

BAB IV

HASIL STUDI KASUS DAN PEMBAHASAN

A. Gambaran Umum Lokasi Studi Kasus

Studi Kasus ini dilakukan di Rumah Sakit Islam Bogor, Jl. Perdana Raya No. 22 Kel. Kedungbadak, Kec. Tanah Sereal, Kota Bogor, Jawa Barat 16710. Lokasi ini berada di Perumahan Budi Agung dan berada di belakang Universitas Ibnu Khaldun. Rumah Sakit Islam Bogor saat ini memiliki layanan berupa Instalasi Gawat Darurat (IGD) 24 Jam, Poli Umum, Poli Gigi, dan 14 Poli Spesialis. Fasilitas yang tersedia dalam bentuk ruang perawatan berupa ruang rawat kelas 3, 2, 1, VIP, VVIP serta Suite Room yang memiliki ketersediaan tempat tidur sebanyak 128. Fasilitas ini pun dilengkapi dengan kamar operasi, kamar bersalin, Intensive Care Unit (ICU), perinatal, laboratorium, radiologi, apotik, USG, EKG, dan Fisioterapi. Khususnya pada Ruang Hemodialisa di Rumah Sakit Islam Kota Bogor, terdapat 1 Dokter 8 Perawat yang berdinas dari hari Senin sampai Sabtu. Tempat Tidur yang tersedia yaitu 11.

B. Gambaran Umum Responden

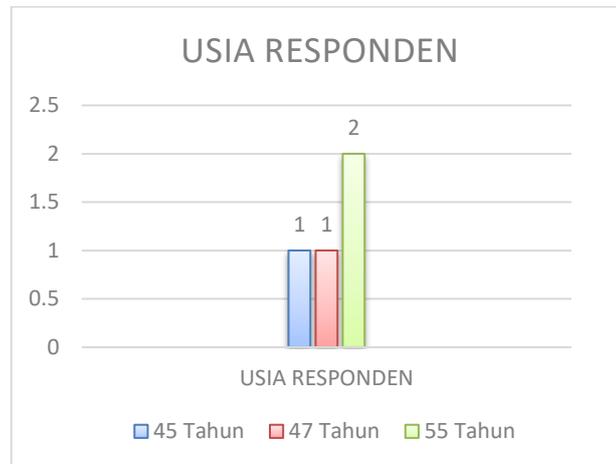
Pada Studi Kasus ini melibatkan sebanyak 4 responden yang memiliki tingkat stress ringan hingga sangat berat. Responden yang terlibat dalam Studi Kasus ini adalah Ny S yang beralamat di Pabuaran Bogor. Ny S merupakan responden berusia 45 tahun yang sudah menjalani terapi hemodialisa selama 3 tahun. Ny S menjalani terapi hemodialisa 2x seminggu dengan jadwal Senin Siang dan Kamis Siang. Kegiatan Ny S sehari hari merupakan sebagai ibu

rumah tangga. Ny S mengalami stress karena penyakit dan terapi nya yang berjalan jangka panjang. Ny S berkata sering sulit untuk tidur karena kondisi yang dia alami.

Tn W berusia 55 tahun dan tinggal di Parung, Bogor. Tn W sudah menjalani terapi hemodialisa selama kurang lebih 2,5 tahun. Tn W menjalani terapi 2x seminggu dengan jadwal Selasa Siang dan Jumat Siang. Tn W saat ini bekerja sebagai Karyawan Swasta. Tn W mengalami stress karena kegiatan dan pekerjaannya terhambat diakibatkan oleh penyakitnya. Tn W berkata ia merasa sulit tidur dan sering tidak nafsu makan.

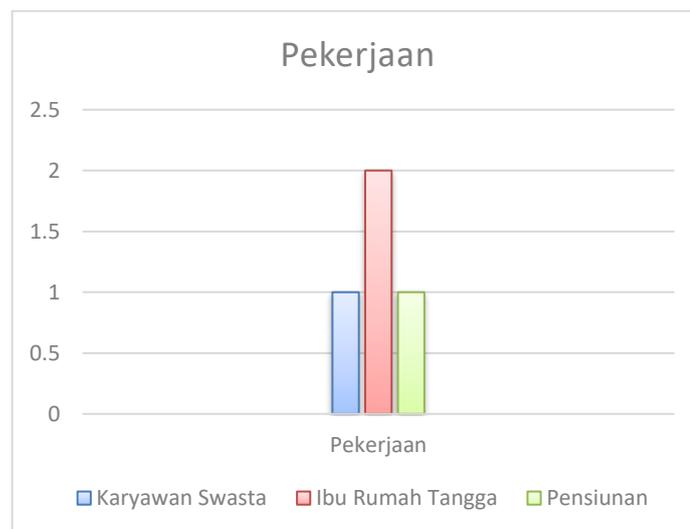
Ny St berusia 47 tahun dan tinggal di Nanggung, Bogor. Ia sudah menjalani terapi hemodialisa selama 2 tahun. Ny St menjalani terapi setiap 2x seminggu dengan jadwal hari Rabu Pagi dan Sabtu Pagi. Sebelum sakit, Ny St merupakan seorang guru TK. Tetapi setelah sakit dan menjalani terapi hemodialisa ia menjadi Ibu Rumah Tangga. Responden mengalami stress karena takut tiba tiba meninggalkan kedua putrinya. Ny St mengatakan sering sakit kepala dan kurang nafsu makan.

Tn A berusia 55 tahun dan tinggal di Bogor. sudah menjalani terapi hemodialisa selama 2 tahun. Tn A menjalani terapi 2x seminggu dengan jadwal hari Selasa Pagi dan Jumat Pagi. Tn A saat ini merupakan seorang pensiunan. Tn A merasa stress karena kegiatannya terhambat dan selalu memiliki pikiran buruk mengenai kondisinya sekarang. Tn A mengatakan ia sering ke kamar mandi untuk buang air kecil dan sulit untuk tidur.



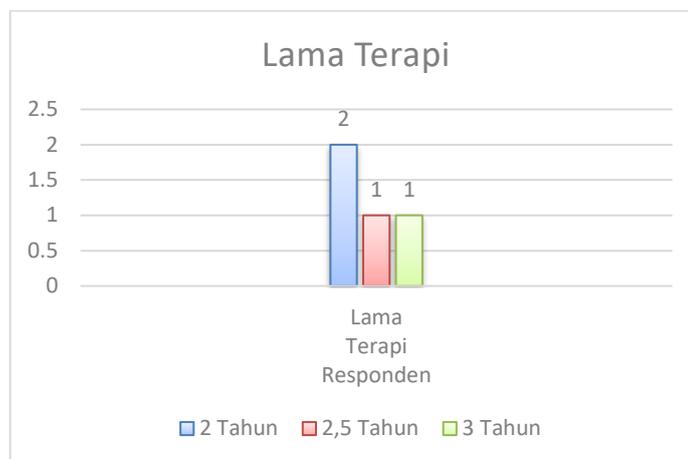
Grafik 4. 1 Usia Responden (N=4)

Grafik diatas merupakan Usia dari 4 Responden yaitu terdapat 1 Orang berusia 45 Tahun, 1 Orang berusia 47 Tahun dan 2 Orang berusia 55 Tahun.



Grafik 4. 2 Pekerjaan (N=4)

Grafik diatas merupakan Pekerjaan dari 4 Responden yaitu terdapat 1 Orang Karyawan Swasta, 2 Orang Ibu Rumah Tangga dan 1 Orang Pensiunan.



Grafik 4. 3 Lama Terapi (N=4)

Grafik diatas merupakan Lama Terapi dari 4 Responden yaitu 2 Orang selama 2 Tahun, 1 Orang selama 2,5 Tahun dan 1 Orang selama 3 Tahun.

C. Hasil Studi Kasus

Studi Kasus ini dilakukan selama 1 minggu dari tanggal 4 April 2022 sampai 9 April 2022. Ny. S berusia 45 tahun, saat dilakukan pengkajian responden mengalami stress karena penyakit yang diderita dan terapi nya yang berjalan jangka panjang. Setelah dilakukan pengukuran tingkat stress menggunakan *Depression Anxiety Stress Scale 42* (DASS 42), Didapatkan nilai 21.

Tn. W berusia 55 tahun, saat dilakukan pengkajian responden mengalami stress karena kegiatan dan pekerjaannya terhambat diakibatkan oleh penyakit yang dideritanya. Setelah dilakukan pengukuran tingkat stress menggunakan *Depression Anxiety Stress Scale 42* (DASS 42), Didapatkan nilai 24.

Ny. St berusia 47 tahun, saat dilakukan pengkajian responden mengalami stress karena takut tiba tiba meninggalkan kedua putrinya. Setelah dilakukan

pengukuran tingkat stress menggunakan *Depression Anxiety Stress Scale 42* (DASS 42), Didapatkan nilai 25.

Tn. A berusia 55 tahun, saat dilakukan pengkajian responden mengalami stress karena kegiatannya terhambat dan selalu memiliki pikiran buruk mengenai kondisinya sekarang. Setelah dilakukan pengukuran tingkat stress menggunakan *Depression Anxiety Stress Scale 42* (DASS 42), Didapatkan nilai 22.

Setelah melakukan wawancara dan observasi pada Ny S, Tn W, Ny St dan Tn A peneliti melakukan relaksasi otot progresif sebanyak 2x dalam 1 minggu dengan durasi kurang lebih 15 menit.

Tabel 4 1 Hasil sebelum dilakukan Relaksasi Otot Progresif (N=4)

NO	Tanggal	Responden	Nilai	Kriteria
			sebelum	
			tindakan	
1	4 April 2022	Ny. S	21	Stress Sedang
2	5 April 2022	Tn. W	24	Stress Sedang
3	5 April 2022	Tn. A	22	Stress Sedang
4	6 April 2022	Ny. St	25	Stress Sedang

Berdasarkan Tabel 4.1 setelah melakukan pengumpulan data menggunakan DASS 42, didapatkan bahwa semua responden berada pada rentang tingkat stress sedang sebelum dilakukan Relaksasi Otot Progresif.

Tabel 4 2 Hasil sesudah dilakukan Relaksasi Otot Progresif (N=4)

NO	Tanggal	Responden	Nilai	Kriteria
			sesudah	
			tindakan	
1	7 April 2022	Ny. S	17	Stress Ringan
2	8 April 2022	Tn. W	22	Stress Sedang
3	8 April 2022	Tn. A	18	Stress Ringan
4	9 April 2022	Ny. St	22	Stress Sedang

Berdasarkan tabel 4.2 di atas, hasil dan penerapan Relaksasi Otot Progresif yang dilakukan sebanyak 2x dalam 1 minggu pada tanggal 4 April 2022 sampai 9 April 2022 dalam durasi kurang lebih 15 menit di RS Islam Bogor didapatkan data tingkat stress yang didata menggunakan DASS 42 sebelum dan sesudah dilakukan Relaksasi Otot Progresif. Didapatkan nilai penurunan setelah dilakukan tindakan. Pada Ny S turun menjadi 17, Tn W turun menjadi 22, Tn A turun menjadi 18 dan Ny St turun menjadi 22.

D. Pembahasan

Berdasarkan Studi Kasus mengenai penerapan Relaksasi Otot Progresif pada Ny S mengalami penurunan dari 21 menjadi 17 (Skala Stress Ringan), Tn. W mengalami penurunan dari 24 menjadi 22 (Skala Stress Sedang), Tn A mengalami penurunan dari 22 menjadi 18 (Skala Stress Ringan) dan Ny St mengalami penurunan dari 25 menjadi 22 (Skala Stress Sedang).

1. Hasil Pengukuran Tingkat Stress Responden Sebelum Dilakukan

Pengkajian dilakukan dengan pengukuran tingkat stress menggunakan *Depression Anxiety Stress Scale 42* (DASS 42). Data didapatkan Ny S

mengatakan stress karena penyakit yang diderita dan terapi nya yang berjalan jangka panjang dengan nilai tingkat stress 21. Pada Tn W mengatakan ia stress karena kegiatan dan pekerjaannya terhambat diakibatkan oleh penyakit yang dideritanya dengan nilai tingkat stress 24. Data pada Tn A mengatakan stress karena kegiatannya terhambat dan selalu memiliki pikiran buruk mengenai kondisinya sekarang dengan tingkat stress 22 dan pada Ny St, ia mengalami stress karena takut tiba tiba meninggalkan kedua putrinya dengan tingkat stress 25.

Hasil yang didapatkan dari 4 responden tersebut memiliki tingkat stress sedang. Stress yang terjadi pada seseorang dapat berpengaruh terhadap kesehatannya.

Menurut Theresia dalam Ulfa & Fahzira (2019), stres merupakan reaksi fisik dan mental yang alami terhadap pengalaman baik maupun buruk. Respons tubuh pada stres, yaitu dengan melepaskan sejumlah hormon dan meningkatkan detak jantung serta laju pernapasan. Terdapat beberapa masalah kesehatan yang patut diwaspadai akibat dari stress yaitu masalah kesehatan pada Sistem Saraf Pusat dan Sistem Endokrin, Sistem Pernapasan dan Kardiovaskular, Sistem Pencernaan. Hal ini pun berpengaruh pada responden yang ada yaitu terdapat responden yang mengalami masalah pencernaan seperti mual muntah dan diare.

2. Hasil Pengukuran Tingkat Stress Responden Setelah Dilakukan

Studi kasus ini dilakukan 2x dalam 1 minggu dan terdapat penurunan tingkat stress pada 4 responden walau tidak signifikan. Hal tersebut terjadi

karena pertemuan hanya dilakukan waktunya selama 1 minggu dan beberapa responden sulit untuk menerapkannya dirumah dikarenakan masih belum mengerti karena hal ini merupakan hal baru bagi mereka. Hasil studi kasus setelah dilakukan penerapan Relaksasi Otot Progresif didapatkan Ny S dengan nilai 17 (Skala Stress Ringan) dan Ny S mengatakan setelah dilakukan Relaksasi Otot Progresif ia merasa lebih nyaman. Tn W dengan nilai 22 (Skala Stress Sedang) dan Tn W mengatakan merasa rileks setelah dilakukan Relaksasi Otot Progresif. Tn A dengan nilai 18 (Skala Stress Ringan) dan ia merasa lebih tenang. Ny St dengan nilai 22 (Skala Stress Sedang) dan merasa lebih nyaman setelah dilakukan Relaksasi Otot Progresif.

Menurut Pratama dikutip oleh Pramono (2019), Relaksasi otot progresif yang dilakukan bersamaan dengan teknik pernapasan yang baik dan dilakukan secara sadar menggunakan diafragma, memungkinkan abdomen terangkat perlahan dan dada mengembang penuh. Teknik pernapasan tersebut mampu memberikan pijatan pada jantung yang menguntungkan akibat naik turunnya diafragma, membuka sumbatan-sumbatan dan memperlancar aliran darah ke jantung serta meningkatkan aliran darah ke seluruh tubuh. Aliran darah yang meningkat juga dapat meningkatkan nutrisi dan O₂. Peningkatan O₂ di dalam otak akan merangsang peningkatan sekresi serotonin sehingga membuat tubuh menjadi tenang dan mengurangi stress dan cemas. Sedangkan menurut Edmund Jacobson dalam Livana (2018), Relaksasi Otot Progresif dapat dilakukan untuk mengatasi keluhan responden terutama yang berkaitan dengan stress seperti gelisah, kurang nafsu makan dan insomnia. Efektifitas Relaksasi

Otot Progresif terdapat hubungan antara ketegangan otot dengan ketegangan emosi, sehingga individu yang mengalami gangguan emosional secara otomatis menegangkan otot-otot tubuhnya. Dan hal yang mendukung keberhasilan terapi ini merupakan empat tahap pemberian terapi ini. Seperti mempraktekan gerakan terlebih dahulu, lalu responden diminta untuk mengulangi gerakan tersebut dan peneliti harus memberikan umpan balik berupa pujian kepada responden. Lalu, responden diminta untuk mengaplikasikan secara mandiri di rumah.

3. Perbandingan Hasil Pengukuran Tingkat Stress Setiap Responden Sebelum dan Sesudah Relaksasi Otot Progresif

Tabel 4.3 Perbandingan Sebelum dan Sesudah dilakukan Tindakan (N=4)

No	Responden	Nilai	Kriteria	Nilai	Kriteria
		Sebelum	Sebelum	Sesudah	Sesudah
1	Ny. S	21	Stress Sedang	17	Stress Ringan
2	Tn. W	24	Stress Sedang	22	Stress Sedang
3	Tn. A	22	Stress Sedang	18	Stress Ringan
4	Ny. St	25	Stress Sedang	22	Stress Sedang

Berdasarkan tabel perbandingan diatas, studi kasus selama 2x dalam 1 minggu ke masing masing responden yaitu pada Ny S mengalami penurunan dari 21 menjadi 17 (Skala Stress Ringan), Tn. W mengalami penurunan dari 24 menjadi 22 (Skala Stress Sedang), Tn A mengalami penurunan dari 22 menjadi 18 (Skala Stress Ringan) dan Ny St mengalami penurunan dari 25 menjadi 22

(Skala Stress Sedang). Terdapat penurunan Kriteria Stress dari Stress Sedang ke Stress Ringan yaitu pada Ny S dan Tn A, sedangkan pada Tn W dan Ny St tetap berada di Stress Sedang. Penerapan ini dapat disimpulkan bahwa Relaksasi Otot Progresif dapat menurunkan Tingkat Stress.

E. Keterbatasan Studi Kasus

Keterbatasan pada Studi Kasus ini merupakan pada waktu pelaksanaan pengumpulan data yang hanya bisa dilakukan 2 x dalam 1 minggu. Hal ini terjadi karena penerapan Relaksasi Otot Progresif untuk menurunkan stress harus dilakukan secara bertahap.