

BAB IV

TEHNIK PENCARIAN JURNAL DAN ANALISIS JURNAL

A. Cara Mencari Jurnal

Pencarian artikel dengan kata kunci “intervensi *deep breathing exercise* dalam menurunkan *dyspnea*” menggunakan filter rentang waktu 2019-2023 menggunakan bahasa Indonesia. Setelah itu didapatkan 5 artikel kemudian di pilih berdasarkan frekuensi dan keefektivan intervensi dalam menurunkan *dyspnea* pada pasien *Congestive Heart Failure* (CHF).

B. Resume Jurnal

1. Informasi Jurnal

a. Judul Artikel

Deep Breathing Exercise Terhadap Tingkat Dypnea Pada Gagal Jantung di Rumah Sakit Wilayah Depok

b. Nama penulis

Mardhiyatul Jamilah, Mutarobin

c. Waktu dan tempat penelitian

Penelitian dilaksanakan bulan Juni 2022 di RSUD Kota Depok dan RS Jantung Diagram.

d. Populasi dan sampel penelitian

Populasi penelitian ini yaitu 34 responden dengan pasien gagal jantung klasifikasi kelas II dan III yang mengalami *dyspnea*.

2. Resume IMRAD

a. Introduction

Gagal jantung mempunyai gejala umum berupa adanya *dyspnea*. *Dyspnea* merupakan sensasi subjektif berupa kesulitan atau ketidaknyamanan seseorang dalam bernapas. *Dyspnea* sendiri merupakan manifestasi klinis dari gagal jantung akibat dari kurangnya suplai oksigen, dimana penderita merasakan ketidaknyamanan dalam bernapas. *Dyspnea* terjadi akibat pasokan oksigen berkurang karena penumpukan cairan di alveoli. *Dyspnea* mengakibatkan penurunan

kadar oksigenasi jaringan dan produksi energi yang berkurang berdampak pada kegiatan sehari-hari dan menurunnya kualitas hidup pasien. Oleh karena itu memerlukan upaya untuk mengontrol gejala pasien gagal jantung dapat dilakukan dengan manajemen non farmakologi *deep breathing exercise* untuk meningkatkan pertukaran udara menjadi teratur dan efektif, mengendurkan otot, meminimalkan kerja pernapasan, meningkatkan pengembangan alveoli dan mengurangi kecemasan dengan mengurangi jumlah hormon adrenalin yang dialirkan pada sistem tubuh sehingga pikiran menjadi lebih rileks dan terbuka.

b. Method

Desain penelitian yang digunakan adalah quasi experiment dengan rancangan *One Groups Pretest-Posttest Design* yaitu desain penelitian yang terdapat *pretest* sebelum diberi perlakuan dan *posttest* setelah perlakuan menggunakan teknik random sampling.

c. Result

Hasil penelitian menunjukkan setelah penerapan *deep breathing exercise* pada pasien gagal jantung klasifikasi kelas II dan III sebanyak 15 kali yang dilakukan selama 3 kali dalam 3 hari ditemukan adanya pengaruh pemberian *deep breathing exercise* dalam menurunkan tingkat *dyspnea* pasien gagal jantung. Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat sesak napas dengan *modified borg scale* pada kelompok intervensi sebelum dilakukan intervensi mempunyai tingkat sesak paling banyak yang dialami responden, yaitu vigorous activity (7-8) dan very hard activity (9) dengan masing-masing responden berjumlah 9 responden (52,9%) dan 6 responden (35.3%). Setelah dilakukan intervensi, didapatkan bahwa tingkat sesak yang paling banyak dialami responden, yaitu light activity (2-3) dan moderate activity (4-6) masing-masing berjumlah 6 responden (35.3%).

d. Discussion

Pemberian *deep breathing exercise* pada penelitian ini menunjukkan adanya perubahan penurunan gejala *dyspneu*. Pemberian

latihan napas dalam sebagai tindakan keperawatan yang melatih otot diafragma dengan lambat dan dalam, menimbulkan gerakan pada perut yang terangkat secara perlahan dan dada mengembang sepenuhnya untuk memperbaiki oksigenasi, meredakan kecemasan, memperlambat laju pernapasan dan mengurangi kerja pernapasan.

Pola pernapasan yang berirama teratur dan lambat mampu untuk mengendalikan gejala sesak napas. Sehingga hal tersebut akan menghasilkan pengembangan paru yang optimal.

C. Rencana Aplikasi Jurnal

1. Cara penerapan intervensi *deep breathing exercise*

Penerapan intervensi non farmakologo *deep breathing exercise* pada pasien dengan congestive heart failure dilakukan sebanyak 15 kali selama 3 kali sehari dalam waktu 3 hari.

2. Standar Operasional Prosedur *Deep Breathing Exercise*

Tabel 4. 1 SOP *deep breathing exercise*

SOP <i>Deep Breathing Exercise</i>	
Definisi	<i>Deep breathing exercise</i> ialah teknik pernapasan dengan menggunakan otot diafragma yang dilakukan secara perlahan dan dalam serta dada mengembang secara penuh.
Tujuan	<ol style="list-style-type: none"> a. Terkontrolnya ventilasi sehingga menurunkan kerja pernapasan. b. Relaksasi otot dan mengurangi kecemasan. c. Mengatur pola pernapasan agar menjadi efektif d. Mencegah adanya udara yang terperangkap
Indikasi dan Kontraindikasi	<ol style="list-style-type: none"> a. Indikasi Pasien dengan diagnosa gagal jantung derajat II dan III di ruang ranap. b. Kontraindikasi Pasien dengan kondisi sistemik berat, perubahan status mental, hambatan komunikasi, dan pasien rawat jalan.
Prosedur	<p>Tahap Preinteraksi Persiapan alat :</p> <ol style="list-style-type: none"> 1) Bantal 2) Tempat tidur dengan posisi 30-40° <p>Tahap Orientasi</p>

Persiapan klien :

- 1) Mengucapkan salam
- 2) Melakukan identifikasi pasien
- 3) Menyampaikan topik dan tujuan tindakan, kontrak waktu kegiatan, dan tempat.
- 4) Menjaga privacy pasien

Tahap Kerja

- 1) Melakukan cuci tangan 6 langkah
- 2) Memastikan pasien tidak dalam kondisi sistemik berat, perubahan status mental, hambatan komunikasi.
- 3) Memeriksa RR dan Saturasi oksigen.
- 4) Mengatur posisi klien berbaring di atas tempat tidur dengan posisi semi fowler 30-40°.
- 5) Memosisikan pasien dengan nyaman.
- 6) Jika pasien sedang mengalami batuk atau terdapat sekret lakukan batuk efektif :
 - a) Menarik napas dalam secara perlahan melalui hidung dan mulut
 - b) Tahan selama 5 detik.
 - c) Kemudian minta pasien untuk batuk dengan hentakan yang lembut.
- 7) Minta pasien untuk menarik napas melalui hidung dan mulut sampai paru-paru mengembang maksimal.
- 8) Menahan napas selama 6 detik lalu hembuskan melalui mulut selama 4 detik dengan bibir dikatupkan.
- 9) Minta pasien untuk melakukan secara mandiri 3 siklus dengan 1 siklus 5 kali tarik napas yang dilakukan 3 kali dalam 3 hari.
- 10) Melakukan monitoring toleransi kemampuan dan status pernapasan.
- 11) Merapikan pasien dan alat.
- 12) Mencuci tangan 6 langkah.

Tahap Terminasi

- 1) Memberikan reinforcement positif
- 2) Melakukan evaluasi setelah pemberian intervensi *deep breathing exercise*.
- 3) Memberikan kesempatan untuk bertanya.
- 4) Kontra waktu kegiatan selanjutnya.
- 5) Melaksanakan dokumentasi kegiatan.

Sumber : (Jamilah & Mutarobin, 2023; Satriani et al., 2023)

3. Penilaian hasil intervensi

a. Skala Borg

Tabel 4. 2 Skala borg

No	Skala	Interpretasi
1	0-1	Sangat Ringan
2	2-3	Ringan
3	4-6	Sedang
4	7-8	Kuat
5	9	Sangat Kuat
6	10	Maximal Effort

Sumber : (Jamilah & Mutarobin, 2023)

b. Lembar Observasi

Hasil Pengukuran Status Pernapasan

Nama :
 Usia :
 Jenis Kelamin :
 Pendidikan :
 Pekerjaan :

Tabel 4. 3 Lembar observasi

Hari/ Tanggal/ Waktu	Pre	Post

c. Hasil/Outcome yang Dinilai

Setelah diberikan selama 3 hari diberikan terapi *deep breathing exercise* dapat menurunkan tingkat *dyspnea* pada pasien *Congestive Heart Failure* (CHF).