

**PENGARUH *DEEP BREATHING EXERCISE* PADA TINGKAT *DYSPNEA*
DAN KUALITAS TIDUR PASIEN *CONGESTIVE HEART FAILURE*
*LITERATURE REVIEW***

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



DISUSUN OLEH :

**GUSTI ALPINO VIRGIAWAN, S.Kep.
1911102412069**

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KESEHATAN DAN FARMASI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR
2020**

**Pengaruh *Deep Breathing Exercise* Pada Tingkat *Dyspnea* Dan Kualitas Tidur
Pasien *Congestive Heart Failure* : *Literature Review***

Karya Ilmiah Akhir Ners

Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ners Keperawatan



Disusun Oleh :

Gusti Alpino Virgiawan, S.Kep.

1911102412069

**Program studi Profesi Ners
Fakultas Kesehatan Dan Farmasi
Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
2020**

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Gusti Alpino Virgiawan., S.Kep.
NIM : 1911102412069
Program Studi : Profesi Ners
Judul KIA-N : Pengaruh Deep Breathing Exercise Pada Tingkat Dyspnea Dan
Kualitas Tidur Pasien *Congestive Heart Failur : Literature
Riview*

Menyatakan bahwa karya ilmiah akhir yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Samarinda, 07 Agustus 2020



Gusti Alpino Virgiawan., S.Kep.
NIM. 1911102412069

LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH *DEEP BREATHING EXERCISE* PADA TINGKAT *DYSPNEA*
DAN KUALITAS TIDUR PASIEN *CONGESTIVE HEART FAILURE*
*LITERATURE RIVIEW***

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

DI SUSUN OLEH :

**Gusti Alpino Virgiawan, S.Kep.
1911102412069**

Disetujui untuk diujikan
Pada Tanggal, 07 Agustus 2020

Pembimbing



Ns. Taufik Septiawan., M.Kep
NIDN. 1111098802

Mengetahui
Koordinator MK. Elektif



 Universitas Islam Sumatera Utara

Ns. Siti Khoiroh Muflihatin., M.Kep
NIDN. 1115017703

LEMBAR PENGESAHAN

**PENGARUH *DEEP BREATHING EXERCISE* PADA TINGKAT *DYSPNEA*
DAN KUALITAS TIDUR PASIEN *CONGESTIVE*
*HEART FAILURE***

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

DISUSUN OLEH

Gusti Alpino Virgiawan., S.Kep.

1911102412069

Diseminarkan dan diujikan

Pada tanggal, 07 Agustus 2020

Penguji I

Ns. Arifudin R., S.Kep
NIP.197508181995031003

Penguji II

Ns. Rusni Masnina., S.Kp., MPH
NIDN. 1114027401

Penguji II

Ns. Taufik Septiawan., M.Kep
NIDN. 1111098802

Mengetahui,

Ketua Program Studi Profesi Ners

Ns. Dwi Rahimah Fitriani., M.Kep
NIDN. 1119097601

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum warahmatullahi wabakatuh

Alhamdulillah, Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah memberikan kesehatan kepada penulis dan atas berkat Rahmat, Karunia serta Ridho-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIA-N) ini. Sholawat dan salam tak lupa kita curahkan kepada junjungan kita Nabi Besar Muhammad SAW beserta keluarga, sahabat, dan pengikutnya sampai akhir zaman.

Karya Ilmiah Akhir Ners (KIA-N) ini berjudul “Pengaruh *Deep Breathing Exercise* Pada Tingkat Dyspnea Dan Kualitas Tidur Pasien *Congestive Heart Failure* : *Literature Riview*” disusun dalam rangka memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan Serjana program studi ilmu keperawatan profesi ners di Universitas Muhammadiyah Samarinda tahun 2020.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan KIA-N ini masih banyak terdapat kekurangan dan masih jauh dari sempurna karena keterbatasan dan kurangnya pengetahuan yang penulis miliki, oleh sebab itu kritik dan saran yang membangun sangat penulis harapkan untuk kesempurnaan KIA-N ini. Dalam penulisan KIA-N ini, penulis banyak mendapatkan bantuan dan dukungan dari berbagai pihak. Untuk itu penulis menyampaikan banyak terimakasih kepada :

1. Bapak Prof. Dr. Bambang Setiaji selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

2. Bapak Ghozali MH., M.Kes selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Farmasi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
3. Ibu Ns. Dwi Rahmah Fitriani., S.Kep., M.Kep selaku Ketua Program Studi S-1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
4. Ibu Ns. Siti Khoiroh Muflihatun., M.Kep, selaku coordinator M.K Elektif yang telah membantu dalam proses pembuatan karya ilmiah akhir ners (KIA-N).
5. Bapak Ns Taufik Septiawan., M.Kep selaku pembimbing karya ilmiah akhir ners (KIA-N) sekaligus menjadi penguji III yang telah banyak memberikan bimbingan, motivasi, dan pengarahan hingga karya ilmiah ini selesai serta atas saran dan masukannya dalam penyusunan karya ilmiah akhir ners (KIA-N) ini.
6. Ns. Arifudin R.,S.Kep selaku penguji I yang telah menyediakan waktunya dan bersedia menguji karya ilmiah ini serta memberikan arahan dalam proses perbaikan karya ilmiah akhir ners (KIA-N).
7. Ns. Rusni Masnina,SKP.,MPH selaku penguji II yang telah menyediakan waktunya dan bersedia menguji karya ilmiah ini serta memberikan arahan dalam proses perbaikan karya ilmiah akhir ners (KIA-N).
8. Bapak dan ibu dosen dan seluruh karyawan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

9. Untuk kedua orang tua yang sangat saya cintai dan saya muliakan, tak akan pernah saya melupakan seluruh pengorbanan dan jasa-jasanya.
10. Teman-teman Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur khusus untuk Program Studi Profesi Ners Angkatan 2019.

Semoga Allah SWT membalas semua kebaikan yang telah diberikan. Penulis juga menyadari bahwa dalam penyusunan KIA-N ini masih banyak kekurangan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang sifatnya membangun untuk perbaikan, sehingga dapat bermanfaat secara maksimal untuk semua pihak dan dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Billahi fii sabilil haq, fastabiqul khairat

Wassalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh

Samarinda, 07 Agustus 2020



Gusti Alpino Virgiawan., S.Kep.
NIM. 1911102412069

**Pengaruh Deep Breathing Exercise Pada Tingkat Dyspnea Dan Kualitas Tidur Pasien
Congestive Heart Failure
Literature Review**

Gusti AlpinoVirgiawan¹, Taufik Septiawan²

Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Farmasi, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

INTISARI

LatarBelakang : Dyspnea pada pasien *Congestive Heart Failure* (CHF) menyebabkan terbatasnya aktifitas hidup sehari-hari, menurunkan kapasitas fungsional dan juga dapat menyebabkan masalah tidur. Data WHO tahun 2015 menunjukkan 70% kematian di dunia disebabkan oleh Penyakit Tidak Menular dan 45% nya disebabkan Penyakit jantung dan pembuluh darah.

Tujuan : Untuk membuktikan adanya pengaruh pemberian *deep breathing exercise* pada tingkat dyspnea dan kualitas tidur pada pasien CHF berdasarkan *literature review*.

Metode Penelitian : Pencarian jurnal menggunakan *Google Scholar* , *Scopus* , *Research Gate*, *Scient Direct*, *NurseLineJurnal* dengan tahun publikasi 2015 – 2020. Kata kunci yang digunakan dalam pencarian adalah *deep breathing*, Dyspnea, kualitas tidur, sehingga didapatkan 10 jurnal untuk di review.

Hasil penelitian: Didapatkan 4 penelitian tentang *deep breathing* terhadap dyspnea dan kualitas tidur, 1 penelitian tentang *deep breathing* terhadap kualitas tidur, 5 penelitian tentang *deep breathing* terhadap dyspnea, yang keseluruhan literature review menunjukkan bahwa *deep breathing exercise* berpengaruh membantu mengurangi dyspnea dan mengatasi gangguan tidur.

Kesimpulan : *Deep breathing exercise* merupakan salah satu alternatif non farmakologi yang dapat meningkatkan fungsi ventilasi secara signifikan dan dapat meningkatkan kualitas tidur

Kata Kunci : *Deep Breathing Exercise*, Dyspnea, Kualitas tidur, CHF

¹ Mahasiswa program Studi Profesi Ners UMKT Kalimantan Timur, Indonesia

² DosenUMKT Kalimantan Timur, Indonesia

The Effect Of Deep Breathing Exercise On The Dyspnea Level And Sleep Quality In Congestive Heart Failure Literature Review

Gusti AlpinoVirgiawan¹, Taufik Septiawan²

Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Farmasi, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

ABSTRACT

Background: Dyspnea in Congestive Heart Failure (CHF) patients causes limited activities of daily living, decreases functional capacity and can also cause sleep problems. WHO data in 2015 shows that 70% of deaths in the world are caused by non-communicable diseases and 45% are due to heart and blood vessel disease.

Objective: To prove the effect of giving deep breathing exercise on the level of dyspnea and sleep quality in CHF patients based on literature review.

Methodology: Search journals using Google Scholar, Scopus, Research Gate, Scient Direct, NurseLine Journal with the publication year 2015 - 2020. The keywords used in the search are deep breathing, dyspnea, sleep quality, so we get 10 journals for review.

Results: Four studies on deep breathing on dyspnea and sleep quality, 1 study on deep breathing on sleep quality, 5 studies on deep breathing on dyspnea, the overall literature review showed that deep breathing exercise has an effect on helping to reduce dyspnea and overcome sleep disorders.

Conclusion: Deep breathing exercise is one non-pharmacological alternative that can significantly improve ventilation function and can improve sleep quality

Keywords: Deep Breathing Exercise, Dyspnea, Sleep Quality, CHF

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Lembar Judul.....	ii
Halaman Pernyataan Orisinalita.....	iii
Halaman Persetujuan.....	iv
Halaman Pengesahan	v
Biodata Peneliti	vi
Kata Pengantar	vii
Intisari	x
Abstrack	xi
Daftar Isi.....	xii
Daftar Tabel	xiv
Daftar Gambar.....	xv
Daftar Lampiran	xvi

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang	1
B. Perumusan Masalah	4
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	5

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep <i>Congestive Heart Failure</i>	7
B. Konsep Dyspnea Pada CHF	20
C. Konsep Kualitas Tidur	22
D. Konsep Latihan Nafas Dalam (<i>Deep Breathing Exercise</i>)	27
E. Konsep Asuhan Keperawatan Pada CHF.....	31

BAB III METODE

A. Metode.....	45
B. Strategi Pencarian Literature.....	46
C. Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	46
D. Definisi Oeprasional.....	52
E. Seleksi Studi dan Penilaian Kualitas.....	53
F. Jalannya Penelitian.....	54

BAB IV HASIL ANALISA DAN PEMBAHASAN

A. Hasil dan Analisa	56
B. Pembahasan.....	72

BAB V PENUTUP

A. Kesimpulan	77
B. Saran.....	77

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi CHF Menurut NYHA	14
Tabel 2.2 Klasifikasi Dyspnea	20
Tabel 2.3 Instrumen Pengukuran Dyspnea	21
Tabel 2.2 Diagnosa Keperawatan Pada Pasien CHF dengan Gangguan Pernafasan (Pertukaran Gas) dan Gangguan Tidur.....	38
Tabel 3.1 Kriteria Inklusi dan Eksklusi.....	47
Tabel 3.2 <i>Appraisal Checklis</i>	48
Tabel 4.1 Penilaian Skor RAC (<i>Research Appraisal Checklis</i>).....	57
Tabel 4.2 Analisis Data.....	58

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Jantung	8
Gambar 2.2 <i>Pathway</i>	12
Gambar 3.1 <i>Flow Gram</i>	53

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Tabulasi RAC Jurnal

Lampiran 2 Lembar Konsul