

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM DENGAN NYERI AKUT
PADA PASIEN *CONGESTIVE HEART FAILURE* DI RUMAH SAKIT UMUM
Dr. FERDINAND LUMBAN TOBING SIBOLGA
TAHUN 2025**



**THERESIA MANULANG
NIM. P07520522030**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI DIII KEPERAWATAN TAPANULI TENGAH
TAHUN 2025**

KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM DENGAN NYERI AKUT
PADA PASIEN *CONGESTIVE HEART FAILURE* DI RUMAH SAKIT UMUM
Dr. FERDINAND LUMBAN TOBING SIBOLGA
TAHUN 2025**



**THERESIA MANULANG
NIM. P07520522030**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI DIII KEPERAWATAN TAPANULI TENGAH
TAHUN 2025**

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM DENGAN NYERI
AKUT PADA PASIEN *CONGESTIVE HEART FAILURE* DI RUMAH
SAKIT UMUM Dr. FERDINAND LUMBAN TOBING SIBOLGA
TAHUN 2025**

Karya Tulis Ilmiah

Sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi
dan memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan (A.Md.Kep)
pada Program Studi D-III Keperawatan Tapanuli Tengah Jurusan Keperawatan
Kemenkes Poltekkes Medan



**THERESIA MANULANG
P07520522030**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI DIII KEPERAWATAN TAPANULI TENGAH
TAHUN 2025**

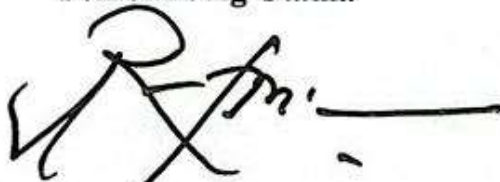
KARYA TULIS ILMIAH

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM DENGAN NYERI AKUT
PADA PASIEN *CONGESTIVE HEART FAILURE* DI RUMAH SAKIT UMUM
Dr. FERDINAND LUMBAN TOBING SIBOLGA
TAHUN 2025**

Diusulkan oleh :
Theresia Manulang
P07520522030

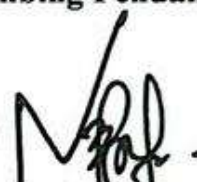
Telah disetujui di Prodi DIII Keperawatan Tapanuli Tengah
Pada tanggal 20 Mei 2025

Pembimbing Utama



Ramlan Nasution, SKM., M.Kes
NIDN. 4009076502

Pembimbing Pendamping



Yusniar, SK.M., M.KM
NIDN. 4014097801

**Ketua Prodi DIII Keperawatan Tapanuli Tengah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan**



Ns. Tiur Rumatua Sitohang, S.Kep., M.Kep
NIP. 1983091320092003

KARYA TULIS ILMIAH
PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM DENGAN NYERI AKUT
PADA PASIEN *CONGESTIVE HEART FAILURE* DI RUMAH SAKIT UMUM
Dr. FERDINAND LUMBAN TOBING SIBOLGA
TAHUN 2025

Telah dipersiapkan dan disusun oleh

Theresia Manulang
P07520522030

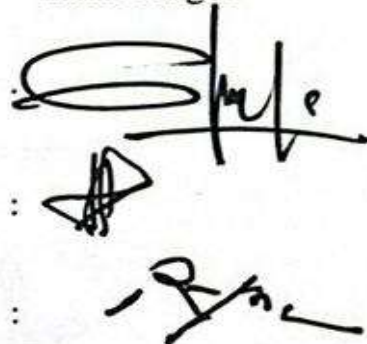
Telah dipertahankan di depan Tim
Penguji pada tanggal 20 Mei 2025

1. Ketua Penguji : Ganti Tua, S.Kep., Ns. M.PH

2. Penguji I : Ns. Tiur Romatua Sitohang, S.Kep, M. Kep :

3. Penguji II : Ramlan Nasution S.KM, M.KM :

Tanda Tangan



Pandan, 05 Juni 2025

Mengetahui:
Ketua Prodi D III Keperawatan Tapanuli Tengah
Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan



Ns. Tiur Romatua Sitohang, S.Kep.M.Kep
NIP. 1983091320092003

PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya :

Nama : Theresia Manulang
NIM : P07520522030
Program Studi : Diploma III
Jurusan : Keperawatan
Perguruan Tinggi : Poltekkes Kemenkes Medan

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam penulisan Karyatulis ilmiah saya yang berjudul:

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM DENGAN NYERI AKUT
PADA PASIEN *CONGESTIVE HEART FAILURE* DI RUMAH SAKIT UMUM
Dr. FERDINAND LUMBAN TOBING SIBOLGA
TAHUN 2025**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan ketentuan yang berlaku. Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Pandan, 05 Juni 2025

Penulis,



**THERESIA MANULANG
NIM. P07520522030**



BIODATA PENULIS

Nama : Theresia Manulang
Tempat/Tgl lahir : Perawang, 25 November 2002
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Kristen Protestan
Alamat Rumah : Andam dewi
No.Hp : 082160654589

RIWAYAT PENDIDIKAN

1. SD : SDN 015 Bukit Gajah Tahun 2015
2. SLTP : SMPN 2 Ukui Tahun 2018
3. SLTA : SMAN 1 Siak Hulu Tahun 2021

ABSTRAK

PENERAPAN TERAPI RELAKSASI NAFAS DALAM DENGAN NYERI AKUT PADA PASIEN *CONGESTIVE HEART FAILURE* DI RUMAH SAKIT UMUM Dr. FERDINAND LUMBAN TOBING SIBOLGA TAHUN 2025

Theresia Manulang*, Ramlan, Nasution**, Yusniar**

Kementrian Kesehatan Politeknik Kesehatan Medan

Email: reesyamn02@gmail.com

Latar Belakang dan Tujuan: *Congestive Heart Failure* adalah gagal jantung sindrom klinis yang terjadi akibat ketidakmampuan jantung memompa cukup darah ke seluruh tubuh sehingga kebutuhan oksigen dan nutrisi tidak terpenuhi secara menyeluruh. Salah satu gejala umum pada *Congestive Heart Failure* adalah nyeri dada disebabkan oleh ketidakseimbangan antara kebutuhan oksigen ke miokardium. Berdasarkan Hasil Survey Pendahuluan yang dilakukan peneliti di RSUD Dr. Ferdinand Lumban Tobing pada tanggal 25 Februari 2025 didapatkan data jumlah penderita *Congestive Heart Failure* pada tahun 2020 berjumlah 83 kasus, tahun 2021 berjumlah 59 kasus, tahun 2022 berjumlah 155 kasus, tahun 2023 berjumlah 158 kasus, tahun 2024 berjumlah 183 kasus. Pada tahun 2025 di Januari berjumlah 12 kasus. Menggambarkan penerapan terapi relaksasi nafas dalam untuk mengatasi masalah nyeri akut pada pasien *Congestive Heart Failure*.

Metode Studi Kasus : Jenis Penelitian ini adalah Kualitatif Deskriptif dengan metode pendekatan studi kasus dengan 2 responden *Congestive Heart Failure* dengan nyeri akut dan lokasi penelitian di RSUD Ferdinand Lumban Tobing Kota Sibolga Tahun 2025. Pengumpulan data dengan observasi langsung, pengukuran skala nyeri, catatan medis, catatan harian dan wawancara.

Hasil : Studi kasus menunjukkan klien 1 pada hari 1 setelah dilakukan terapi relaksasi nafas dalam didapatkan pengukuran skala nyeri sedang (6) pada hari ketujuh penurunan skala nyeri menjadi nyeri ringan (2). Pada klien 2 pada hari 1 setelah dilakukan terapi relaksasi nafas dalam didapatkan pengukuran skala nyeri sedang (5) pada hari ketujuh penurunan skala nyeri menjadi nyeri ringan (2).

Kesimpulan dan Saran : Nyeri akut pada pasien *Congestive Heart Failure* teratasi sebagian dengan penerapan terapi relaksasi nafas dalam yang dilakukan selama 7 hari. Diharapkan perawat dapat meningkatkan pelayanan pada klien *Congestive Heart Failure* dengan nyeri akut menggunakan penerapan terapi relaksasi nafas dalam.

Kata Kunci : Terapi Relaksasi Nafas Dalam, Nyeri akut, *Congestive Heart Failure*.

Literatur : 51 Literatur (2020-2025)

ABSTRACT
**APPLICATION OF DEEP BREATHING RELAXATION THERAPY FOR ACUTE
PAIN IN CONGESTIVE HEART FAILURE PATIENTS AT DR. FERDINAND
LUMBAN TOBING GENERAL HOSPITAL, SIBOLGA IN 2025**

Theresia Manulang*, Ramlan Nasution**, Yusniar**

Medan Health Polytechnic of The Ministry of Health

Email: reesyamn02@gmail.com

Background and Objectives: Congestive Heart Failure (CHF) is a clinical syndrome where the heart is unable to pump enough blood throughout the body, leading to an inadequate supply of oxygen and nutrients. One common symptom of CHF is chest pain, caused by an imbalance in myocardial oxygen demand. Based on a preliminary survey conducted by researchers at Dr. Ferdinand Lumban Tobing General Hospital on February 25th, 2025, the number of CHF patients was 83 in 2020, 59 in 2021, 155 in 2022, 158 in 2023, and 183 in 2024. In January 2025, there were 12 cases. This study aims to describe the application of deep breathing relaxation therapy to manage acute pain in Congestive Heart Failure patients.

Case Study Methods: This was a Qualitative Descriptive study using a case study approach with 2 respondents with Congestive Heart Failure and acute pain. The research was conducted at Dr. Ferdinand Lumban Tobing General Hospital, Sibolga City, in 2025. Data collection involved direct observation, pain scale measurement, medical records, daily notes, and interviews.

Results: The case study showed that for client 1, on day 1 after deep breathing relaxation therapy, the pain scale measurement was moderate (6), and by the seventh day, the pain scale decreased to mild (2). For client 2, on day 1 after deep breathing relaxation therapy, the pain scale measurement was moderate (5), and by the seventh day, the pain scale decreased to mild (2).

Conclusion and Recommendation: Acute pain in Congestive Heart Failure patients was partially resolved with the application of deep breathing relaxation therapy performed for 7 days. It is expected that nurses can improve services for CHF clients experiencing acute pain by implementing deep breathing relaxation therapy.

Keywords: Deep Breathing Relaxation Therapy, Acute Pain, Congestive Heart Failure

Literature: 51 Literatures (2020-2025)



CONFIRMED HAS BEEN TRANSLATED BY

:

*Language Laboratory of Medan Health Polytechnic of The
Ministry of Health*

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas Kuasa- Nya yang telah memberikan segala nikmat dan kesempatan sehingga penyusunan karya tulis ilmiah yang berjudul “Penerapan Relaksasi Nafas Dalam Dengan Nyeri Akut Pada Pasien *Congestive Heart Failure* Dirumah Sakit Umum Ferdinand Lumban Tobing Sibolga Tahun 2025” dapat terselesaikan.

Selanjutnya ucapan terima kasih yang tak terhingga saya sampaikan kepada Bapak Ramlan, SKM, M.Kes selaku pembimbing utama dan Ibu Yusniar, SKM., M. KM selaku pembimbing pendamping yang penuh kesabaran dan perhatiannya dalam memberikan bimbingan hingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan dengan baik.

Dengan terselesaikannya karya tulis ilmiah ini, perkenankan pula saya untuk mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S.SiT., M.Keb., selaku PLT Direktur Poltekkes Kemenkes RI Medan.
2. Ibu Dr.Amira Permatasari Tarigan, S.Kep., Ns.M.Kes selaku Ketua Jurusan Poltekkes Kemenkes Medan keperawatan.
3. Ibu Ns. Tiur Romatua Sitohang,S.Kep., M.Kep selaku Ketua Prodi DIII Keperawatan Tapanuli Tengah Poltekkes Kemenkes RI Medan sekaligus ibu anggota penguji I pada Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Ibu dr.Ivonna Hasfika, M.K.M. selaku Direktur Rumah Sakit Umum yang memberikan izin penelitian bagi peneliti di Rumah Sakit Umum Dr. Ferdinand Lumban Tobing.
5. Bapak Faisal, S.KM, M.KM selaku bapak ketua penguji atas ketersediaannya untuk menguji karya tulis ilmiah ini.
6. Ibu subjek penelitian yang telah bersedia menjadi responden penelitian karya tulis ilmiah.
7. Kepada Papa tercinta Ady Simanullang dan Mama tercinta Fitriana Saragi yang telah memberikan kasih sayang, doa dan dukungan pada setiap prosesnya. Peneliti mengucapkan syukur yang begitu luar biasa karena telah memperjuangkan peneliti hingga dapat menyelesaikan pendidikan ini. Kepada adik-adik kandung saya yang tercinta Johannes William Manullang, Ivana Tio Santa Manullang dan Theona Messi Manullang yang telah memberikan semangat pada peneliti.

8. Kepada diri saya sendiri, Theresia Manulang. Nama yang begitu indah dengan profesi yang mulia. Apresiasi sebesar-besarnya karena telah bertanggung jawab atas pilihan dan mampu menyelesaikannya. Doa dan usaha menjadi pondasi utama untuk menjalani tiap proses dalam pendidikan ini, banyak hal yang diluar kendali tetapi saya tetap bertahan.
9. Seluruh Bapak/ibu Dosen pengajar dan Staf Pegawai di Prodi DIII Keperawatan Tapanuli Tengah Poltekkes Kemenkes RI Medan yang telah memberi motivasi dan ilmu pengetahuan selama penulis menjadi mahasiswa Prodi DIII Keperawatan Tapanuli Tengah.

Penulis telah berusaha sebaik-baiknya untuk menyusun karya tulis ilmiah ini. Penulis tetap mengharapkan kritik dan saran dari pembaca untuk perbaikan karya tulis ilmiah ini. Semoga hasil penelitian ini dapat bermanfaat bagi peneliti dan pihak lain yang membutuhkan.

Pandan, 20 Mei 2025



THERESIA MANULANG

NIM. P07520522030

DAFTAR ISI

SAMPUL DALAM	i	
LEMBAR PERSETUJUAN	iii	
LEMBAR PENGESAHAN	iv	
PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	v	
BIODATA PENULIS	vi	
ABSTRAK	vii	
KATA PENGANTAR	ix	
DAFTAR ISI	xi	
DAFTAR TABEL	xiii	
DAFTAR GAMBAR	xiv	
DAFTAR SKEMA	xv	
DAFTAR LAMPIRAN	xvi	
BAB I PENDAHULUAN		
A. Latar Belakang.....	1	
B. Rumusan Masalah	4	
C. Tujuan Studi Kasus.....	4	
D. Manfaat Studi Kasus.....	5	
BAB II TINJAUAN KASUS		
A. Konsep Dasar Relaksasi Nafas Dalam	6	
1. Defenisi Relaksasi Nafas Dalam.....	6	
2. Jenis-jenis Relaksasi Nafas Dalam	6	
3. Faktor-faktor penyebab keterbatasan	7	
4. Manfaat melatih Relaksasi Nafas Dalam	7	
5. Evaluasi Terapi Relaksasi Nafas Dalam	8	
6. Standar Operasional Prosedure	9	
B. Konsep Nyeri Akut.....	10	
1. Defenisi Nyeri Akut.....	10	
2. Penyebab Nyeri Akut.....	10	
3. Tanda dan Gejala Nyeri Akut	10	
4. Penanganan nyeri akut.....	11	
5. Intensitas Skala Nyeri	12	
C. Konsep Dasar <i>Congestive Heart Failure</i>	13	
1. Defenisi <i>Congestive Heart Failure</i>	13	
2. Penyebab <i>Congestive Heart Failure</i>	14	
3. Patofisiologi <i>Congestive Heart Failure</i>	15	
4. Tanda dan Gejala <i>Congestive Heart Failure</i>	19	
5. Penanganan <i>Congestive Heart Failure</i>	20	
6. Perawatan pasien <i>Congestive Heart Failure</i>	22	
BAB III METODE STUDI KASUS		24
A. Rancangan studi kasus	24	
B. Subjek studi kasus	24	
C. Fokus studi	25	
D. Defenisi Operasional Fokus Studi	25	
E. Instrumen Studi Kasus	25	
F. Metode Pengumpulan Data	26	

G. Tempat dan waktu studi kasus	26
H. Etika Studi Kasus	27
I. Analisis Data Penyajian Data.....	25
J. Etika Studi Kasus	26
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	29
A. Gambaran lokasi penelitian.....	29
B. Hasil studi kasus.....	30
1. Karakteristik	30
2. Sebelum diberikan intervensi	31
3. Tabel intervensi	33
4. Tabel evaluasi.....	40
C. Pembahasan.....	48
1. Karakteristik	48
2. Sebelum Diberikan Intervensi	49
3. Penerapan Intervensi	50
4. Evaluasi hasil.....	55
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	62
A. Kesimpulan.....	62
B. Saran	64
DAFTAR PUSTAKA	65

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Standar Luaran Keperawatan Indonesia.....	8
Tabel 2.2 Standar Operasional Prosedur Relaksasi Nafas Dalam	9
Tabel 2.3 Tanda dan Gejala Nyeri Akut.....	10
Tabel 2.4 Akronim PQRST	12
Tabel 3.1 Defenisi Operasional Prosedure.....	25
Tabel 4.1 Karakteristik	30
Tabel 4.2 Identifikasi kasus 1 dan kasus 2 sebelum dilakukan intervensi	31
Tabel 4.3 Intervensi.....	33
Tabel 4.4 Evaluasi hasil.....	40

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 <i>Numerik Rating Scale</i>	13
Gambar 2.2 Anatomi Fisiologis Jantung	18

DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 Pathway <i>Congestive Heart Failure</i>	17
---	----

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Lembar Informed Consent Partisipan 1	71
Lampiran 2	Lembar Informed Consent Partisipan 2.....	73
Lampiran 3	Lembar Wawancara Terstruktur partisipan 1	76
Lampiran 4	Lembar Wawancara Terstruktur partisipan 2	77
Lampiran 5	Lembar Observasi Partisipan 1.....	78
Lampiran 6	Lembar Observasi Partisipan 2.....	79
Lampiran 7	Data Laboratorium Partisipan 1 dan 2.....	86
Lampiran 8	Standart Operasional Prosedur Terapi Relaksasi Nafas Dalam	87
Lampiran 9	Form Persetujuan Judul KTI F1	88
Lampiran 10	Lembar Konsultasi Dosen Pembimbing 1	89
Lampiran 11	Lembar Konsultasi Dosen Pembimbing 2.....	90
Lampiran 12	Surat Usulan Izin Survey Pendahuluan	91
Lampiran 13	Surat Izin Survey Pendahuluan	92
Lampiran 14	Form Usulan Ujian Proposal KTI F2	93
Lampiran 15	Form Rekomendasi Penelitian F3	94
Lampiran 16	Keterangan Layak Etik.....	95
Lampiran 17	Surat Izin Usulan Penelitian	96
Lampiran 18	Surat Izin Penelitian	97
Lampiran 19	Lembar Konsultasi Dosen Pembimbing 1	98
Lampiran 20	Lembar Konsultasi Dosen Pembimbing 2.....	99
Lampiran 21	Form Usulan Ujian Seminar Hasil KTI F4.....	100
Lampiran 22	Form Lembar Persetujuan Revisi F5.....	101
Lampiran 23	Surat Keterangan Lulus Uji Plagiarisme	102
Lampiran 24	Form Lembar Persetujuan Jilid Lux KTI F6	103
Lampiran 25	Leaflet Edukasi Pada Pasien <i>Congestive Heart Failure</i>	104
Lampiran 26	Dokumentasi Partisipan 1.....	105
Lampiran 27	Dokumentasi Partisipan 2.....	106