

BAB III

METODOLOGI PENELITIAN

A. Desain Penelitian Kasus

Desain penelitian ini menggunakan studi kasus (*Case Study*). Studi kasus menurut Yona, (2020) merupakan penelitian yang mencakup pengkajian bertujuan memberikan gambaran secara mendetail mengenai latar belakang, sifat maupun karakter yang ada dari suatu kasus, dengan kata lain bahwa studi kasus memusatkan perhatian pada suatu kasus secara intensif dan rinci. Penelitian dilakukan secara mendalam terhadap suatu keadaan atau kondisi dengan cara sistematis mulai dari melakukan pengamatan, pengumpulan data, analisis informasi dan pelaporan hasil. Studi kasus dalam karya tulis ilmiah ini menggambarkan bagaimana penerapan terapi non-farmakologis berupa mendengarkan sholawat Nabi sebagai intervensi keperawatan untuk meningkatkan kualitas tidur santri di lingkungan pondok pesantren.

B. Subjek Studi Kasus

Subjek dalam studi kasus ini adalah santri yang mengalami gangguan pola tidur atau kualitas tidur tidak efektif.

1. Kriteria Inklusi

Subjek dalam studi kasus ini adalah santri yang mengalami gangguan pola tidur dan diteliti secara rinci serta mendalam melalui metode wawancara dan observasi sesuai dengan kualifikasi yang telah ditetapkan oleh peneliti. Adapun kriteria inklusi dalam studi kasus ini meliputi:

- a. Santri yang berada di lingkungan pondok pesantren
- b. Santri yang mengalami gangguan pola tidur atau kualitas tidur tidak efektif
- c. Santri berusia 10-18 tahun
- d. Santri dalam kondisi sadar penuh (*compos mentis*) dan mampu berkomunikasi dengan baik

- e. Santri bersedia menjadi subjek studi kasus dan mengikuti seluruh rangkaian asuhan keperawatan

2. Kriteria Ekslusi

Adapun kriteria ekslusi subjek pada studi kasus ini adalah:

- a. Santri yang memiliki gangguan pendengaran
- b. Santri yang sedang mengonsumsi obat tidur atau terapi farmakologis lain yang memengaruhi tidur
- c. Santri yang tidak bersedia mengikuti seluruh rangkaian studi kasus

C. Fokus Studi Kasus

Fokus studi kasus merupakan kajian utama dari permasalahan yang akan dijadikan titik acuan penelitian. Dalam penelitian, yang menjadi titik fokus pada studi kasus ini adalah santri dengan masalah keperawatan pola tidur tidak efektif melalui terapi mendengarkan sholawat Nabi sebagai upaya peningkatan kualitas tidur.

D. Definisi Operasional

1. Tabel Definisi Operasional

Tabel 3 Definisi Operasional

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara dan Hasil Ukur	Skala
Terapi Mendengarkan Sholawat Nabi	Intervensi keperawatan non-farmakologis berupa pemberian audio sholawat Nabi yang diperdengarkan	Speaker Mp3	Dilakukan dengan cara memperdengarkan audio Sholawat Nabi kepada responden menggunakan speaker Mp3 selama $\pm 10-15$	Nominal

	kepada santri selama $\pm 10-15$ menit sebelum tidur, bertujuan memberikan efek relaksasi dan ketenangan		menit sebelum tidur. (1= dilakukan, 2= tidak dilakukan)	
Kualitas Tidur	Kualitas tidur	Kuesioner	Penilaian	Ordinal
	adalah suatu keadaan di mana tidur yang dialami seorang individu menghasilkan kesegaran dan kebugaran di saat terbangun	kualitas tidur (PSQI)	dilakukan sebelum dan sesudah intervensi dengan menjumlahkan skor item (Kualitas tidur yang baik adalah waktu tidur yang cukup dengan hasil Baik ≤ 5 dan Kualitas tidur yang buruk adalah kondisi ketika seseorang mengalami kesulitan untuk tertibur dengan hasil Buruk > 5)	

E. Tempat dan Waktu Studi Kasus

1. Tempat Studi Kasus

Studi kasus ini dilaksanakan di lingkungan Pondok Pesantren Hidayatul Mustarsyidiin Kota Tegal, tempat santri menetap dan menjalani aktivitas sehari-hari. Pemilihan lokasi Pondok Pesantren Hidayatul Mustarsyidiin Kota Tegal dilakukan dengan dasar pertimbangan kemudahan akses peneliti terhadap subjek penelitian dalam melaksanakan intervensi terapi mendengarkan sholawat secara optimal. Lingkungan pesantren dipilih karena memiliki karakteristik religius yang mendukung penerapan intervensi berbasis spiritual.

2. Waktu Studi Kasus

Pelaksanaan studi kasus dilakukan selama ± 7 hari, yang mencakup tahap pengkajian awal, perencanaan, implementasi, intervensi, hingga evaluasi hasil asuhan keperawatan. Intervensi terapi mendengarkan sholawat Nabi diberikan satu kali setiap malam sebelum waktu tidur dengan durasi ± 10 – 15 menit selama intervensi berhasil dari hari pelaksanaan.

F. Instrumen Studi Kasus

1. Alat dan Bahan Studi Kasus

Alat dan bahan yang digunakan dalam pelaksanaan studi kasus ini meliputi:

- a. Format pengkajian asuhan keperawatan
- b. Kuesioner kualitas tidur (Pittsburgh Sleep Quality Index/PSQI)
- c. Standar Operasional Prosedur (SOP) terapi mendengarkan sholawat Nabi
- d. Speaker Mp3
- e. Audio sholawat Nabi
- f. Alat tulis dan buku catatan dokumentasi

2. Validitas dan Reliabilitas Instrumen

Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) merupakan instrumen yang digunakan untuk mengukur kualitas tidur berdasarkan tujuh komponen penilaian, yaitu kualitas tidur subjektif, latensi tidur, durasi tidur, efisiensi tidur, gangguan tidur, penggunaan obat tidur, dan disfungsi aktivitas siang hari. Instrumen ini memiliki reliabilitas yang baik dengan nilai Cronbach's Alpha

sebesar 0,83. Selain itu, PSQI memiliki sensitivitas sebesar 89,6% dan spesifisitas sebesar 86,5% dalam membedakan individu dengan kualitas tidur baik dan buruk sehingga dinilai valid dan reliabel untuk digunakan dalam pengukuran kualitas tidur (Daniel J Buysse et al., 2020).

3. Data Yang Dikumpulkan

Data yang dikumpulkan dalam studi kasus ini terdiri dari:

- a. Data subjektif
 - 1) Keluhan sulit tidur
 - 2) Sering terbangun pada malam hari
 - 3) Waktu yang dibutuhkan untuk mulai tidur
 - 4) Perasaan tidak segar saat bangun
 - 5) Kebiasaan tidur santri
- b. Data objektif
 - 1) Lama waktu tidur
 - 2) Frekuensi terbangun pada malam hari
 - 3) Hasil pengukuran kualitas tidur menggunakan PSQI
 - 4) Respon santri setelah diberikan terapi mendengarkan sholawat Nabi

G. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dalam studi kasus ini meliputi:

1. Wawancara

Dilakukan untuk memperoleh data subjektif mengenai pola tidur, kebiasaan tidur, dan keluhan yang dirasakan santri.
2. Observasi

Dilakukan untuk mengamati kondisi umum santri serta respon selama dan setelah diberikan intervensi.
3. Kuesioner

Digunakan untuk menilai kualitas tidur santri sebelum dan sesudah intervensi menggunakan PSQI.

4. Dokumentasi

Digunakan untuk mencatat hasil pengkajian, tindakan keperawatan, dan perkembangan kondisi santri.

5. Perizinan

Dilakukan dengan mengajukan izin kepada pengelola pondok pesantren, sebelum pelaksanaan studi kasus. Selain itu, peneliti juga meminta persetujuan (*informed consent*) dari responden sebagai bentuk kesediaan berpartisipasi dalam penelitian.

H. Langkah Studi Kasus

1. Persiapan

Tahap persiapan meliputi:

- a. Penyusunan proposal dan konsultasi dengan pembimbing
- b. Pengurusan izin pelaksanaan studi kasus
- c. Menyiapkan alat dan bahan yang diperlukan
- d. Menjelaskan tujuan dan prosedur studi kasus kepada subjek
- e. Meminta persetujuan (*informed consent*) dari subjek

2. Pelaksanaan

Tahap pelaksanaan meliputi:

- a. Melakukan pengkajian awal kualitas tidur santri
- b. Menetapkan diagnosa keperawatan pola tidur tidak efektif
- c. Menyusun rencana asuhan keperawatan
- d. Memberikan intervensi terapi mendengarkan sholawat Nabi satu kali setiap malam sebelum tidur selama minimal 7 hari dengan durasi $\pm 10-15$ menit
- e. Melakukan evaluasi harian terhadap respon dan perubahan kualitas tidur santri

I. Pengelolaan Data dan Analisa Data

Data yang diperoleh dari hasil pengkajian, observasi, dan kuesioner diolah dan dianalisis secara deskriptif. Analisis dilakukan dengan membandingkan kondisi kualitas tidur santri sebelum dan sesudah diberikan intervensi terapi mendengarkan

sholawat Nabi serta menginterpretasikan perubahan yang terjadi selama proses asuhan keperawatan.

J. Penyajian Data

Data hasil studi kasus disajikan dalam bentuk narasi deskriptif, tabel, dan grafik sederhana untuk menggambarkan perubahan kondisi kualitas tidur santri sebelum dan sesudah intervensi.

K. Etika Studi Kasus

1. Prinsip Manfaat (*Beneficence*)

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan memberikan manfaat maksimal bagi subjek, yaitu membantu meningkatkan kualitas tidur melalui intervensi terapi mendengarkan sholawat Nabi yang bersifat non-farmakologis, aman, dan mudah diterapkan dalam kehidupan sehari-hari santri.

2. Prinsip Menghargai Hak Asasi Manusia (*Respect Human Dignity*)

Peneliti memberikan penjelasan mengenai tujuan dan prosedur studi kasus kepada subjek serta meminta persetujuan sebelum pelaksanaan. Subjek memiliki hak untuk menerima atau menolak serta menghentikan keikutsertaan kapan saja tanpa adanya paksaan.

3. Prinsip Keadilan (*Justice*)

Setiap subjek memperoleh perlakuan yang sama selama pelaksanaan studi kasus tanpa adanya diskriminasi. Peneliti juga menjaga kerahasiaan identitas subjek dengan menggunakan inisial dan tidak menyebarkan informasi pribadi.

4. Prinsip Tidak Merugikan (*Non-Maleficence*)

Peneliti memastikan bahwa intervensi yang diberikan tidak menimbulkan efek negatif, ketidaknyamanan, maupun risiko bagi subjek. Terapi mendengarkan sholawat Nabi bersifat non-invasif, tidak menggunakan obat, dan tidak menimbulkan efek samping sehingga aman untuk diterapkan.

5. Prinsip Kerahasiaan (*Confidentiality*)

Peneliti menjaga kerahasiaan identitas dan data subjek dengan tidak mencantumkan nama lengkap, melainkan menggunakan inisial. Seluruh informasi yang diperoleh hanya digunakan untuk kepentingan penelitian dan tidak disebarluaskan.