

## **PENERAPAN PEMBERIAN POSISI SEMI FOWLER TERHADAP KUALITAS TIDUR PASIEN CONGESTIVE GAGAL JANTUNG**

## **IMPLEMENTATION OF SEMI FOWLER POSITION ON SLEEP QUALITY OF CONGESTIVE HEART FAILURE PATIENTS**

**Winda Asmara<sup>1</sup>, Senja Atika Sari<sup>2</sup>, Nury Luthfiyatil Fitri<sup>3</sup>**

<sup>1</sup>Mahasiswa Akademi Keperawatan Dharma Wacana Metro

<sup>2,3</sup>Dosen Akademi Keperawatan Dharma Wacana Metro

Email: [windaasmara61@gmail.com](mailto:windaasmara61@gmail.com)

### **ABSTRAK**

CHF (*Congestive Heart Failure*) atau gagal jantung adalah ketidakmampuan jantung untuk memompa darah dalam jumlah cukup untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi jaringan. Penderita gagal jantung identik dengan pernafasan cepat, dangkal, dan kesulitan mendapatkan udara yang cukup. Penderita akan sering terbangun tengah malam karena mengalami nafas pendek yang hebat dikarenakan perpindahan cairan dari jaringan ke dalam kompartemen intravascular akibat posisi terlentang ketika berbaring, sehingga muncul keluhan kesulitan untuk tidur. Hal ini yang menyebabkan pasien mengalami gangguan kualitas tidur. Penatalaksanaan yang akan diterapkan penulis pada karya tulis ilmiah ini yaitu pemberian posisi semi fowler. Rancangan karya tulis ilmiah ini menggunakan desain studi kasus (*case study*). Subyek yang digunakan yaitu pasien gagal jantung dengan gangguan kualitas tidur. Analisa data dilakukan menggunakan analisis deskriptif. Hasil penerapan menunjukkan bahwa setelah dilakukan penerapan pemberian posisi semi fowler selama 5 hari, terjadi peningkatan kualitas tidur pada pasien gagal jantung. Bagi keluarga pasien gagal jantung dengan gangguan kualitas tidur hendaknya dapat melakukan pemberian posisi semi fowler secara mandiri untuk meningkatkan kualitas tidur. Kesimpulan: Penerapan pemberian posisi semi fowler pada pasien gagal jantung mampu meningkatkan kualitas tidur.

**Kata Kunci:** Gagal Jantung, Kualitas Tidur, Posisi Semi Fowler.

### **ABSTRACT**

CHF (*Congestive Heart Failure*) or heart failure is the inability of the heart to pump enough blood to meet the tissue's oxygen and nutrient needs. Patients with heart failure are synonymous with rapid, shallow breathing, and difficulty getting enough air. Patients will often wake up in the middle of the night due to experiencing severe shortness of breath due to the displacement of fluid from the tissue into the intravascular compartment due to the supine position when lying down, resulting in complaints of difficulty sleeping. This causes the patient to experience sleep quality disturbances. The management that the author will apply in this scientific paper is the provision of a semi-fowler position. The design of this scientific paper uses a case study design. The subjects used were heart failure patients with sleep quality disturbances. Data analysis was performed using descriptive analysis. The results showed that after the application of the semi-fowler position for 5 days, there was an increase in the quality of sleep in patients with heart failure. Families of heart failure patients with sleep quality disturbances should be able to provide semi-fowler positions independently to improve sleep quality.

**Keywords** : Heart Failure, Sleep Quality, Semi Fowler Position.

## PENDAHULUAN

Gagal jantung adalah suatu sindrom kompleks yang terjadi akibat gangguan jantung yang merusak kemampuan ventrikel untuk mengisi dan memompa darah secara efektif<sup>1</sup>. Menurut *American Heart Association* (AHA) penyakit jantung koroner menjadi No. 1 penyebab kematian di Amerika Serikat. Penyakit jantung koroner menyumbang sekitar 13% dari kematian di Amerika Serikat pada tahun 2016 yaitu dengan 363.452 kematian<sup>2</sup>.

Berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 prevalensi penyakit jantung di Indonesia yaitu 1.5%. Sedangkan prevalensi penyakit jantung di Provinsi Lampung yaitu 1.2%<sup>3</sup>. Berdasarkan data *medical record* di Rumah Sakit Umum Daerah (RSUD) Jend. Ahmad Yani Metro pada tahun 2019, kasus gagal jantung menempati urutan ke-8 dari 10 penyakit besar yang ada di Ruang Penyakit Dalam C dengan 69 penderita<sup>4</sup>.

Gagal jantung memiliki tanda dan gejala yang penting, yaitu sesak nafas, batuk, mudah lelah, disfungsi ventrikel, dan kegelisahan yang diakibatkan oleh gangguan oksigenisasi. Penderita gagal jantung identik dengan pernafasan cepat,

dangkal, dan kesulitan mendapatkan udara yang cukup. Penderita akan sering terbangun tengah malam karena mengalami nafas pendek yang hebat dikarenakan perpindahan cairan dari jaringan ke dalam kompartemen intravascular akibat posisi terlentang ketika berbaring, sehingga muncul keluhan kesulitan untuk tidur<sup>5</sup>.

Gangguan tidur adalah suatu kondisi yang jika tidak diobati, umumnya menyebabkan tidur terganggu yang menghasilkan salah satu masalah insomnia yaitu gerakan abnormal atau sensasi saat tidur atau terbangun di malam hari, atau kantuk yang berlebihan di siang hari. Pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidur sangat penting bagi orang yang sedang sakit. Apabila pemenuhan istirahat dan tidur tersebut tercukupi, maka jumlah energi yang diharapkan untuk memulihkan status kesehatan dan mempertahankan metabolisme tubuh terpenuhi. Tidur juga bertujuan untuk restorasi sel. Restorasi sel-sel tubuh merupakan salah satu teori yang dikemukakan oleh para ilmuwan untuk menjelaskan sebab atau tujuan manusia harus tidur. Teori ini menerangkan bahwa tidur diperlukan untuk mengisi ulang pikiran dan

perbaiki tubuh yang dihabiskan selama seseorang dalam keadaan aktif<sup>6</sup>.

Menurut Dr.Susan dari Case Western Reserve yang merupakan salah seorang peneliti senior mengatakan bahwa dokter ahli jantung perlu memberikan perhatian khusus terhadap pasien yang mengalami gangguan tidur. Perhatian khusus yang dimaksud adalah dalam hal pengaturan posisi. Hal ini sangat penting untuk dilakukan pada penderita gagal jantung kongestif. Pengaturan posisi adalah salah satu upaya yang dilakukan untuk menghindari dan meminimal terjadinya masalah kesehatan baru pada penderita gagal jantung yang sedang menjalani pengobatan. Selain itu, Pengaturan posisi bertujuan untuk memperbaiki kualitas tidur<sup>7</sup>.

Pengaturan posisi tidur yang baik pada pasien gagal jantung yaitu posisi semi fowler. Posisi semi fowler merupakan posisi dengan setengah duduk, di mana bagian kepala tempat tidur lebih tinggi<sup>8</sup>. Posisi tidur semi fowler dengan sudut 45° menghasilkan kualitas tidur yang lebih baik bagi pasien dengan gangguan jantung karena posisi semi fowler akan mempengaruhi keadaan curah jantung dan pengembangan rongga paru-paru pasien, sehingga sesak nafas berkurang dan akan mengoptimalkan kualitas tidur

pasien. Pengembangan rongga dada dan paruparu akan menyebabkan asupan oksigen membaik, sehingga proses respirasi akan kembali normal<sup>5</sup>.

Tujuan penerapan pemberian posisi semi fowler adalah untuk mengatasi masalah keperawatan gangguan pola tidur pada pasien gagal jantung.

## **METODE**

Desain karya tulis ilmiah ini menggunakan desain stadi kasus (*case study*). Subyek yang digunakan dalam studi kasus yaitu dengan pasien gagal jantung yang terdiri dari 1 pasien yang mengalami masalah keperawatan gangguan pola tidur. Instrumen yang digunakan dalam pengumpulan data menggunakan lembar observasi dan standar operasional prosedur (SOP) dalam melakukan pemberian posisi semi fowler. Pengkajian pengukuran kualitas tidur mengacu pada Pengukuran kualitas tidur PSQI (*Pittsburgh Sleep Quality Index*).

## **HASIL**

Gambaran karakteristik subyek penerapan yang didapatkan pada saat pengkajian sesuai dengan tahapan rencana penerapan adalah sebagai berikut:

**Tabel 1 Gambaran Subyek Penerapan**

Data	Keterangan
Nama	Ny. L
Usia	57 tahun
Pendidikan	SMA
Pekerjaan	Ibu Rumah Tangga
Agama	Islam
Riwayat kesehatan sebelumnya	Klien mengatakan mempunyai riwayat penyakit hipertensi sejak 10 tahun yang lalu, klien mengatakan sudah mengalami menopause sejak 4 tahun yang lalu dan klien mengatakan di diagnosa menderita gagal jantung sejak kurang lebih 6 bulan yang lalu.
Keluhan saat ini	Klien mengatakan sejak 2 hari yang lalu di rawat di rumah sakit dengan keluhan sesak dan sulit tidur. Klien mengatakan sulit tidur karena merasa sesak saat berbaring ditempat tidur. Klien mengatakan stres karena sudah 2 hari ini tidak dapat atau sulit untuk tidur
TTV	TD : 150/90 mmHg, RR: 28 x/menit, Nadi: 92 x/menit, dan Suhu 36.7 °C.

Adapun hasil pengkajian kualitas tidur pada subyek (Ny. L) dapat dilihat pada tabel di bawah ini:

**Tabel 2 Kualitas Tidur Sebelum dan Setelah Penerapan Pemberian Posisi Semi Fowler**

Kualitas Tidur Subyek (Ny. L)					
Hari ke-1		Hari ke-2	Hari ke-3	Hari ke-4	Hari ke-5
Pre	Post	Pre	Post	Pre	Post
11 (Kualitas)	10 (Kualitas tidur)	9 (Kualitas tidur)	8 (Kualitas tidur)	6 (Kualitas tidur)	4 (Kualitas tidur)

tidur buruk)	buruk)	buruk)	buruk)	buruk)	baik)
-----------------	--------	--------	--------	--------	-------

**PEMBAHASAN**

Gagal jantung adalah suatu sindrom kompleks yang terjadi akibat gangguan jantung yang merusak kemampuan ventrikel untuk mengisi dan memompa darah secara efektif<sup>1</sup>.

Gagal jantung memiliki tanda dan gejala yang penting, yaitu sesak nafas, batuk, mudah lelah, disfungsi ventrikel, dan kegelisahan yang diakibatkan oleh gangguan oksigenisasi. Penderita gagal jantung identik dengan pernafasan cepat, dangkal, dan kesulitan mendapatkan udara yang cukup. Penderita akan sering terbangun tengah malam karena mengalami nafas pendek yang hebat dikarenakan perpindahan cairan dari jaringan ke dalam kompartemen intravascular akibat posisi terlentang ketika berbaring, sehingga muncul keluhan kesulitan untuk tidur<sup>5</sup>.

Gangguan tidur adalah suatu kondisi yang jika tidak diobati, umumnya menyebabkan tidur terganggu yang menghasilkan salah satu masalah insomnia yaitu gerakan abnormal atau sensasi saat tidur atau terbangun di

malam hari, atau kantuk yang berlebihan di siang hari. Pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidur sangat penting bagi orang yang sedang sakit. Apabila pemenuhan istirahat dan tidur tersebut tercukupi, maka jumlah energi yang diharapkan untuk memulihkan status kesehatan dan mempertahankan metabolisme tubuh terpenuhi. Tidur juga bertujuan untuk restorasi sel. Restorasi sel-sel tubuh merupakan salah satu teori yang dikemukakan oleh para ilmuwan untuk menjelaskan sebab atau tujuan manusia harus tidur. Teori ini menerangkan bahwa tidur diperlukan untuk mengisi ulang pikiran dan perbaikan tubuh yang dihabiskan selama seseorang dalam keadaan aktif<sup>6</sup>.

Menurut Dr.Susan dari Case Western Reserve yang merupakan salah seorang peneliti senior mengatakan bahwa dokter ahli jantung perlu memberikan perhatian khusus terhadap pasien yang mengalami gangguan tidur. Perhatian khusus yang dimaksud adalah dalam hal pengaturan posisi. Hal ini sangat penting untuk dilakukan pada penderita gagal jantung kongestif. Pengaturan posisi adalah salah satu upaya yang dilakukan untuk menghindari dan meminimal terjadinya masalah kesehatan baru pada penderita gagal jantung yang sedang menjalani pengobatan. Selain itu,

Pengaturan posisi bertujuan untuk memperbaiki kualitas tidur<sup>7</sup>.

Hasil penerapan pemberian posisi semi fowler pasien gagal jantung menunjukkan bahwa setelah dilakukan intervensi selama 5 hari menunjukkan bahwa kualitas tidur pada subyek (Ny. L) mengalami peningkatan dari kualitas tidur buruk skor PSQI 11 menjadi kualitas tidur baik skor PSQI 4.

Posisi semi fowler merupakan posisi dengan setengah duduk, di mana bagian kepala tempat tidur lebih tinggi<sup>8</sup>. Posisi tidur semi fowler dengan sudut 45° menghasilkan kualitas tidur yang lebih baik bagi pasien dengan gangguan jantung karena posisi semi fowler akan mempengaruhi keadaan curah jantung dan pengembangan rongga paru-paru pasien, sehingga sesak nafas berkurang dan akan mengoptimalkan kualitas tidur pasien. Pengembangan rongga dada dan paruparu akan menyebabkan asupan oksigen membaik, sehingga proses respirasi akan kembali normal<sup>5</sup>.

Hasil penerapan ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ananda, Badar & Norma (2019) tentang pengaruh posisi semi fowler 45° terhadap kualitas tidur pada pasien *congestive heart failure*, menunjukkan

bahwa terdapat perubahan kualitas tidur pada pasien gagal jantung congestive setelah diberikan posisi semi fowler 45° pada kelompok intervensi dengan nilai  $p = 0,001$  <sup>9</sup>.

Penelitian lain dilakukan oleh Indrawati & Nuryanti (2018) tentang hubungan posisi tidur dengan kualitas tidur pasien *congestive heart failure*, menunjukkan bahwa ada hubungan antara posisi tidur dengan kualitas tidur pasien CHF dengan nilai  $p$  value sebesar 0.006<sup>10</sup>.

Penelitian yang sama dilakukan oleh Shahab, Fauzan & Budiharto (2016) pengaruh posisi tidur semi fowler 45° terhadap kualitas tidur pasien gagal jantung di ruang ICCU RSUD dr. Soedarso Pontianak, menunjukkan bahwa terdapat perubahan kualitas tidur pasien gagal jantung setelah diberikan posisi semi fowler 45° dengan nilai  $p$  value sebesar 0.000<sup>5</sup>.

Berdasarkan hasil penerapan diatas menurut analisa penulis pemberian posisi semi fowler dapat membantu meningkatkan kualitas tidur pada pasien dengan gagal jantung, dikarenakan manfaat posisi semi fowler akan mempengaruhi keadaan curah jantung dan pengembangan rongga paru-paru pasien, sehingga sesak nafas berkurang

dan akan mengoptimalkan kualitas tidur pasien.

## KESIMPULAN

Penerapan pemberian posisi semi fowler pada pasien gagal jantung mampu meningkatkan kualitas tidur.

## DAFTAR PUSTAKA

1. LeMone, P., Burke, KM & Bauldoff, G. (2015). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Volume 3*. Alih Bahasa: Subekti, B N. Jakarta: EGC.
2. AHA. (2019). *Heart Disease and Stroke Statistics-2019 At-a-Glance*. American Heart Association Research.
3. Kemenkes RI. (2018). *Hasil Utama Riskesdas 2018*. Kementerian Kesehatan RI. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.
4. Medikal Record RSUD Jend. Ahmad Yani Metro. (2019). *10 Besar Penyakit di Ruang Penyakit Dalam C RSUD Jend. Ahmad Yani Metro*.
5. Shahab, S., Fauzan, S & Budiharto, I. (2016). *Pengaruh Posisi Tidur Semi Fowler 45 Terhadap Kualitas Tidur Pasien Gagal Jantung Di Ruang ICCU RSUD dr. Soedarso Pontianak*. Jurnal ProNers, 3(1).
6. Potter, P A & Perry, A G. (2010). *Fundamentals of Nursing Fundamental Keperawatan Buku 3*. alih Bahasa: Nggie, A F & Albar, M. Jakarta: Salemba Medika.

7. Indrawati, L., & Nuryanti, L. (2018). *Hubungan Posisi Tidur Dengan Kualitas Tidur Pasien Congestive Heart Failure*. *Jurnal Kesehatan Budi Luhur: Jurnal Ilmu-Ilmu Kesehatan Masyarakat, Keperawatan, dan Kebidanan*, 11(2), 401-410.
8. Hidayat, A.A.A & Uliyah, M. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Dasar*. Jakarta: Salemba Medika.
9. Ananda, A. D., Badar & Norma, N. (2019). *Pengaruh Posisi Semi Fowler 45° Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Congestive Heart Failure Di Ruang Intensive Coronary Care Unit (ICCU) Rumah Sakit Abdul Wahab Sjahrani*.