.

Lembar formulir kuesioner yang digunakan untuk mengukur kualitas tidur lansia, pengukuran memakai instrumen *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) Agustin (2012) (*terlampir*). Kualitas tidur lansia akan diukur sebelum dan sesudah dilakukan terapi relaksasi otot progresif.

- d. Standar operasional prosedur (SOP) Relaksasi Otot Progresif.

Relaksasi otot progresif yang dilakukan sesuai standar operasional prosedur yang dilaksanakan selama 30 menit setiap satu kali pengaplikasian dengan cara menegangkan satu kelompok otot selama 10 detik kemudian direlaksasikan otot kembali selama 20 detik kemudian lakukan hal yang sama pada kelompok otot tersebut sebanyak 8 kali sambil meminta pasien merasakan sensasi hangat pada otot yang baru saja direlaksasi (Manurung & Adriani, 2019) (*terlampir*).

3. Langkah - Langkah Pengumpulan Data

- a. Peneliti menentukan responden yaitu pasien hipertensi dengan gangguan pola tidur sesuai dengan kriteria inklusi, serta dilakukan pengukuran kualitas tidur lansia dengan alat ukur PSQI sebelum pasien diberikan intervensi relaksasi otot progresif. Jika setelah dilakukan pengukuran responden memiliki kualitas tidur yang buruk maka menjadi responden.

- b. Melakukan pendekatan serta meminta kesediaan calon responden untuk ikut berpartisipasi didalam penelitian, membutuhkan waktu kurang lebih 5 menit untuk memberi maksud serta tujuan penelitian serta memberikan penjelasan terhadap responden mengenai intervensi yang akan diberikan serta menandatangani lembar *informed consent*.
- c. Peneliti kemudian memberikan kuesioner kualitas tidur kepada responden sebelum melakukan terapi relaksasi otot progresif.
- d. Setelah itu peneliti mengukur kualitas tidur responden.
- e. Peneliti kemudian melakukan terapi relaksasi otot progresif pada responden dengan posisi duduk di kursi atau samping tempat tidur. Kemudian gunakan pakaian yang longgar, serta minta pasien untuk bernapas dengan rileks dan dalam. Kemudian melakukan relaksasi otot progresif sesuai standar operasional prosedur dilaksanakan selama 30 menit setiap satu kali pengaplikasian dengan cara menegangkan satu kelompok otot selama 10 detik kemudian relaksasikan otot kembali selama 20 detik kemudian lakukan hal yang sama pada kelompok otot tersebut 8 kali sambil meminta pasien merasakan sensasi hangat pada otot yang baru saja di relaksasi.
- f. Setelah itu peneliti akan memberikan kuesioner kualitas tidur kembali kepada responden setelah melakukan terapi relaksasi otot progresif.

- g. Kemudian dari hasil kuesioner sebelum dan setelah dilakukan intervensi kemudian diolah.
- h. Mengolah data serta menganalisis data, melakukan pengolahan serta analisa setelah mendapat semua data penelitian.
- i. Menarik kesimpulan berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan.