

BAB III

METODE STUDI KASUS

A. Desain Studi Kasus

Karya tulis ini menggunakan studi kasus deskriptif yaitu menggambarkan bagaimana penerapan *brain gym* pada pasien anak usia sekolah dengan kecemasan hospitalisasi di Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi, Lampung. Penulis mendeskripsikan bagaimana kecemasan pada anak sebelum dan setelah dilakukan penerapan *brain gym*.

B. Subyek Studi Kasus

Subjek studi kasus dalam karya tulis ilmiah adalah 1 orang anak yang berusia 8 tahun dan termasuk dalam kelompok anak sekolah yang mengalami kecemasan akibat hospitalisasi. Adapun kriteria inklusi dan eksklusi menurut (Dewanti *et al.*, 2023).

1. Kriteria Inklusi

- a) Anak sekolah (6-12 tahun) yang mengalami kecemasan akibat hospitalisasi
- b) Anak komunikatif dan kooperatif
- c) Bersedia menjadi responden

2. Kriteria Eksklusi

- a) Anak dalam kondisi kritis
- b) Anak dengan berkebutuhan khusus
- c) Anak dengan penurunan kesadaran

C. Definisi Operasional

Tabel 3. 1 Definisi Operasional

Variable	Definisi oprasional	Hasil
<i>Brain Gym</i>	<i>Brain gym</i> adalah gerakan sederhana yang menyenangkan dan dapat mengoptimalkan kerja otak secara keseluruhan, ada beberapa gerakan <i>brain gym</i> yaitu <i>cross scrawl</i> (menyilang), <i>lazy -8</i> (menarik huruf 8), <i>hook ups</i> (kait relaksasi), <i>brain buttons</i> (tombol bumi). Dilakukan selama 3 hari dengan frekuensi latihan setiap hari, sehari 1 kali dengan jangka waktu 5-15 menit.	Kecemasan yang di rasakan menurun setelah <i>terapi brain gym</i> selama 3 hari, dilakukan sesuai standar operasional (SOP)
<i>Ansietas</i>	<i>Ansietas</i> adalah reaksi tubuh terhadap situasi yang menimbulkan tekanan, perubahan, ketegangan emosi. Seperti menangis, menolak perawatan, tegang, gelisah hingga mengamuk.	Skor DASS 42 dan lembar ceklis menurun setelah di lakukan <i>brain gym</i> .

D. Instrumen Studi Kasus

Instrumen yang digunakan untuk KTI ini saat pengkajian, tindakan, dan evaluasi yaitu:

1. Pengkajian, pada tahap pengkajian menggunakan format pengkajian kecemasan dengan lembar wawancara dan observasi
2. Tindakan, pada tahap tindakan menggunakan alat berupa, musik, kursi dan SOP *brain gym*
3. Evaluasi Pada tahap evaluasi menggunakan *Depression Anxiety Stres Scale 42 (DASS 42)* mengukur tingkat kecemasan dengan 15 pernyataan dengan Indikator tingkat kecemasan yaitu kecemasan fisik, kecemasan psikologis dan kecemasan sosial dalam kategori kecemasan normal skor 0-14, daftar checklist/lembar observasi dengan kriteria hasil yang terdiri dari:
 - a. Verbalisasi kebingungan menurun
 - b. Verbalisasi khawatir akibat kondisi yang di hadapi menurun
 - c. Perilaku gelisah menurun
 - d. Perilaku tegang menurun
 - e. Tremor menurun
 - f. Konsentrasi membaik
 - g. Pola tidur membaik

Tabel 3.2 SOP Terapi *Brain Gym*

No	Komponen kerja	Gambar
1	AIAT DAN BAHAN	
	<ol style="list-style-type: none"> 1) Musik, bisa melalui berbagai media seperti radio/tape atau VCD. 2) Speaker 3) LCD multi media untuk membantu menampilkan gambar 4) Kursi, sebagai media tambahan untuk memfasilitasi beberapa gerakan senam. 5) Air mineral, untuk dikonsumsi dan dapat menstabilkan cairan tubuh. 	
2	TAHAP PRA-INTERAKSI	
	<ol style="list-style-type: none"> 1) Menyiapkan diri secara fisik dan psikologis (tidak ada konflik internal yang dapat mempengaruhi proses terapi) 2) Menyiapkan lingkungan yang tenang, nyaman, dan aman 3) Mengatur kursi antara pasien, diberi jarak agar tidak saling bersentuhan 	
3	TAHAP ORIENTASI	
	<ol style="list-style-type: none"> 1) Menyapa pasien sesuai kultur/sosial budaya setempat 2) Memperkenalkan diri 3) Melakukan kontrak topik, waktu, dan pertemuan 4) Menanyakan keluhan klien saat ini 5) Menjelaskan maksud dan tujuan pertemuan 	
4	TAHAP KERJA	
	<p>a. Gerakan <i>Cross Crawl</i> (silang)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Angkat kaki kanan ke depan sambil mengarahkan kedua tangan ke samping kanan, 2) Kemudian lakukan Gerakan sebaliknya. 	
	<p>b. Gerakan <i>lazy -8</i></p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Tangan kanan diluruskan ke depan sejajar mata, dengan posisi ibu jari ditegakkan 2) Mulai gerakan tangan seperti menggambar angka 8 tidur atau simbol "tak terhingga" 3) Gerakan tangan dapat dilakukan secara bergantian 	

<p>c. Gerakan putaran leher (<i>neck roll</i>)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Tundukkan kepala dan ayunkan seperti bandul bergoyang 2) Gerakan kepala ke arah kanan dan kiri dengan sikap tubuh tegak 	
<p>d. Gerakan burung hantu (<i>the owl</i>)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Berdiri dengan kedua kaki meregang 2) Letakkan telapak tangan kiri pada bahu kanan, sementara tangan kanan dibiarkan bebas. 3) Sambil menengok ke kiri dan ke kanan, telapak tangan kiri meremas-remas bahu, tarik nafas pada saat kepala menghadap lurus ke depan, lalu buang nafas ketika kepala menengok ke samping. 4) Ulangi untuk posisi tangan yang satunya. Lakukan latihan sebanyak 10 kali. 	
<p>e. Gerakan mengaktifkan tangan (<i>Arm Activation</i>)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Luruskan satu tangan ke kanan, sementara lipat tangan kiri ke arah samping, telinga melewati belakang kepala 2) Buang nafas lalu gerakan tangan kedepan, belakang, dalam dan luar. 3) Sementara satu tangan lainnya menahan dorongan tersebut. 4) Lakukan berulang-ulang dengan tangan bergantian. 	
<p>f. Gerakan luncuran gravitasi (<i>the Gravity Gider</i>)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Duduk di kursi yang rendah, posisikan kaki lurus sejajar lalu silangkan kaki. 2) Tundukkan badan ke depan dengan tangan lurus, seperti berusaha menyentuh ibu jari kaki 3) Lakukan dengan 8 hitungan. 	

	4) Ganti posisi silangan kaki.	
	<p>g. Gerakan saklar otak (<i>Brain Button</i>)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Letakan tangan kanan di bagian kiri tengah dada. 2) Pijat daerah tersebut 3) Sementara tangan lainnya menggosok daerah pusar. 4) Lakukan gerakan arah sebaliknya. 	
	<p>h. Gerakan tombol bumi (<i>Earth Buttons</i>)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Sentuhlah bagian dagu/bawah bibir dengan dua jari tangan kanan (telunjuk dan jari tengah) dengan agak sedikit menekannya. 2) Telapak tangan kiri diletakan sekitar 15 cm di bawah pusar. 3) Sentuhlah dalam 8 hitungan 30 detik, setelah itu lakukan pergantian tangan. 	
	<p>i. Gerakan tombol angkasa (<i>Space Buttons</i>)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Letakan dua jari tangan (telunjuk dan jari tengah) pada bibir di garis tengah depan 2) Tangan yang satu memegang garis tengah belakang pada tulang ekor atau lebih ke atas. 3) Tarik nafas. Tombol angkasa ini perlu disentuh setidaknya 30 detik. 4) Lakukan gerakan sebaliknya 	
	<p>j. Gerakan pasang telinga</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Letakan tangan di telinga dengan jari jempol di belakang telinga 2) Pelan-pelan buka daun kuping keluar, dari atas kebawah 3) Lakukan sebanyak tig kali atau lebih. 	

	<p>k. Gerakan penguapan berenergi (<i>The Energy Yawn</i>)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Taruh jari di rahang yang terasa tegang 2) Buat suara menguap lebar dan relaks, sambil memijat pelan untuk melepaskan ketegangan. 	
	<p>l. Gerakan <i>Hooks Up</i> (<i>Kait Relaks</i>)</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Posisi duduk sambil menyilangkan pergelangan kaki kiri ke atas kaki kanan. 2) Letakan tangan di daerah dada. Silangkan pergelangan tangan kirinya ke atas tangan kanan, lalu menjalinkan jari-jari, menarik kedua tangan, 3) Sambi menutup mata, bernafas dalam dan relaks selama 1 menit 	
5	TAHAP EVALUASI	
	<ol style="list-style-type: none"> 1) Mengeksplorasi perasaan pasien setelah melakukan psikoterapi suportif 2) Memberikan kesempatan kepada pasien untuk memberikan umpan balik dilakukan setelah melakukan psikoterapi suportif 3) Melakukan kontrak : topic, waktu, dan tempat untuk kegiatan selanjutnya / Terminasi jangka panjang setelah melakukan psikoterapi suportif 	
6	DOKUMENTASI TINDAKAN	
	<ol style="list-style-type: none"> 1) Mencatat semua tindakan yang dilakukan dan respon klien selama tindakan dan kondisi setelah tindakan 2) Mencatat dengan jelas, mudah dibaca, ditandatangani disertai nama jelas 3) Tulisan yang salah tidak dihapus tetap dicoret dengan disertai paraf 4) Catatan dibuat dengan menggunakan ballpoint atau tinta 	

Sumber: <https://www.scribd.com/document/521652089/SOP-BRAIN-GYM>

E. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu:

1. Wawancara merupakan metode yang digunakan untuk mengumpulkan informasi di mana penulis memperoleh data dan informasi dari klien, dan keluarga klien. Penulis melakukan tatap muka langsung di ruangan Edelweis
2. Observasi dan pemeriksaan fisik pada klien, mengamati perubahan status kecemasan klien dengan melakukan evaluasi yang menggunakan alat ukur DASS 42 sebelum dan sesudah dilakukan penerapan *brain gym*
3. Studi dokumentasi, metode yang dipakai dengan meninjau hasil pemeriksaan diagnostik dan informasi lain yang sesuai dengan kondisi klien. Studi kasus ini dilakukan dengan melihat rekam medis klien, termasuk catatan kunjungan, hasil pemeriksaan laboratorium yang relevan dan data pengobatan klien.

F. Langkah-langkah pelaksanaan studi kasus

1. Prosedur administrasi
Penulis mengisi *google form* untuk mengajukan peminatan sebagai tugas akhir perkuliahan, melakukan konsultasi terhadap dosen pembimbing di kampus dalam pemilihan judul, penulis meminta surat kepada kaprodi untuk melakukan penelitian dan mengantarkan surat ke ruangan Edelweis, penulis melakukan konfirmasi kepada CI di ruangan Edelweis untuk melakukan penelitian di ruangan tersebut. Kemudian melakukan pengambilan data di rumah sakit lalu penulis membuat *informed consent* pada keluarga klien, *informed consent* dipergunakan untuk persetujuan keluarga bahwasannya keluarga bersedia klien dijadikan penelitian. Setelah itu penulis mulai mengambil data klien berdasarkan kriteria inklusi, melihat *medical record* kemudian pengkajian dan melakukan asuhan keperawatan.
2. Prosedur Asuhan Keperawatan
 - 1) Menentukan pasien sesuai kriteria inklusi.
 - 2) Membuat *informed consent* dari keluarga pasien.
 - 3) Melakukan kontrak pada pasien selama 3 hari perawatan.
 - 4) Menyiapkan gerakan *brain gym* yang akan diajarkan
 - 5) Melakukan pengkajian pada klien dan keluarga.

- 6) Menentukan diagnosa/masalah keperawatan.
- 7) Merencanakan tindakan keperawatan pada anak.
- 8) Melakukan tindakan penerapan terapi *brain gym* sesuai standar operasional prosedur yang ditetapkan mulai dari fase prainteraksi sampai dengan fase terminasi.
- 9) Melakukan evaluasi selama 3 hari dilakukannya terapi *brain gym*
- 10) Mendokumentasikan hasil pemantauan dan perkembangan klien setelah dilakukan tindakan terapi *brain gym*.

G. Lokasi dan Waktu Studi Kasus

Kasus Penelitian studi kasus ini dilaksanakan di ruangan Edelweis Lantai 2 Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi, Lampung. Waktu penelitian dilakukan selama 3 hari dimulai pada tanggal 18 sampai 20 Maret 2025.

H. Analisis dan Penyajian Data

Penyajian data pada studi kasus ini bersifat deskriptif yang disajikan dalam bentuk tabel dan narasi. Analisis data dilakukan dengan membandingkan antara data-data yang ditemukan dengan teori serta jurnal penelitian yang disajikan dalam narasi.

I. Etika Studi Kasus

1. Menghormati dan menghargai harkat martabat klien sebagai subjek studi kasus (*Respect for Human Dignity*). Penulis memberikan hak klien dan keluarga yaitu memberikan informasi yang jelas tentang tujuan dan manfaat dilakukan tindakan penerapan terapi *brain gym* pada anak. Setelah keluarga memahami, keluarga bersedia mengikuti tindakan yang akan dilakukan penulis dengan menandatangani *informed consent*.
2. Menghormati privasi dan kerahasiaan klien sebagai subjek studi kasus (*Respect for Privacy and Confidentiality*). Penulis bertanggung jawab atas perlindungan privasi klien. Data yang didapatkan oleh penulis dari keluarga akan dirahasiakan dan hanya digunakan untuk tujuan penelitian saja.
3. Memegang prinsip keadilan dan kesetaraan (*respect for justice Inclusiveness*). Penulis melakukan tindakan penerapan terapi *brain gym* dengan adil dan tidak membeda-bedakan antar sesama pasien.

4. Memperhitungkan dampak positif maupun negatif dari studi kasus. (*Balancing Harm and Benefits*). Penulis melakukan tindakan penerapan terapi *brain gym* dengan meminimalisir dampak positif/negative tindakan yang dapat memperburuk kondisi klien. Penulis dapat menghentikan tindakan apabila reaksi yang tidak sesuai dengan tindakan terapi *brain gym* seperti anak terlalu kelelahan sehingga pengobatan menjadi terganggu.