

**NASKAH PUBLIKASI ASUHAN KEPERAWATAN PADA:
PASIEN *CONGESTIVE HEART FAILURE* (CHF)
DENGAN PENURUNAN CURAH JANTUNG**



KARYA TULIS ILMIAH

DISUSUN OLEH:

FIDELA PRIMANODYA AJI EUGENIA SATYASWARI

NIM. P21127

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM DIPLOMA TIGA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA
TAHUN 2024**

Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Kusuma Husada Surakarta

2024

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN *CONGESTIVE HEART FAILURE*
(CHF): PENURANAN CURAH JANTUNG DENGAN INTERVENSI
ALTERNATE NOSTRIL BREATHING
EXERCISE (ANBE)**

¹Fidela Primanodya Aji Eugenia Satyaswari, ²Noor Fitriyani

¹Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Diploma Tiga, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada, ²Dosen Prodi Diploma Tiga Keperawatan Universitas Kusuma Husada Surakarta
Email : fidelaprimanodya02@02gmail.com

ABSTRAK

Gagal jantung dapat digambarkan adanya tekanan diastolik akhir vertikal kiri yang meningkat dan tidak dapat memompa (sistolik) secara memadai menimbulkan ciri khas dari tanda awal gagal jantung yaitu dispnea. Sesak napas dapat ditangani dengan manajemen nonfarmakologis, termasuk tindakan *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE) atau terapi relaksasi napas dalam melalui hidung. Tujuan dari studi kasus ini untuk mengetahui gambaran asuhan keperawatan pada pasien *Congestive Heart Failure* (CHF): penurunan curah jantung dengan intervensi *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE).

Penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini menggunakan metode studi kasus. Pengambilan studi kasus dilaksanakan pada tanggal 29 sampai 31 Januari 2024. Subjek studi 1 orang pasien CHF dengan *NYHA grade II* di ruang Cendrawasih RSUD Simo Boyolali. ANBE untuk menormalkan tekanan darah sistolik, frekuensi nadi, dan frekuensi napas dilakukan dengan durasi 6-15 menit, diberikan dua kali dalam sehari selama 3 hari. Evaluasi pengukuran dalam intervensi ANBE berupa lembar observasi monitoring tekanan darah, frekuensi nadi, dan frekuensi napas sebelum dan sesudah melakukan tindakan menggunakan *Sphygmomanometer*. Hasil yang didapatkan penulis setelah tindakan ANBE selama 3 hari berturut-turut efektif dalam menormalkan tekanan darah sistolik, frekuensi nadi, dan frekuensi napas. Dapat diterapkan pada penyakit dengan peningkatan tekanan darah dan sesak napas.

Kata kunci: *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE), penurunan curah jantung, *Congestive Heart Failure* (CHF)

Referensi: 44 (2016-2024)

**NURSING CARE FOR PATIENTS WITH CONGESTIVE HEART
FAILURE (CHF): DECREASED CARDIAC OUTPUT USING
ALTERNATE NOSTRIL BREATHING EXERCISE (ANBE)
INTERVENTION**

¹Fidela Primanodya Aji Eugenia Satyaswari, ²Noor Fitriyani

¹Student of Nursing Study Program of Diploma 3 Programs, Faculty of Health Sciences, University of Kusuma Husada Surakarta ²Lecturer of Nursing Study Program of Diploma 3 Programs, University of Kusuma Husada Surakarta

Email: fidelaprimanodya02@gmail.com

ABSTRACT

Heart failure describes an elevated left ventricular end-diastolic pressure and inability to pump (systolic) adequately, resulting in the characteristic early sign of heart failure called dyspnea. Shortness of breath can be effectively managed with nonpharmacological management, including Alternate Nostril Breathing Exercises (ANBE) or nasal breathing relaxation therapy. The purpose of the case study was to determine the description of nursing care in Congestive Heart Failure (CHF) patients: decreased cardiac output using the Alternate Nostril Breathing Exercise (ANBE) intervention.

The practice of scientific papers employed the case study method. The case study was conducted from January 29 to 31, 2024. The subject was one (1) CHF patient in the Cendrawasih room at Simo Boyolali Hospital. Evaluation of measurements in the ANBE intervention utilized observation sheets of monitoring blood pressure, pulse rate, and respiratory rate in pre and post-action using a Sphygmomanometer. The results of ANBE action for three (3) consecutive days effectively normalized systolic blood pressure, pulse rate, and respiratory rate. The ANBE can be implemented in CHF patients with shortness of breath and high systolic blood pressure.

Keywords: Alternate Nostril Breathing Exercise (ANBE), Congestive Heart Failure (CHF), decreased cardiac output

Reference: 44 (2016-2024)

**NURSING CARE FOR PATIENTS WITH CONGESTIVE HEART
FAILURE (CHF): DECREASED CARDIAC OUTPUT USING
ALTERNATE NOSTRIL BREATHING EXERCISE (ANBE)
INTERVENTION**

¹Fidela Primanodya Aji Eugenia Satyaswari, ²Noor Fitriyani

¹Student of Nursing Study Program of Diploma 3 Programs, Faculty of Health Sciences, University of Kusuma Husada Surakarta ²Lecturer of Nursing Study Program of Diploma 3 Programs, University of Kusuma Husada Surakarta

Email: fidelaprimanodya02@gmail.com

ABSTRACT

Heart failure describes an elevated left ventricular end-diastolic pressure and inability to pump (systolic) adequately, resulting in the characteristic early sign of heart failure called dyspnea. Shortness of breath can be effectively managed with nonpharmacological management, including Alternate Nostril Breathing Exercises (ANBE) or nasal breathing relaxation therapy. The purpose of the case study was to determine the description of nursing care in Congestive Heart Failure (CHF) patients: decreased cardiac output using the Alternate Nostril Breathing Exercise (ANBE) intervention.

The practice of scientific papers employed the case study method. The case study was conducted from January 29 to 31, 2024. The subject was one (1) CHF patient in the Cendrawasih room at Simo Boyolali Hospital. Evaluation of measurements in the ANBE intervention utilized observation sheets of monitoring blood pressure, pulse rate, and respiratory rate in pre and post-action using a Sphygmomanometer. The results of ANBE action for three (3) consecutive days effectively normalized systolic blood pressure, pulse rate, and respiratory rate. The ANBE can be implemented in CHF patients with shortness of breath and high systolic blood pressure.

Keywords: Alternate Nostril Breathing Exercise (ANBE), Congestive Heart Failure (CHF), decreased cardiac output

Reference: 44 (2016-2024)

Translated by unit Pusat Bahasa UKH

Bambang A Syukur, M.Pd.

HPI-01-20-3697

PENDAHULUAN

Congestive Heart Failure (CHF) atau disebut juga dengan gagal jantung kongestif merupakan ketidakmampuan jantung dalam memompa darah dalam jumlah yang cukup untuk memenuhi kebutuhan jaringan terhadap oksigen dan juga nutrisi (Nurkhalis & Adista, 2020). Gagal jantung dapat digambarkan adanya tekanan diastolik akhir vertikal kiri yang meningkat dan tidak dapat memompa (sistolik) atau mengisi (diastolik) secara memadai sehingga menimbulkan ciri khas dari tanda awal gagal jantung yaitu dispnea, suara napas tidak normal (rales paru), dan edema (Siswanto, 2020).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 penyakit jantung, penyakit mendunia yang menyebabkan kematian di seluruh dunia selama 20 tahun lamanya. Gagal jantung di Indonesia sekarang menempati peringkat pertama, sedangkan sebelumnya Indonesia menempati peringkat ketiga. Gagal jantung disebabkan oleh beberapa faktor, faktor yang dapat dihindari maupun faktor yang tidak dapat dihindari (Wang & Nagueh, 2009). dengan prevalensi untuk Jawa Tengah sendiri, diperkirakan (1,6%)` (Annur., 2022).

Faktor – faktor yang dialami pada pasien gagal jantung biasanya jenis kelamin, usia, merokok, hipertensi, riwayat Penyakit Jantung Koroner (PJK), dan detak jantung yang tidak normal. Pasien yang sering mengalami gagal jantung biasanya berjenis kelamin laki – laki dengan prevelensi (60%) (Ngoerah, 2023). Dikarenakan pada Wanita memiliki hormon estrogen yang dapat melindunginya Menurut dr. Hasril Hadis, Sp.Jp(K),FIHA (2022).

Pasien Gangguan kebutuhan oksigenasi merupakan masalah yang signifikan, karena pemindahan O₂ dan CO₂ dalam paru-paru sulit maka dari itu pasien CHF berjuang untuk mempertahankan oksigenasi, yang merupakan penyebab dari sesak napas (Jamilah & Mutarobin, 2023). Dyspnea yang disebabkan oleh tidak berfungsinya ventrikel yang mengakibatkan penurunan curah jantung dan adanya peningkatan vena pulmonalis, sehingga mengakibatkan jantung tidak dapat memompa darah dalam jumlah yang cukup (Kupper et al., 2016).

Pada pasien CHF sering mengalami sesak napas yang signifikan karena oksigenasi dalam tubuh tidak tercukupikan studi telah banyak membuktikan bahwa dyspnea dapat mengancam jiwa, dikarenakan pasien tidak dapat mengontrol perasaan serta cemas yang berlebih (Ratna Sari et al., 2023). Menurut (Ratna Sari et al., 2023) prevalensi sesak nafas pada pasien *Congestive Hearth Failure* (CHF) (56%), gejala tersering ketiga pada gagal jantung yaitu kelelahan (66%), dan bibir kering (62%). Penatalaksanaan umumnya dilakukan dengan cara farmakologis untuk meningkatkan oksigenasi dari pasien seperti diberikan terapi digoxin (Nurhayati et al., 2020). Namun pengobatan dengan cara farmakologis tidak sepenuhnya menyembuhkan perlu adanya terapi non farmakologis.

Latihan pernapasan (*Breathing Exercise*) adalah salah satu alternatif untuk mengatasi ketidakstabilan kardiovaskuler, salah satu teknik Latihan pernapasan yaitu *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE) atau bisa disebut latihan pernapasan melalui hidung. Latihan *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE) dilakukan dengan tarik napas dalam,

dilakukan dengan lambat, dan tenang. Latihan dilakukan secara bergantian dapat mempengaruhi otak dengan cara merangsang otak secara bergantian, proses ini akan mengalirkan udara secara bergantian dan dapat mengubah kardiorespirasi dan otonom (Jung et al., 2021).

Latihan pernapasan *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE) memiliki banyak manfaat terhadap fisiologi, behavioural, dan psikologikal. Penelitian dengan menggunakan latihan pernafasan *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE) terhadap pasien dengan gagal jantung menunjukkan manfaat, latihan ini sebagai supplementary therapy yang diikuti dengan terapi medis. Latihan pernafasan ini terbukti mampu menstabilkan gejala gagal jantung, meningkatkan toleransi aktifitas, ketahanan sistem kardiovaskular, fungsi jantung, fungsi autonom, kualitas hidup serta distress miokardial (Khatib et al., 2017).

Tujuan karya tulis ilmiah ini adalah mengetahui gambaran pelaksanaan asuhan keperawatan pada pasien *Congestive Heart Failure* (CHF): penurunan curah jantung dengan intervensi *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE).

METODE STUDI KASUS

Penyusunan Karya Tulis Ilmiah (KTI) dengan metode studi kasus untuk mengeksplorasi masalah asuhan keperawatan pada pasien *congestive heart failure* yang mengalami masalah sesak napas. Pengumpulan data menggunakan alat ukur *sphygmomanometer*, *oxymeter*, dan SOP ANBE. Intervensi diterapkan pada 1 pasien CHF selama 3 hari (1 hari 2 sesi dan per sesi dengan waktu 5-15 menit).

Studi kasus ini menggunakan Standar Operasional Prosedur (SOP) *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE) dari (Novitasari et al., 2023) dengan menggunakan instrumen *Sphygmomanometer* dan *Oxymeter* sebagai alat ukur serta lembar observasi monitoring hasil untuk mengetahui perbandingan dan perbedaan sebelum dan setelah melakukan terapi ANBE.

Subjek yang digunakan pada kasus ini adalah 1 (satu) pasien CHF NYHA grade I dan III, berusia 18 tahun sampai dengan 75 tahun, mengalami peningkatan tekanan darah sistolik antara 130-180 mmHg, mengalami frekuensi napas >22x/menit, dan tidak mengalami penurunan kesadaran (Novitasari et al., 2023). sebanyak 2 kali tindakan sehari dengan durasi 1 sesi 5-15 menit dilakukan selama 3 hari.

Lokasi atau tempat penyelenggaraan penelitian pada pasien *congestive heart failure* di RSUD Simo Boyolali dilaksanakan pada tanggal 29 Januari sampai 31 Januari 2024.

HASIL

Hasil pengkajian yang didapatkan pada hari Senin, 29 Januari 2024 pukul 09.57 WIB, diperoleh data dari Ny. S yang mengatakan sesak napas dan bertambah sesak saat berbaring. Didapatkan hasil TTV TD: 161/116 mmHg, N: 93x/menit, RR: 23x/menit, S: 36°C, dan SpO2: 90%.

Sedangkan data pengkajian fisik pemeriksaan dada (thorax) dilakukan pengukuran inspeksi terdapat retraksi dinding dada, palpasi dengan hasil vocal fremitus kanan dan kiri sama, perkusi bunyi hipersonor, auskultasi terdengar suara napas ronchi. Pemeriksaan jantung inspeksi ictus

cordis tampak, palpasi IC teraba di ICS ke 5, perkusi bunyi pekak, auskultasi bunyi jantung terdengar suara S3. Pada pemeriksaan CT-Scan Thorax didapatkan hasil cefalisasi (+) dan COR=CTR : 0,68 dengan kesan edema pulmo dan cardiomegali.

Berdasarkan data hasil pengkajian yang muncul, penulis menegakkan diagnose keperawatan penurunan curah jantung berhubungan dengan perubahan *afterload* ditandai dengan Ny. S mengatakan sesak napas dan bertambah sesak jika berbaring, pasien tampak sesak napas, pasien tampak pucat, hasil pemeriksaan terdapat edema pulmo dan cardiomegaly (SDKI,2018).

Dari studi kasus yang dilakukan didapatkan perubahan saturasi meningkat, tekanan darah menjadi normal, frekuensi napas dan nadi normal dengan pemberian terapi ANBE pada pasien CHF. Dengan hasil sebelumnya tekanan darah 161/116 mmHg, nadi 93x/menit, respiratory rate 23x/menit, S: 36°C, dan SpO2: 90%, Isetelah diberikan ANBE selama 2 kali sehari selama 3 hari didapatkan hasil tekanan darah 124/90 mmHg, nadi 88x/menit, respiratory rate 20x/menit, S: 36°C, dan SpO2: 99%.

Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh dalam menormalkan tekanan darah terutama sistolik, meningkatkan saturasi oksigen, menormalkan frekuensi napas dan nadi. Perubahan tekanan darah, saturasi oksigen, frekuensi napas dan nadi sebelum dan sesudah tindakan pemberian terapi ANBE digambarkan dengan tabel sebagai berikut:

	<i>Post-test</i>	22x/menit	22x/menit	20x/menit
2.	Tekanan Darah			
	<i>Pre-test</i> (pagi)	161/116 mmHg	155/99 mmHg	128/94 mmHg
	<i>post-test</i>	131/91 mmHg	128/96 mmHg	124/90 mmHg
3.	Nadi			
	<i>Pre-test</i> (pagi)	93x/menit	101x/menit	87x/menit
	<i>Post-test</i>	92x/menit	99x/menit	88x/menit
4.	SpO2			
	<i>Pre-test</i> (pagi)	90%	98%	98%
	<i>Post-test</i>	97%	98%	99%

Tabel 1.1 observasi monitoring sebelum dan sesudah pemeberian tgerapi *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE)

Berdasarkan tabel 1.1 maka dapat diketahui bahwa subjek yang telah diberikan implementasi Tindakan ANBE atau terapi relaksasi napas dalam melalui hidung mengalami perubahan semula 161/116 mmHg menjadi 124/90 mmHg, saturasi oksigen (SpO2) dari yang semula 90% menjadi 99%, frekuensi napas dari 23x/menit menjadi 20x/menit, dan frekuensi nadi yang semula 93x/menit menjadi 88x/menit dengan selisih peningkatan tekanan darah sistolik 37 mmHg dan diastolik 26 mmHg, SpO2 9%, dan frekuensi napas 3 x/menit selama 3 hari dilakukan tindakan.

PEMBAHASAN

Pengelolaan asuhan keperawatan ini dilakukan selama 3 hari pada tanggal 29 Januari sampai 31 Januari 2024. Berdasarkan hasil pengkajian yang dilakukan penulis didapatkan data riwayat kesehatan pasien masuk rumah sakit pada tanggal 28 Januari 2024 dengan keluhan sesak napas sudah dirasakan selama 2 hari sebelum masuk

No.		Hari ke-1	Hari ke-2	Hari ke-3
1.	Respiratory Rate (RR)			
	<i>Pre-test</i> (pagi)	23x/menit	23x/menit	22x/menit

rumah sakit, pasien mengatakan lemas, perut kembung, nyeri pada ulu hati, dan nafsu makan berkurang. Pasien diperiksa TTV dengan hasil TD:148/111 mmHg, N: 99x/menit, RR: 22x/menit, S: 36°C, SpO₂: 90 %, GDS: 163. Pasien diberikan oksigen nasal kanul 3 Lpm, infus NaCl 20 tpm, injeksi Ondansetron 4 mg, injeksi Ranitidine 50 mg, injeksi Furosemide 20 mg. Setelah diperiksa di IGD pasien disarankan untuk rawat inap dipindahkan ke bangsal Cendrawasih. Sebelum di pindahkan ke bangsal, pasien melakukan pemeriksaan penunjang yaitu EKG pada pukul 16.00 WIB didapatkan hasil Abnormal ECG. Pemeriksaan penunjang lainnya yaitu CT-Scan Thorax pukul 16.30 WIB didapatkan hasil: Cefalisasi (+) dan COR=CTR: 0,68 memiliki kesan: *edema pulmo* dan *cardiomegali*. Sesuai dengan pendapat (Laksono et al., 2023) bahwa pemeriksaan penunjang menunjukkan bahwa adanya CHF dengan menunjukkan hasil *edema pulmo* dan *cardiomegali*. Pasien dipindahkan ke bangsal Cendrawasih pukul 17.45 WIB.

Berdasarkan hasil pengkajian dan observasi Ny.S pada Senin tanggal 29 Januari 2024, penulis dapat merumuskan diagnosa keperawatan yaitu diantaranya penurunan curah jantung (D.0008) berhubungan dengan perubahan *afterload* dibuktikan dengan pasien mengatakan sesak napas, pasien mengatakan sesak napas bertambah saat berbaring, pasien tampak pucat. hasil TTV: Tekanan darah: 161/116 mmHg, Nadi: 93x/menit, Respiratory Rate: 23x/menit, SpO₂: 90%.

Pengkajian keluhan utama pasien mengatakan sesak napas saat berbaring, sesuai dengan pendapat Putri et al., (2023)

bahwa sesak napas gejala yang sering dirasakan oleh penderita CHF, karena sesak napas disebabkan kurangnya oksigen yang masuk ke dalam paru-paru. Pengkajian riwayat kesehatan di dapatkan pasien memiliki riwayat diabetes. Salah satu faktor resiko dari penyakit CHF yaitu diabetes melitus (DM). Hal ini sesuai dengan teori (Untuk et al., 2019) karena glukosa menumpuk dalam tubuh diubah menjadi energi cadangan dalam bentuk kolesterol, maka penumpukan kolesterol dapat menyebabkan plak lemak dan dapat memicu penyumbatan dan kerusakan pembuluh darah.

Berdasarkan diagnosa penurunan curah jantung maka penulis menentukan rencana keperawatan yaitu perawatan jantung (I.08238) yaitu Observasi identifikasi tanda/gejala primer penurunan curah jantung, (mis.dispnea), monitor tekanan darah, monitor satuarsi oksigen. Terapeutik posisikan pasien semi-fowler atau fowler dengan atau posisi nyaman, berikan terapi ANBE.

Implementasi keperawatan dilakukan dirumah sakit selama 3 hari yang dilakukan dengan terapi *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE) yang dilakukan 2 sesi dalam 3 hari berturut-turut yang dilakukan awal pertemuan sebelum diberikan terapi farmakologi dengan mengukur tekanan darah sistolik, frekuensi napas, frekuensi nadi, dan saturasi pernapasan pasien sebelum dan sesudah diberikan terapi ANBE. (Ramadhan & Prajayanti, 2023) *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE) bekerja secara kondusif karena adanya hubungan bermakna antara siklus *nasal*, dominasi *serebral* dan aktivitas otonom dimana siklus *nasal* ini

berhubungan dengan dominasi *serebral*, peningkatan rangsangan sistem saraf simpatik untuk mengurangi aktivitasnya, memungkinkan saraf simpatik menyebabkan *vasokonstriksi* pada *vena* dan *arteri*. *Vasodilatasi vena* dan *arteri* juga terjadi di seluruh sistem jantung *perifer*, meningkatkan keluaran saraf *parasimpatis*, sehingga membuat frekuensi jantung berkurang dan merangsang ventrikel untuk menurunkan kontraksi yang menimbulkan efek curah jantung menurun sehingga tekanan darah menurun (Umara et al., 2021).

Penulis berpendapat berdasarkan teori dan fakta studi kasus didapatkan tidak ada kesenjangan dalam pemberian terapi ANBE. Teknik ini efektif dalam peningkatan hasil respon pasien dimana pada studi kasus tekanan darah sistolik menjadi membaik yang awal tinggi menjadi normal, frekuensi pernapasan membaik, frekuensi nadi menjadi normal, dan didapatkan pasien tidak mengeluhkan sesak napas saat berbaring.

Evaluasi keperawatan selama tiga hari pada tanggal 29 Januari sampai 31 Januari 2024, didapatkan evaluasi akhir *Subjective* pasien mengatakan sudah tidak sesak napas, pasien mengatakan sudah tidak sesak saat berbaring, pasien mengatakan sudah tidak ada keluhan *Objective* pasien tampak lebih nyaman, TD: 124/90 mmHg, N: 88x/menit, RR: 20°/menit, SpO2: 99% tanpa terpasang oksigen Nasal Kanul (NK). *Assessment* masalah penurunan curah jantung teratasi. *Planning* intervensi dihentikan dan pasien sudah diperbolehkan untuk pulang.

Sesuai dengan penelitian (Novitasari et al., 2023) *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE) berpengaruh menormalkan tekanan darah dan frekuensi napas pada

pasien gagal jantung. Berdasarkan penelitian (Simandalahi et al., 2020) menunjukkan bahwa *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE) efektif menormalkan tekanan darah, frekuensi napas, dan nadi. Menurut (Ramadhan & Prajayanti, 2023) telah terbukti bahwa *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE) berpengaruh menormalkan tekanan darah.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti setelah dilakukan teknik terapi Hasil penelitian yang dilakukan oleh peneliti setelah dilakukan teknik terapi *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE) didapatkan bahwa teknik tersebut memiliki efek bagi perubahan tekanan darah *systole*, frekuensi napas, dan nadi. Berdasarkan tindakan keperawatan yang dilakukan selama kurang lebih 3x24 jam didapatkan data hasil evaluasi yang meliputi pasien mengatakan sudah tidak sesak napas hal ini menunjukkan bahwa kolaborasi pemberian *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE) dapat membantu menormalkan tekanan darah *systole*, frekuensi napas, dan nadi. Oleh karena itu tidak ada kesenjangan antara teori dengan studi kasus yang dilakukan.

KESIMPULAN

Pada pemberian tindakan ada kesenjangan terhadap peneliti sebelumnya namun untuk respon pasien baik secara subyektif dan obyektif. Pemberian tindakan terapi *Alternate Nostril Breathing Exercise* mampu menormalkan tekanan darah sistolik, frekuensi napas, frekuensi nadi, dan saturasi oksigen.

SARAN

Bagi pasien diharapkan dapat membantu pasien terutama pada pasien dengan *Congestive*

Heart Failure (CHF) atau gagal jantung masalah penurunan curah jantung untuk mengatasi gejala dyspnea dengan memberikan teknik non farmakologi *Alternate Nostril Breathing Exercise* (ANBE), serta latihan ini dapat diterapkan pasien secara mandiri didampingi oleh keluarga.

DAFTAR PUSTAKA

Annur, C. M. (2022). Prevalensi Penyakit Jantung di Provinsi Ini Paling Tinggi di Indonesia. Data Boks. <https://databoks.katadata.co.id/datapublish/2022/01/26/prevalensi-penyakit-jantung-di-provinsi-ini-paling-tinggi-di-indonesia>

Jamilah, M., & Mutarobin. (2023). Deep Breathing Exercise Terhadap Tingkat Dyspnea pada Gagal Jantung di Rumah Sakit Wilayah Depok. *JHCN Journal of Health and Cardiovascular Nursing*, 3(1), 15. <https://doi.org/10.36082/jhcn.v3i1.1052>

Jung, A., Alfaras, M., & Karpashevich, P. (2021). Exploring awareness of breathing through deep touch pressure. *Conference on Human Factors in Computing Systems - Proceedings*. <https://doi.org/10.1145/3411764.3445533>

Kupper, N., Bonhof, C., Westerhuis, B., Widdershoven, J., & Denollet, J. (2016). Determinants of Dyspnea in Chronic Heart Failure. *Journal of Cardiac Failure*, 22(3), 201–209. <https://doi.org/10.1016/j.cardfail.2015.09.016>

Novitasari, M., Sabri, R., & Huriani, E. (2023). Pengaruh Alternate Nostril Breathing Exercise Terhadap Frekuensi Napas Pada Pasien Congestive Heart Failure. *Jurnal Ners*, 7(1). <https://doi.org/10.31004/Jn.V7i1.12109>

Nurhayati, Andari, F., & Fredrika, L. (2020). Penatalaksanaan Gagal Jantung.

Ratna Sari, F., Inayati, A., & Risa Dewi, N. (2023). Penerapan Hand Held Fan Terhadap Dyspnea Pasien Gagal Jantung Di Ruang Jantung RSUD Jend. Ahmad Yani Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda*, 3(3), 8. <https://jurnal.akperdharmawacana.ac.id/index.php/JWC/article/download/475/309>

Siswanto, B. (2020). Buku Pedoman Tatalaksana Gagal Jantung. Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia, 848–853.

