

ABSTRAK

EFEKTIVITAS PENERAPAN *DEEP BREATHING EXERCISE* UNTUK MENGURANGI SESAK NAPAS PADA PASIEN *CONGESTIVE HEART FAILURE* DI RUANG IGD RS IBNU SINA YW-UMI MAKASSAR

(Pryta Nurindah Rahman)¹, (Safruddin², Rahmat Hidayat³, Fitria⁴) Profesi Ners,
Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia Makassar
Departemen Gawat Darurat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim
Indonesia Makassar

Latar Belakang : Gagal jantung kongestif atau *Congestive Heart Failure* adalah ketidakdekuatan jantung dalam memompa darah yang kaya oksigen sehingga kebutuhan tubuh tidak terpenuhi secara menyeluruh. Sehingga munculnya masalah pola napas tidak efektif oleh sebab itu perlunya pemberian terapi baik secara farmakologi maupun non farmakologi. Salah satu teknik yang diberikan ialah terapi *Deep Breathing Exercise*. *Deep Breathing Exercise* adalah teknik pernapasan yang melibatkan pengambilan napas dalam dan perlahan, yang bertujuan untuk meningkatkan kapasitas paru-paru dan memfasilitasi pertukaran gas. Terapi ini dapat membantu pasien menurunkan sesak napas terutama pada pasien *Congestive Heart Failure*. Kajian utama dari masalah yang akan dijadikan titik acuan dalam penyusunan laporan Kian ini, yang menjadi fokus ialah terapi *Deep Breathing Exercise* pada pasien CHF dengan masalah keperawatan pola napas tidak efektif.

Tujuan : Untuk mengetahui Efektivitas Penerapan *Deep Breathing Exercise* untuk mengurangi sesak napas pada pasien *Congestive Heart Failure* Di Ruang IGD RS IBNU SINA YW-UMI

Metode : Studi Kasus yang mengkaji suatu masalah atau temuan yang spesifik. Fokus penelitian ini dilakukan pada 1 pasien yaitu Tn.C yang mengalami masalah keperawatan berupa pola napas tidak efektif.

Hasil : Setelah diberikan asuhan keperawatan dengan intervensi beri terapi nonfarmakologi yaitu pemberian terapi reaksasi napas dalam selama 1x10 menit pada pasien dengan masalah CHF. Berdasarkan data yang telah dikemukakan, menurut WHO pernapasan normal pada orang dewasa yaitu : 12-20 x/menit, dan normal saturasi oksigen yaitu : 95-100%.

Kesimpulan : Terapi Non farmakologi *Deep Breathing Exercise* ini efektif untuk mengurangi sesak napas pada pasien CHF. Dilihat dari, Pre dan Post berikan terapi *Deep Breathing Exercise* pada frekuensi napas untuk prenya yaitu : 28x/m dan postnya yaitu : 24x/m

Kata Kunci : *Congestive Heart Failure*, Terapi *Deep Breathing Exercise*, Pola Napas.

ABSTRACT

EFFECTIVENESS OF APPLYING DEEP BREATHING EXERCISE TO REDUCE BREATHING IN CONGESTIVE HEART FAILURE PATIENT IN ROOM IGD RS IBNU SINA YW-UMI MAKASSAR

*(Pryta Nurindah Rahman ¹, Safruddin, Rahmat Hidayat³, Fitria ⁴) Profession
Ners, Faculty of Public Health, Muslim University of Indonesia Makassar
Department of Emergency, Faculty of Public Health, Faculty of Muslim
University of Indonesia Makassar*

Background: Congestive Heart Failure is a cardiac insufficiency in pumping oxygen-rich blood so that the body's needs are not met completely. So the emergence of breath pattern problems is not effective, therefore the need for both pharmacological and non-pharmacological therapy is one of the techniques given is Deep Breathing Exercise therapy. Deep Breathing Exercise is a breathing technique that involves taking deep and slow breaths, which aims to increase lung capacity and facilitate gas exchange. This therapy can help patients lower shortness of breath, especially in Congestive Heart Failure patients. The main study of the problems that will be used as reference points in the preparation of the Kian report, which is the focus of Deep Breathing Exercise therapy in CHF patients with ineffective breath pattern care problems.

Objective: To find out the Effectiveness of Implementing Deep Breathing Exercise to reduce shortness of breath in Congestive Heart Failure patients in room IGD RS IBNU SINA YW-UMI

Method : Case Study that examines a specific problem or finding. The focus of this study was on 1 patient, namely Mr.C, who experienced nursing problems in the form of an ineffective breathing pattern.

Result: After being given nursing care with nonpharmacological therapy intervention, which is the provision of 1x10 minutes of deep breath reaction therapy in patients with CHF problems. According to WHO data, adult respiration is normal: 12-20 x/min, and oxygen saturation is normal: 95-100%.

Conclusion: This Nonpharmacological Deep Breathing Exercise therapy is effective in reducing shortness of breath in CHF patients. Seen from, the dand Post gave Deep Breathing Exercise therapy at the breathing frequency for the pre: 28x/m and the post was: 24x/m

Keywords: Congestive Heart Failure, Deep Breathing Exercise Therapy, Breathing Pattern.