

BAB III

METODE

Pada bab ini akan memaparkan tentang metodologi dari penelitian. Metode penelitian ialah serangkaian kegiatan dalam mencari kebenaran suatu kajian penelitian.

A. Metode

Penelitian ini menggunakan metode studi kasus, di mana peneliti menggambarkan secara mendalam tentang penerapan kombinasi terapi relaksasi otot progresif dan aromaterapi lemon pada pasien post operasi laparotomi. Studi kasus memungkinkan peneliti untuk melakukan eksplorasi yang mendalam terhadap fenomena nyeri post operasi yang dialami pasien dan bagaimana intervensi non-farmakologis tersebut berdampak terhadap pengurangannya. Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara mendalam, observasi langsung, pemeriksaan fisik, dan studi dokumentasi medis pasien. Pendekatan ini dipilih karena bersifat deskriptif dan tidak memanipulasi variabel, melainkan mengevaluasi proses alami yang terjadi pada individu yang diteliti (Miranti, 2023).

B. Lokasi dan Waktu

1. Lokasi

Penelitian ini dilakukan di Ruang Bima RSUD Ngudi Waluyo Wlingi.

2. Waktu

Penelitian dilaksanakan selama empat hari, yaitu mulai tanggal 10–13 Maret 2025.

B. Subjek

Subjek dalam penelitian ini adalah 1 pasien yang menjalani perawatan post operasi laparatomi dengan keluhan nyeri akut, dan memenuhi kriteria intervensi keperawatan non-farmakologis. Pasien dipilih melalui pendekatan *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi.

1. Kriteria Inklusi

- a. Pasien post operasi laparatomi hari ke-1 sampai ke-7.
- b. Pasien dengan skala nyeri sedang hingga berat (skala 4–8 menurut skala nyeri numerik/NRS).
- c. Pasien yang dapat berkomunikasi dengan baik secara verbal (tidak mengalami gangguan bicara atau pendengaran berat).
- d. Pasien yang dalam kondisi sadar penuh (*compos mentis*).
- e. Pasien yang bersedia mengikuti terapi relaksasi otot progresif dan aromaterapi lemon serta menandatangani *informed consent*.
- f. Pasien tanpa komplikasi berat post operasi yang memerlukan tindakan medis lanjutan segera.

2. Kriteria Eksklusi

- a. Pasien dengan alergi terhadap aromaterapi lemon atau komponen minyak esensial lainnya.
- b. Pasien dengan gangguan pernapasan seperti asma, bronkitis berat, atau PPOK yang bisa memburuk akibat inhalasi aroma.
- c. Pasien dengan gangguan kejiwaan berat (misalnya skizofrenia, delirium, depresi berat) yang mengganggu kemampuan berpartisipasi dalam terapi.

- d. Pasien dengan gangguan neurologis seperti kejang, parkinson, atau trauma kepala berat.
- e. Pasien yang sedang mengonsumsi obat penenang dosis tinggi atau dalam keadaan sedasi berat.
- f. Pasien yang mengalami nyeri kronis non-bedah yang tidak berhubungan dengan prosedur laparatomi.
- g. Pasien dengan infeksi luka operasi atau komplikasi bedah serius lainnya selama masa terapi.

C. Kriteria Hasil

Kriteria hasil dalam penelitian ini difokuskan pada penurunan tingkat nyeri yang diukur menggunakan skala nyeri (NRS – *Numeric Rating Scale*) sebelum dan sesudah diberikan kombinasi terapi relaksasi otot progresif dan aromaterapi lemon. Penilaian dilakukan dua kali sehari selama empat hari berturut-turut.

D. Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan dengan beberapa metode untuk mendapatkan informasi yang lengkap dan objektif, antara lain:

1. Wawancara

Wawancara digunakan untuk menggali informasi secara langsung dari pasien terkait biodata, riwayat penyakit, keluhan utama, persepsi terhadap nyeri, serta respons terhadap terapi yang diberikan. Wawancara dilakukan secara semi-terstruktur menggunakan pedoman yang telah disiapkan. Teknik ini memungkinkan penggalian data yang lebih mendalam sesuai kebutuhan studi kasus.

2. Observasi dan Pemeriksaan Fisik

Observasi dilakukan untuk mengamati ekspresi, gestur, dan perilaku pasien terkait dengan kondisi nyeri, seperti perubahan mimik wajah, posisi tubuh saat istirahat, atau reaksi terhadap sentuhan. Pemeriksaan fisik dilakukan secara sistematis dari kepala hingga ekstremitas, termasuk penilaian terhadap tanda vital, status pernapasan, dan kondisi umum tubuh untuk mendukung interpretasi tingkat nyeri pasien

3. Studi Dokumentasi

Dokumentasi pasien digunakan untuk melengkapi data sekunder seperti riwayat medis, hasil pemeriksaan laboratorium, rekam medis keperawatan, dan catatan perkembangan harian. Dokumentasi ini penting untuk memahami latar belakang medis pasien serta mengevaluasi perubahan kondisi selama intervensi berlangsung.