BAB III

METODE STUDI KASUS

3.1 Desain Studi Kasus

Pada penelitian ini metode studi kasus yang digunakan adalah pendekatan deskriptif yang bertujuan untuk mendeskripsikan mengenai penerapan terapi relaksasi otot progresif dalam mestabilkan tekanan darah penderita hipertensi.

3.2 Subyek Studi Kasus

Seluruh partisipan yang memenuhi kriteria inklusi. Inklusi dalam studi kasus ini yaitu :

1. Lansia atau orang yang berumur lebih dari 60 tahun yang memiliki riwayat hipertensi.
2. Lansia yang memiliki riwayat hipertensi
3. Lansia yang memiliki tekanan darah lebih dari 140/90 mmHg.
4. Lansia kooperatif.

3.2 Fokus Studi Kasus dan Sumber Data

3.2.1 Fokus Studi Kasus

Fokus studi kasus ini tertuju pada perubahan tekanan darah pada penderita hipertensi yang telah melakukan terapi relaksasi otot progresif satu kali sehari secara rutin selama satu minggu, dengan gerakan yang telah ditentukan. Disertai dengan pola kehidupan, diet dan pengukuran tekanan darah sebelum dan sesudah melakukan terapi relaksasi otot progresif secara rutin selama kurang lebih satu minggu.

3.2.2 Sumber Data

Terdapat jenis sumber data dalam (Yarni, 2018) yaitu :

a) Data Primer

Data primer adalah sumber data yang dikumpulkan sendiri oleh peneliti langsung dari sumber pertama atau tempat objek penelitian dilakukan. Peneliti melakukan wawancara, observasi, dan dokumentasi dengan lansia, kemudian peneliti juga melakukan wawancara kepada pengelola kesehatan di Panti Sosial Tresna Werdha Blitar untuk mendapatkan informasi.

b) Data Sekunder

Data sekunder yaitu sumber data yang tidak langsung memberikan data kepada pengumpul data, misalnya lewat orang lain atau lewat dokumen. Peneliti melakukan studi pendahuluan untuk mengetahui jumlah lansia, sementara peneliti juga menggunakan buku, jurnal, dan artikel tentang terapi relaksasi otot progresif untuk menstabilkan tekanan darah untuk menambah data.

3.3 Teknik Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang digunakan adalah observasi, dokumentasi, dan wawancara.

3.4 Tempat dan Waktu

3.4.1 Tempat

Peneliti melaksanakan pengumpulan data studi kasus bertempat di Panti Sosial Tresna Werdha Blitar.

3.4.2 Waktu

Waktu pengumpulan data studi kasus di rencanakan pada periode Januari sampai Maret 2023.

3.5 Alat dan Pengumpulan Data

3.5.1 Alat

Instrument yang akan digunakan pada studi kasus ini untuk mendapatkan data yaitu :

1. Tensimeter
2. Lembar observasi
3. Lembar wawancara
4. Alat Tulis
5. Handphone untuk merekam wawancara

3.5.2 Pengumpulan Data

Teknik pengumpulan data yang akan dilakukan pada penelitian ini adalah Pertama, peneliti mengajukan permohonan izin studi kasus ke Panti Sosial Tresna Werdha Blitar. Setelah mendapatkan persetujuan, peneliti akan melakukan penelitian dengan pendekatan studi kasus selama satu minggu.

Peneliti akan menjelaskan maksud dan tujuan penelitian kepada responden lansia penderita hipertensi yang sesuai kriteria penelitian, serta kepada pengelola Panti Sosial Tresna Werdha Blitar sebagai sumber informasi pada penelitian ini

Responden yang bersedia mengikuti penelitian terapi relaksasi otot progresif akan diberikan lembar informed consent oleh peneliti. Setelah mengisi lembar persetujuan, responden akan diperiksa tekanan darah

Peneliti menggunakan tensimeter untuk mengukur tekanan darah responden pada hari sebelum pelaksanakan terapi relaksasi otot progresif dan pada hari akhir pelaksanaan terapi relaksasi otot progresif, tekanan darah dilakukan dengan cara : (1) Manset ditaruh mengelilingi lengan atas (2 dipompa dengan sebuah pompa udara sampai dengan tekanan yang menghalangi aliran darah di pembuluh darah utama yang berjalan melalui lengan (3) Lengan kemudian diletakkan di samping badan pada posisi lebih tinggi dari jantung (4) tekanan dari manset pada lengan dilepaskan secara berangsur-angsur (5) Ketika tekanan darah di dalam manset berkurang, seorang perawat mendengar dengan stetoskop melalui pembuluh darah pada bagian depan dari sikut.

Peneliti akan melaksanakan kegiatan terapi relaksasi otot progresif kepada responden 2x sehari selama satu minggu secara rutin. Kegiatan akan dilaksanakan pagi dan sore hari menggunakan video yang sudah dibuat oleh peneliti sesuai kondisi fisik pasien. Peneliti akan membimbing dan mengobservasi terapi relaksasi otot progresif.

3.6 Analisa Data

Langkah-langkah untuk menganalisa data pada penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Reduksi data yaitu merangkum atau meringkas pengumpulan data.
2. Setelah mereduksi data, maka langkah selanjutnya adalah menyajikan data kualitatif dengan teks yang bersifat naratif.

3. Langkah terakhir dalam menganalisis penelitian kualitatif adalah penarikan kesimpulan, berupa deskripsi atau gambaran suatu objek yang sebelumnya masih belum jelas sehingga setelah diteliti menjadi jelas (Rijali, 2019).

Analisa data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisa data kualitatif yang mendeskripsikan mengenai perubahan tekanan darah setelah melakukan terapi relaksasi otot progresif selama mendapat perlakuan selama satu kali sehari selama satu minggu. Pendekatan deskriptif adalah pendekatan yang digunakan untuk mendeskripsikan penelitian dalam hal ini mendeskripsikan terapi relaksasi otot progresif dalam menstabilkan tekanan darah penderita hipertensi.

3.7 Uji Keabsahan Data

Dalam penelitian ini uji validasi terhadap data hasil penelitian kualitatif dilakukan dengan cara triangulasi sumber yang dilakukan dengan cara mengecek data yang diperoleh dari berbagai sumber, dilakukan dengan cara : (1) membandingkan hasil wawancara, (2) membandingkan hasil wawancara dengan hasil observasi, (3) membandingkan keadaan sesorang dengan berbagai pendapat dan pandangan. Dari data yang diperoleh dari beberapa sumber yang berbeda tersebut, dapat di deskripsikan, dikategorisasikan. data yang telah dianalisis dapat menghasilkan suatu kesimpulan kemudian dapat dilakukan kesepakatan (Febriansyah SE, 2017).

3.8 Etika Penelitian

Kode etik riset merupakan sebuah kerangka kerja standar profesional dan praktik ilmiah yang berlaku berdasarkan prinsip dasar keilmuan yang benar. Pengambilan data akan dilakukan menggunakan etik penelitian sebagai berikut :

1. *Informed consent* (Lembar Persetujuan)

   Informed consent diberikan sebelum penelitian dilakukan ke responden. Jika bersedia, responden akan menandatangani lembar persetujuan.

2. *Anonymity* (Tanpa Nama)

   Responden tidak perlu mencantumkan nama, cukup inisial untuk menjamin kerahasiaan identitas.

3. *Confidentiality* (Kerahasiaan)

   Data yang diperoleh dari responden akan dijamin kerahasiannya oleh peneliti.