

## **BAB 3**

### **METODE KARYA TULIS ILMIAH**

#### **A. Desain Studi Kasus**

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif dengan desain studi kasus. Studi kasus merupakan rancangan penelitian yang dilakukan dengan cara meneliti suatu permasalahan melalui satu unit kasus tunggal. Unit tunggal ini dapat berupa satu orang pasien yang mengalami permasalahan kesehatan tertentu. Pada karya tulis ini, fokus studi kasus adalah pada penerapan terapi relaksasi *Benson* pada pasien dengan dispepsia yang mengalami masalah keperawatan gangguan rasa nyaman di ruang Fresia Lantai 4 Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi, Lampung Utara.

#### **B. Subyek Studi Kasus**

Subyek studi kasus dalam LTA ini adalah 1 orang pasien yang dirawat di Ruang Fresia 4 Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi, Lampung Utara dengan diagnosa medis dispepsia dan mengalami masalah keperawatan gangguan rasa nyaman. Adapun kriteria inklusi dan eksklusi adalah sebagai berikut.

##### **1. Kriteria inklusi**

Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Klien dengan masalah gangguan rasa nyaman karena dispepsia.
- b. Klien yang bersedia menjadi responden dengan menyetujui saat pengambilan data dan pelaksanaan asuhan keperawatan.
- c. Klien yang dapat berkomunikasi secara baik, kooperatif dan juga dapat menjawab pertanyaan dari peneliti, klien juga dapat mengikuti arahan dari peneliti tersebut.

##### **2. Kriteria eksklusi**

Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Klien yang tidak dirawat kurang dari 3 hari untuk dilakukan penelitian dan asuhan keperawatan.

- b. Klien yang tidak kooperatif.
- c. Klien yang tidak memiliki gangguan mental.

### C. Definisi Operasional

**Tabel 2 Definisi Operasional**

Variabel	Definisi Operasional	Hasil
Terapi Relaksasi <i>Benson</i>	Relaksasi <i>Benson</i> merupakan suatu teknik yang dilakukan pasien dengan menarik napas dalam melalui hidung, menahannya selama sekitar tiga detik, lalu menghembuskannya perlahan melalui mulut sambil menyebut nama Allah. Teknik ini diulangi sebanyak 3–4 kali atau hingga pasien merasa lebih nyaman.	Dilakukan sesuai dengan <i>Standar Operasional Prosedur</i> (SOP)
Gangguan Rasa Nyaman	Gangguan rasa nyaman merupakan kondisi tidak menyenangkan yang dirasakan pasien akibat keluhan pada saluran cerna seperti perut terasa penuh, mual, dan kembung yang muncul karena gangguan fungsi lambung.	Kenyamanan meningkat dengan kriteria hasil: <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Keluhan mual berkurang</li> <li>2. Perasaan penuh di perut menurun</li> <li>3. Pasien tampak lebih rileks dan tenang</li> <li>4. Kualitas tidur membaik (tidak sering terbangun di malam hari)</li> <li>5. Nafsu makan meningkat</li> <li>6. Pasien mampu beraktivitas ringan tanpa keluhan lambung</li> </ol>

### D. Instrumen Studi Kasus

Menurut (Widya *et al.*, 2023), instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk mengumpulkan data agar hasil penelitian lebih sistematis dan valid. Instrumen yang baik akan membantu peneliti memperoleh data

yang akurat sesuai dengan tujuan penelitian. Dalam studi kasus ini, instrumen yang digunakan meliputi:

1. Format pengkajian keperawatan untuk mengumpulkan data subjektif dan objektif pasien.
2. Lembar observasi kenyamanan pasien terlampir.
3. Lembar implementasi intervensi.
4. Format evaluasi keperawatan untuk menilai keberhasilan tindakan terhadap peningkatan kenyamanan pasien.

#### **E. Metode Pengumpulan Data**

Pengumpulan data merupakan langkah awal dalam proses keperawatan yang bertujuan untuk memperoleh informasi mendalam mengenai kondisi klien. Menurut Rahman & Kadrianti (2023), metode pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini meliputi wawancara, observasi, dan dokumentasi.

##### **1. Wawancara**

Dilakukan dengan pasien dan keluarganya melalui pengisian format pengkajian. Dari proses ini, akan diperoleh data responden yang mencakup identitas pasien, keluhan utama, riwayat penyakit saat ini dan sebelumnya, riwayat kesehatan keluarga, faktor yang memengaruhi kondisi, aspek psikologis, serta informasi lain yang mendukung.

##### **2. Observasi**

Peneliti mengamati perubahan status kesehatan klien dengan memperhatikan tanda dan gejala masalah yang dialami pasien yaitu nyeri akut.

##### **3. Pemeriksaan Fisik**

Peneliti melakukan pemeriksaan yang digunakan untuk menentukan data objektif pada pasien. Teknik yang dilakukan pada pemeriksaan pasien adalah inspeksi, palpasi, perkusi, dan auskultasi.

##### **4. Studi Dokumentasi**

Peneliti menggunakan metode studi dokumentasi dengan melihat evaluasi hasil keperawatan.

## **F. Langkah-Langkah Pelaksanaan Studi Kasus**

Langkah-langkah pengumpulan data diperlukan agar dalam pengumpulan data, data yang akan di jadikan kasus kelolaan menjadi sistematis. Adapun langkah-langkah pengumpulan data adalah sebagai berikut:

1. Tahap persiapan
  - a) Peneliti meminta izin penelitian dari instansi asal pendidikan yaitu Poltekkes Kemenkes Tanjung Karang.
  - b) Meminta surat rekomendasi ke RSUD Handayani Kotabumi Lampung Utara.
  - c) Meminta izin ke Direktur RSUD Handayani Kotabumi Lampung Utara.
  - d) Meminta izin ke Kepala Keperawatan Ruang Fresia Lantai 4 RSUD Handayani Kotabumi Lampung Utara.
  - e) Melakukan pemilihan pasien yang bersedia menjadi responden. Saat peneliti melakukan observasi partisipan pada tanggal 25 – 27 Maret 2025, ada 1 pasien dengan diagnosa dispepsia yang bersedia menjadi responden. Peneliti langsung menetapkan pasien tersebut menjadi partisipan untuk penelitian karena memenuhi kriteria inklusi penelitian.
  - f) Mendatangi responden serta keluarga dan menjelaskan tentang tujuan penelitian.
  - g) Keluarga memberikan persetujuan untuk dijadikan responden dalam penelitian.
  - h) Selanjutnya perawat dan keluarga melakukan kontrak waktu untuk pertemuan selanjutnya.
2. Prosedur Asuhan Keperawatan

Proses keperawatan yang dilakukan peneliti adalah :

  - a) Peneliti melakukan pengkajian kepada pasien/keluarga menggunakan metode wawancara, observasi, dan pemeriksaan fisik untuk mengidentifikasi keluhan utama pasien.
  - b) Peneliti merumuskan diagnosa keperawatan yang muncul pada pasien.

- c) Peneliti menyusun perencanaan asuhan keperawatan yang akan diberikan pada pasien. Salah satu rencana intervensi adalah pemberian teknik *Benson*.
- d) Sebelum intervensi dilakukan, peneliti mengukur tingkat nyeri dan mual yang dirasakan pasien.
- e) Peneliti melakukan intervensi keperawatan berupa teknik relaksasi *Benson* kepada pasien, dengan tahapan sebagai berikut:
  - (1) Perawat memberikan salam dan memperkenalkan diri kepada pasien.
  - (2) Menjelaskan tujuan dan prosedur tindakan yang akan dilakukan.
  - (3) Menganjurkan pasien memilih tempat yang nyaman dan posisi yang dirasakan paling rileks (duduk atau tidur terlentang).
  - (4) Meminta pasien untuk memejamkan mata secara perlahan dan mengendurkan otot tubuh secara bertahap, dimulai dari kaki hingga ke kepala dan tangan, dengan gerakan memutar kepala dan mengangkat pundak secara perlahan.
  - (5) Mengarahkan pasien untuk melakukan napas perlahan dan berirama, sambil mengucapkan kata atau kalimat afirmasi sesuai keyakinan secara berulang dalam hati, seperti “tenang”, “damai”, atau kalimat religius seperti “Allah” atau “Astaghfirullahalazim”.
  - (6) Selama proses, pasien dianjurkan untuk melepaskan semua pikiran negatif dan menjaga tubuh tetap rileks dalam sikap pasrah.
  - (7) Latihan dilakukan selama 10-20 menit, tanpa alarm, dan jika sudah selesai, pasien dianjurkan tetap dalam posisi tenang beberapa menit sebelum membuka mata.
  - (8) Setelah latihan selesai, perawat memberi tahu pasien bahwa tindakan telah selesai dilakukan, melakukan evaluasi terhadap respons pasien, memberikan reinforcement positif, dan menetapkan kontrak untuk latihan berikutnya.
  - (9) Kegiatan diakhiri dengan cara yang baik dan sopan.

(10)Peneliti mengevaluasi tindakan keperawatan yang telah dilakukan pada pasien.

(11)Peneliti mendokumentasikan proses asuhan keperawatan yang telah diberikan pada pasien mulai dari melakukan pengkajian sampai pada evaluasi terhadap tindakan yang telah dilakukan.

### **G. Lokasi dan Waktu Studi Kasus**

Penelitian studi kasus ini dilaksanakan di Rumah Sakit Umum Handayani Kotabumi, Lampung Utara, di ruangan Fresia lantai 4 dengan waktu Penelitian dilakukan selama 3 hari dimulai pada tanggal 25 - 27 Maret 2025.

### **H. Analisa dan Penyajian Data**

Laporan akhir ini penulis menyajikan data dalam bentuk narasi dan tabel karena desain studi kasus ini menggunakan desain studi kasus yang merupakan penelitian deskriptif dengan menggunakan pendekatan kualitatif. Setelah data didapatkan dan diolah, kemudian data tersebut dianalisis dan disajikan dalam bentuk tabel yang diperjelas menggunakan narasi yang disertai dengan cuplikan ungkapan verbal dari subjek studi kasus yang merupakan data pendukungnya sehingga menjadi sebuah informasi yang menggambarkan hasil yang telah diperoleh.

### **I. Etika Studi Kasus**

Pengambilan data studi kasus ini memperhatikan prinsip-prinsip etika penelitian yang antara lain :

1. Melakukan *Informed consent* kepada responden.

Peneliti memberikan penjelasan terlebih dahulu kepada klien dan keluarga mengenai tujuan, prosedur, serta manfaat dari intervensi yang akan dilakukan, yaitu teknik relaksasi *Benson*. Teknik relaksasi *Benson* adalah metode relaksasi yang menggabungkan elemen pernapasan dalam, pengulangan kata atau frasa secara tenang, serta sikap pasrah terhadap segala pikiran yang datang. Tujuannya adalah untuk menurunkan tingkat kecemasan, menciptakan ketenangan, dan

meningkatkan kenyamanan pasien. Setelah mendapatkan penjelasan secara lisan, klien dan keluarga menyatakan kesediaannya untuk mengikuti intervensi sebagai responden.

2. Menghormati & menghargai harkat martabat manusia sebagai subjek penelitian (*respect for human dignity*).

Peneliti menghargai hak klien sebagai individu yang berdaulat atas dirinya sendiri (*respect for human dignity*). Tidak ada unsur paksaan dalam proses perekrutan responden. Klien dan keluarga diberi kebebasan penuh untuk menentukan partisipasinya setelah mendapatkan informasi yang lengkap dan transparan terkait penelitian.

3. Menghormati privasi dan kerahasiaan subjek penelitian (*respect for privacy and confidentiality*).

Penulis bertanggung jawab atas perlindungan privasi responden. Data tentang latihan relaksasi *Benson* klien dirahasiakan hanya digunakan untuk tujuan pendidikan dan hasil tidak disebarluaskan.

4. Memegang prinsip keadilan & kesetaraan (*respect for justice inclusiveness*).

Intervensi berupa latihan relaksasi *Benson* diberikan secara adil kepada klien tanpa membedakan latar belakang ras, agama, suku, budaya, tingkat ekonomi, maupun jenis pembiayaan kesehatan. Semua klien memiliki hak yang sama untuk mendapatkan perlakuan yang setara dalam penelitian ini.

5. Memperhitungkan dampak positif maupun negatif dari penelitian (*balancing harm and benefits*).

Pelaksanaan latihan relaksasi *Benson* dilakukan sesuai dengan *Standar Operasional Prosedur* (SOP) dan disesuaikan dengan kondisi serta kemampuan klien. Untuk mengantisipasi risiko yang mungkin terjadi, peneliti melakukan pemantauan selama intervensi berlangsung, memberikan penjelasan terlebih dahulu kepada klien tentang prosedur relaksasi, serta menyiapkan tindakan alternatif atau menghentikan intervensi apabila klien menunjukkan tanda-tanda ketidaknyamanan, kecemasan, atau penurunan kondisi fisik.