

BAB III

METODE PENELITIAN

3.1 Jenis/Desain/Rancangan Penelitian

Penelitian ini menggunakan pendekatan dengan jenis penelitian studi kasus (Case study) dengan menerapkan metode kualitatif melalui pendekatan deskriptif. Penelitian studi kasus ini bertujuan untuk menerapkan terapi *Guided Imagery* untuk mengurangi tingkat stres pada pasien diabetes melitus tipe II di wilayah kerja Puskesmas Oesapa. Observasi dilakukan selama 5 hari pertemuan dengan pendekatan kualitatif pada 2 orang pasien diabetes melitus tipe II yang mengalami masalah stres.

3.2 Subjek Penelitian

Subjek Penelitian yaitu 2 orang yang diamati sebagai sasaran penelitian. Berdasarkan pengertian tersebut peneliti mendeskripsikan subjek penelitiannya diadakan oleh peneliti. (Sumiati, 2015) Subjek studi kasus ini adalah Penerapan Terapi *Guided Imagery* Terhadap Tingkat Stress Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Diwilayah Kerja Puskesmas Oesapa.

a. Kriteria Inklusi

1. Pasien Diabetes Melitus Tipe II yang memiliki jenis kelamin laki-laki atau perempuan.
1. Pasien yang telah dinyatakan menderita Diabetes Melitus Tipe II dengan HbA1 >7 %.
2. Responden berumur 40-65 tahun (Pasien Diabetes Melitus Tipe II)
3. Pasien yang bersedia dan mampu berpartisipasi dalam penelitian ini, termasuk memberikan informasi dan data yang diperlukan.

b. Kriteria eksklusinya adalah

1. Pasien diabetes tipe 2 dengan komplikasi seperti, gagal ginjal, gagal jantung, penyakit jantung koroner.

3.3 Fokus Studi

Fokus studi kasus dalam kasus ini adalah Pengaruh Terapi *Guided Imagery* Terhadap Tingkat Stress Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa.

3.4 Definisi Operasional Fokus Studi

Tabel 3

Variabel dan Definisi Operasional Variabel asuhan keperawatan pada Tn.D.K dan Ny.A.N dengan tingkat stress pada pasien diabetes melitus di Wilayah Puskesmas Oesapa .

Variabel	Defenisi operasional	Alat ukur
(1)	(2)	(3)
Asuhan keperawatan pada Pasien dengan tingkat stress pada pasien diabetes mellitus.	Serangkaian proses sistematis dan terpadu yang dilakukan oleh perawat meliputi pengkajian, penetapan diagnosa keperawatan, perencanaan intervensi, implementasi, dan evaluasi terhadap kondisi (Tn.D.K dan Ny.A.N) dengan tingkat stress pada pasien diabetes mellitus.	Format Asuhan keperawatan.
Tingkat Stress	Tingkat stress pada pasien diabetes mellitus tipe 2 diukur menggunakan <i>Percived Stress Scale</i> (PSS) yang merupakan instrument psikologis yang menilai presepsi individu terhadap stress yang dialami selama sebulan terakhir.	Kuasioner Perceived Stress Scale (PSS) (1) Stres ringan: total skor 0-13 (2) Stres sedang: total skor 14-26 (3) Stress berat: total skor 27-40
Pasien Diabetes Melitus	DM merupakan suatu kondisi kronis yang ditandai oleh peningkatan kadar glukosa dalam darah, yang dapat menyebabkan berbagai komplikasi serius seperti gangguan kardiovaskular, kerusakan ginjal, gangguan penglihatan, dan masalah saraf perifer. Peningkatan prevalensi DM terutama disebabkan oleh perubahan gaya hidup, pola makan yang tidak sehat, dan kurangnya	Rekam medis, hasil pemeriksaan fisik dan labolatarium.

Terapi relaksasi Guided Imagery	aktivitas fisik <i>Guided Imagery</i> adalah metode relaksasi untuk mengkhayalkan tempat dan kejadian berhubungan dengan rasa relaksasi yang menyenangkan	Standar Operasional Prosedur, Kartu visualisasi dan Audio relaksasi
--	--	---

3.5 Instrument Penelitian

Instrumen penelitian merupakan alat yang digunakan untuk memperkirakan indikasi alam atau sosial yang diteliti, yang disebut sebagai variabel penelitian (Indah Suciati, Amran Hapsan, 2022). Dalam laporan kasus ini, instrumen yang digunakan meliputi format pengkajian melalui wawancara, Kuosioner Perceived Stress Scale (PSS) untuk mengukur tingkat stress pada pasien diabetes melitus serta pedoman implemntasi terapi relaksasi guided imagery yang digunakan sebagai dasar intervensi keperawatan .

3.5.1 Format Asuhan Keperawatan

Instrumen yang digunakan dalam laporan kasus ini meliputi format pengkajian keperawatan yang digunakan untuk menggali informasi mendalam mengenai identitas pasien, kondisi fisik dan tingkat stress pasien terhadap penyakit diabetes mellitus. Data yang dikumpulkan berfungsi sebagai dasar untuk memahami faktor- faktor yang mempengaruhi tingkat stress pasien.

3.5.2 Alat Ukur Tingkat Stress

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan Perceived Stress Scale (PSS-10). PSS-10 dikembangkan oleh Sheldon Cohen pada tahun 1983 dan telah menjadi standar dalam pengukuran tingkat stres. Skala PSS-10 mengukur persepsi individu terhadap stres yang dialami selama sebulan terakhir. Terdapat 10 item dalam kuesioner, di mana setiap pertanyaan dinilai berdasarkan frekuensi pengalaman stres. Penggunaan skala ini dipilih karena mudah dipahami oleh pasien dan dapat memberikan gambaran yang jelas tentang perubahan tingkat stres sebelum dan sesudah pemberian terapi Guided Imagery.

3.5.3 Alat Ukur Terapi Relaksasi Guided Imagery

Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan SOP Terapi Guided Imagery berfungsi sebagai panduan pelaksanaan terapi ini agar intervensi dilakukan secara teratur, konsisten, dan sesuai dengan tujuan penelitian, sehingga hasilnya lebih akurat dan dapat dibandingkan di antara semua pasien. Dalam proses terapi, kartu visualisasi digunakan sebagai alat bantu untuk membantu peserta membayangkan tempat atau situasi yang menenangkan, dengan gambar-gambar yang menggambarkan suasana damai seperti pantai, hutan, atau pegunungan, yang berkontribusi dalam mengurangi tingkat stres dan meningkatkan relaksasi. Selain itu, audio relaksasi yang berisi musik lembut atau suara alam juga digunakan selama sesi terapi untuk menciptakan suasana tenang dan mendukung proses relaksasi, sehingga pasien dapat lebih mudah terlibat dalam imajinasi yang positif dan menenangkan.

3.6 Metode Pengumpulan Data

Pengambilan data yang dilakukan dalam penelitian ini berdasarkan tahap pengumpulan data yang digunakan, yaitu tahap perencanaan, tahap pelaksanaan, dan tahap evaluasi.

3.6.1 Langkah-langkah pelaksanaan

1. Membuat dan mengajukan permohonan izin pengambilan kasus di kampus Jurusan Keperawatan Poltekkes Kupang
2. Mengajukan permohonan surat izin pengambilan kasus ke Dinkes Kesehatan Kota Kupang serta menereuskan surat tembusan kepada kepala UPTD Puskesmas Oesapa
3. Mengumpulkan informasi terkait pasien diabetes mellitus yang mengalami tingkat stress di Wilayah Puskesmas Oesapa.
4. Menyusun dan menyediakan infomed consent yang akan diisi oleh Pasien
5. Melakukan pengkajian kepada pasien untuk memperoleh data dan informasi mengenai masalah yang dialami
6. Pengukuran kepatuhan awal menggunakan Kuosioner Perceived Stress Scale (PSS) untuk mengukur tingkat stress
7. Mengidentifikasi diagnosis keperawatan yang diperoleh dari hasil pengkajian pada pasien dengan tingkat stress

8. Mengidentifikasi rencana intervensi keperawatan yang akan dilakukan mulai dari kontrak waktu hingga tindakan yang akan diberikan kepada pasien yang mengalami tingkat di Wilayah Puskesmas Oesapa
9. Melakukan implementasi asuhan keperawatan dan merancang intervensi dengan rencana keperawatan yang telah disusun sesuai dengan SDKI,SLKI dan SIKI
10. Melakukan evaluasi keperawatan pada subyek, evaluasi dilakukan setelah memberikan implementasi pada pasien yang mengalami tingkat stress dan mengukur ulang kepatuhan menggunakan Kuisioner Perceived Stress Scale (PSS) untuk mengukur akhir intervensi.

3.7 Lokasi dan Waktu Penelitian

3.7.1 Lokasi

Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang, Nusa Tenggara Timur

3.7.2 Waktu

Waktu yang digunakan dalam pelaksanaan penelitian ini adalah pada bulan Juni 2025

3.8 Analisa ata dan penyajian data

3.8.1 Analisis Data

Analisis data dalam penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif deskriptif, yang bertujuan untuk menggambarkan dan memahami perubahan tingkat stress pada pasien diabetes mellitus tipe 2 sebelum dan setelah diberikan intervensi terapi relaksasi *Guided Imagery*.

Data utama akan dianalisis dengan cara mendeskripsikan kondisi pasien secara individu melalui pengkajian, yaitu Pasien 1 dan Pasien 2, baik sebelum maupun setelah diberikan intervensi. Peneliti akan membandingkan tingkat stress masing-masing pasien berdasarkan hasil pengukuran menggunakan Kuisioner Perceived Stress Scale (PSS) yang terdiri dari 10 item pertanyaan sebelum terapi dan 10 item pertanyaan setelah terapi. Setiap item Kuisioner *Perceived Stress Scale* (PSS) akan dijawab oleh pasien dengan pilihan skor 1 sampai 4 serta menjawab pertanyaan setiap item. Selain itu, data juga akan diperoleh dari observasi langsung dan wawancara terhadap pasien untuk menggali lebih dalam mengenai perasaan, pikiran, dan pengalaman subjektif

pasien selama mengikuti terapi. Hasil observasi dan wawancara ini akan membantu peneliti dalam memahami perubahan emosional atau psikologis yang terjadi, baik berupa penurunan, peningkatan, maupun stabilnya tingkat stress. Analisis dilakukan dengan cara menggabungkan hasil dari data objektif dan data subjektif.

Kuisisioner *Perceived Stress Scale* (PSS) dengan temuan dari wawancara dan observasi, untuk memperoleh gambaran menyeluruh tentang pengaruh terapi *Guided Imagery* terhadap tingkat stress pasien diabetes mellitus tipe 2. Peneliti membandingkan kondisi sebelum dan sesudah terapi, dengan pendekatan ini, diharapkan dapat diperoleh pemahaman yang mendalam mengenai pengaruh terapi *Guided Imagery* terhadap tingkat stress pasien diabetes mellitus tipe 2.

Analisis data dilakukan secara tematik dan naratif, dengan mengangkat aspek-aspek dari hasil data wawancara melalui pengkajian untuk memperkuat validitas dan reliabilitas data, dilakukan triangulasi antar sumber, yakni: Hasil skoring Kuisisioner *Perceived Stress Scale* (PSS). Data observasi dari terapi relaksasi kartu visualisasi dan audio relaksasi serta hasil wawancara mendalam. Triangulasi ini bertujuan untuk memastikan bahwa data yang diperoleh benar-benar mencerminkan kondisi nyata di lapangan dan memperkuat interpretasi hasil. Melalui pendekatan ini, peneliti memperoleh gambaran yang menyeluruh mengenai proses penurunan tingkat stress pada pasien diabetes mellitus. serta mampu mendeskripsikan perubahan yang terjadi selama proses intervensi berlangsung.

3.8.2 Penyajian Data

Penyajian data dalam kajian tersebut dilakukan secara deskriptif naratif berdasarkan hasil pengkajian wawancara, observasi, dan skoring Kuisisioner *Perceived Stress Scale* (PSS). Setiap pasien akan disajikan secara terpisah untuk menggambarkan perubahan terjadi setelah intervensi.

Data disajikan mencakup:

1. Identitas singkat pasien (inisial, usia, jenis kelamin, dan riwayat Diabetes mellitus tipe 2 secara ringkas).
2. Hasil pengisian kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS) sebelum intervensi, yang mencerminkan tingkat stress awal pasien.

3. Deskripsi proses intervensi terapi *Guided Imagery* yang diberikan kepada masing-masing pasien, termasuk lama dan frekuensi terapi.
4. Respon pasien selama terapi, yang diperoleh wawancara, akan dipaparkan untuk menggambarkan persepsi dan penerimaan pasien terhadap intervensi.
5. Hasil pengisian kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS) setelah intervensi, untuk menilai perubahan tingkat stress.
6. Data Subjektif diperoleh melalui wawancara yang mencakup rincian tingkat stress awal pasien.
7. Data Objektif diperoleh melalui hasil pengisian kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS) terhadap pasien.

Setelah itu, dilakukan perbandingan antar pasien berdasarkan:

- a. Perbedaan skor total kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS) sebelum dan sesudah terapi.
- b. Respon subjektif pasien terhadap terapi.

3.9 Etika Penelitian

Penelitian ini mematuhi prinsip-prinsip etika penelitian yang ketat untuk melindungi hak-hak responden. Sebelum memulai penelitian, kami telah memperoleh persetujuan dari komisi etik Poltekkes Kupang. Kami juga memastikan bahwa responden telah memberikan persetujuan yang jelas dan sadar sebelum menjadi bagian dari penelitian ini.

Prinsip etika yang kami patuhi adalah:

1. *Persetujuan Responden* (Informed Consent)

Kami memberikan lembar persetujuan kepada responden yang menjelaskan tujuan, prosedur, dan potensi dampak penelitian. Kami juga memastikan bahwa responden memiliki hak untuk menolak atau menghentikan partisipasi mereka dalam penelitian ini kapan saja.

2. *Anonimitas* (Anonymity)

Kami menjaga kerahasiaan identitas responden dan tidak mencantumkan nama mereka dalam pengumpulan data. Hal ini dilakukan untuk melindungi privasi dan hak-hak responden.

3. *Kerahasiaan* (Confidentiality)

Memastikan bahwa informasi responden yang diperoleh dalam penelitian ini hanya digunakan untuk tujuan penelitian dan tidak akan dibagikan kepada pihak lain tanpa izin responden. Kami hanya akan menyajikan data yang telah diolah dan tidak akan mencantumkan informasi yang dapat mengidentifikasi responden.

BAB IV

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada Bab ini, peneliti menyajikan hasil dan pembahasan dari penelitian mengenai "Penerapan Terapi *Guided Imagery* Terhadap Tingkat Stres Pada Pasien Diabetes Melitus Tipe II Di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa." Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2025, dengan melakukan pengumpulan data melalui wawancara dan lembar observasi, yang melibatkan dua orang responden.

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Oesapa Kota Kupang. Puskesmas Oesapa terletak di Kelurahan Lasiana, Kecamatan Kelapa Lima. Batas - batas Wilayah kerja UPT Puskesmas Oesapa adalah sebelah selatan berbatasan dengan Kecamatan Oebobo, sebelah timur berbatasan dengan Kota Lama. Puskesmas Oesapa memiliki wilayah kurang lebih 15,31km² atau 8,49% dari luas Wilayah Kota Kupang (180,7 km²).

Wilayah kerja UPT Puskesmas Oesapa mencakup seluruh wilayah Kecamatan Kelapa Lima, Kota Kupang, Oesapa Barat, Oesapa Selatan dan Lasiana. Jumlah penduduk berdasarkan data Badan Pusat Statistik Kota Kupang Tahun 2019 dan data dari kantor Kecamatan Kelapa Lima tercatat sebanyak 85.951 jiwa terdiri dari laki-laki sebesar 43. 722 jiwa dan perempuan 42. 229 jiwa.

Adapun batas batas wilayah kerja UPT Puskesmas Oesapa adalah:

1. Sebelah utara berbatasan dengan Teluk Kupang
2. Sebelah selatan berbatasan dengan Kecamatan Oebobo
3. Sebelah timur berbatasan dengan Kecamatan Tarus
4. Sebelah barat berbatasan dengan Kecamatan Kota Lama