INTERVENSI POSISI TIDUR SEMI FOWLWE 45° TERHADAP KUALITAS TIDUR PASIEN CHF DI RSUP HAJI ADAM MALIK MEDAN

Welri Adivela¹, Maita Sarah²

¹⁻² Institut Kesehatan Sumatera Utara

Email: adivelawelri@gmail.com¹, bukit_nangin@yahoo.com²

Abstrak

Congestive Heart Failure adalah ketidakmampuan jantung untuk memompa darah yang adekuat untuk memenuhi kebutuhan jaringan akan oksigen dan nutrisi. Gejala klinis yang muncul pada gagal jantung kongestif antara lain dispnea, ortopnea, paroxysmal nocturnal dispnea, batuk, dan edema pulmonal akut. Gejala klinis ini dapat menimbulkan gangguan tidur pada penderita gagal jantung kongestif yang berkaitan dengan berkurangnya kualitas tidur. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui intervensi posisi tidur semi fowler 45° terhadap kualitas tidur pasien Congestive Heart Failure di ruang rawat inap cardiovascular RSUP Haji Adam Malik Medan. Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah Quasi Experimental dengan pre-test-post-test control group design. Besar sampel yaitu 20 pasien Congestive Heart Failure yang dibagi menjadi 10 pasien kelompok intervensi dan 10 pasien kelompok kontrol. Metode pengambilan sampel yang digunakan yaitu sampling purposive. Analisa data yang digunakan yakni uji t-test yaitu dependen t-test dan independen t-test. Hasil analisis data dependen t-test pada kelompok intervensi disimpulkan ada perbedaan kualitas tidur pasien Congestive Heart Failure sebelum dan sesudah dilakukan intervensi posisi tidur semi fowler 45° (nilai $P=0,000$) dan pada kelompok kontrol yang tidak dilakukan intervensi posisi tidur semi fowler 45° disimpulkan tidak ada perbedaan kualitas tidur (nilai $P=0,260$). Sedangkan pada independen t-test hasil uji statistik disimpulkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol (nilai $P=0,000$). Untuk itu disarankan kepada perawat agar perawat menentukan sudut posisi tidur yang paling sesuai dengan kebutuhan pasien dalam meningkatkan kualitas tidur, sehingga diharapkan dapat mengoptimalkan penyembuhan dan menurunkan komplikasi serta mortalitas pasien Congestive Heart Failure.

Kata kunci: Congestive Heart Failure, Posisi Tidur Semi Fowler 45°, Kualitas Tidur

PENDAHULUAN

Penyakit gagal jantung yang dalam istilah medisnya disebut dengan “Heart Failure atau Cardiac Failure”, merupakan suatu kegagalan pemompaan (di mana cardiac output tidak mencukupi kebutuhan metabolik tubuh), sedangkan tekanan pengisian ke dalam jantung masih cukup tinggi (Majid, 2018). Menurut WHO (2018) dalam Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular (2019), sekitar 71% penyebab kematian di dunia adalah penyakit tidak menular (PTM)

yang membunuh 36 juta jiwa per tahun. Sekitar 80% kematian tersebut terjadi di negara berpenghasilan menengah dan rendah. 73% kematian saat ini disebabkan oleh penyakit tidak menular, 35% diantaranya karena penyakit jantung dan pembuluh darah.

Di Indonesia, angka kejadian penyakit jantung dan pembuluh darah semakin meningkat dari tahun ke tahun. Setidaknya, 15 dari 1.000 orang, atau sekitar 2.784.064 individu menderita penyakit

jantung (Riskesdas, 2018; Perki, 2019). Sedangkan angka kematian karena penyakit kardiovaskuler di rumah sakit adalah sekitar 6-12 % dan angka re-hospitalisasi 29% (Kemenkes, 2014).

Jumlah penderita baru Congestive Heart Failure rawat inap cardiovascular salah satu Rumah Sakit Sumatera Utara Kota Medan yaitu RSUP Haji Adam Malik Medan mengalami peningkatan selama beberapa tahun terakhir ini yaitu sebanyak 338 pasien tahun 2016, 351 pasien tahun 2017, dan 362 pasien tahun 2018 (Sistem Informasi Rumah Sakit (SIRS) RSUP Haji Adam Malik, 2019).

Gejala klinis yang muncul pada gagal jantung kongestif antara lain dispnea, ortopnea, paroxysmal nocturnal dispnea (PND), batuk, dan edema pulmonal akut (Black & Hawks, 2014). Beberapa gejala klinis ini dapat menimbulkan gangguan tidur pada penderita gagal jantung kongestif yang berkaitan dengan berkurangnya kualitas tidur (Khayat, 2015). Pada klien dengan gagal jantung berat, periode pernapasan cheyne-stokes mungkin terjadi, dimana pola ini dapat mengakibatkan hipoksemia yang signifikan, sering terbangun, peningkatan tidur tahap 1, dan penurunan waktu total tidur (Black and Hawks, 2014).

Kualitas tidur yang buruk merupakan salah satu faktor yang

mempengaruhi denyut jantung. Hal ini dikarenakan seseorang yang kurang tidur maka akan meningkatkan RAS (reticular activating system), bila RAS meningkat akan meningkatkan emosi seseorang dan akhirnya hormone menstimulasi kontraksi jantung dan akhirnya denyut jantung meningkat (takikardia) (Sugiono, 2018).

Sampai saat ini, terdapat 2 tipe tindakan untuk mengatasi kualitas tidur pasien yang menurun, yaitu tindakan farmakologi, tindakan non-farmakologi, atau campuran tindakan farmakologi dan non-farmakologi. Pengaturan posisi merupakan salah satu tindakan non-farmakologi untuk meningkatkan kualitas tidur (Shahab, 2017).

Pengaturan posisi adalah menempatkan pasien atau bagian tubuh tertentu dengan sengaja untuk meningkatkan keseimbangan fungsi fisiologis dan psikologis. Pengaturan posisi merupakan salah satu intervensi untuk meningkatkan kuantitas dan kualitas tidur (Bulechek, 2018). Menurut Majid (2018), pengaturan posisi tidur semi fowler pada tempat tidur merupakan intervensi keperawatan secara mandiri pada asuhan keperawatan klien dengan gagal jantung. Memberikan posisi semi fowler pada pasien Congestive Heart Failure bertujuan untuk memudahkan bernapas dan meningkatkan ekskursi diafragma (DiGiulio, 2015). Meninggikan

anggota badan yang terkena dampak setinggi 20° atau lebih, lebih tinggi dari jantung, bertujuan untuk meningkatkan aliran balik vena (Bulechek, 2018).

Ozen K. Basoglu, MD (2015) merekomendasikan untuk menggunakan posisi semi fowler dengan sudut 45° dalam manajemen pasien gagal jantung dengan gangguan tidur dan apnea, sesuai hasil penelitian yang dilakukan oleh Refi Safitri dan Annisa Andriyani (2011) yaitu pemberian posisi semi fowler 45° pada pasien dilakukan untuk membantu mengurangi sesak napas. Pemberian posisi semi fowler dengan kemiringan 45°, yaitu dengan menggunakan gaya gravitasi untuk membantu mengembangkan paru dan mengurangi tekanan dari abdomen pada diafragma. Menurut penelitian Shahab (2017), terdapat perubahan kualitas tidur pasien gagal jantung setelah diberikan posisi semi fowler 45° pada kelompok intervensi dan tidak terdapat perubahan kualitas tidur pada pasien gagal jantung pada kelompok kontrol. Pemberian posisi semi fowler 45° menggunakan gaya gravitasi untuk membantu pernapasan, sehingga oksigen yang masuk ke dalam paru-paru akan lebih optimal sehingga pasien dapat bernapas lebih lega dan akan mengurangi ketidaknyamanan yang dirasakan ketika ingin tidur.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti jam 20.00 WIB tanggal 26 November 2019 sampai dengan 08.00 WIB di ruang rawat inap cardiovascular RSUP Haji Adam Malik Medan, terdapat 8 pasien dengan diagnosa Congestive Heart Failure. Menurut observasi peneliti, 6 pasien diantaranya mengalami kesulitan untuk tidur yang nyenyak yang ditandai dengan lingkaran hitam di sekitar mata, kelelahan, kebingungan, sering menguap, dan konsentrasi menurun. Selain itu, pasien terlihat sesak napas dengan frekuensi pernapasan di atas 30 kali/menit, sehingga pasien mengalami kesulitan untuk masuk ke dalam tahap tidur, terbangun lebih dari 3 kali di tengah malam, dan bangun lebih awal pada pagi harinya. Ketika ditanya, pasien mengatakan sulit untuk memulai tidur dan sering terbangun pada malam hari karena sesak napas. Peneliti juga melihat pasien tidur dengan posisi yang dianggap sudah cukup nyaman karena tidak ada posisi spesifik yang diberikan oleh perawat. Perawat ruang rawat inap kardiovaskuler mengatakan bahwa tidak ada intervensi dan pemberian posisi semi fowler 45° untuk mengatasi kesulitan tidur yang dialami oleh pasien. Hal ini juga didukung oleh hasil observasi peneliti bahwa posisi tempat tidur pasien di ruangan rawat inap kardiovaskuler RSUP Haji Adam Malik Medan tidak memiliki sudut posisi

tempat tidur yang sama yaitu posisi semi fowler 45°.

Kualitas tidur yang buruk pada penderita gagal jantung akan memperparah kondisi penderita. Jantung yang sudah mengalami gangguan jika disertai dengan kualitas tidur yang buruk akan menyebabkan kerja jantung semakin berat dan memperlama proses pemulihan kondisi klien sehingga memperpanjang masa length of stay (LOS) di rumah sakit. Untuk itu peneliti akan melakukan penelitian tentang intervensi posisi tidur semi fowler 45° untuk menilai perbedaan kualitas tidur pasien Congestive Heart Failure di ruang rawat inap cardiovascular RSUP Haji Adam Malik Medan.

METODE

Rancangan yang dipakai dalam penelitian ini adalah Quasi Experimental dengan pre-test-post-test control group design.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien Congestive Heart Failure di ruang rawat inap cardiovascular RSUP Haji Adam Malik Medan. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara sampling purposive. Menurut Sugiyono (2017) untuk penelitian eksperimen sederhana, yang menggunakan kelompok eksperimen dan kelompok kontrol, maka jumlah anggota sampel masing-masing antara 10 s/d 20. Berdasarkan pendapat diatas, maka jumlah

sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah 20 pasien Congestive Heart Failure di ruang rawat inap cardiovascular RSUP Haji Adam Malik Medan yang dibagi menjadi 2 kelompok yaitu, 10 pasien kelompok intervensi dan 10 pasien kelompok kontrol. Sampel penelitian yang akan diambil adalah pasien rawat inap di ruang cardiovascular dan memenuhi kriteria inklusi yaitu pasien dengan diagnosa medis Congestive Heart Failure di ruang rawat inap cardiovascular RSUP Haji Adam Malik Medan dengan klasifikasi NYHA III dan IV, pasien yang mau berpartisipasi dalam penelitian, pasien dengan kesadaran compos mentis dengan GCS 15 dan mampu menjawab pertanyaan, dapat berkomunikasi dengan baik, pasien yang berusia 18-60 tahun.

Instrument yang digunakan untuk penilaian kualitas tidur sebelum dan sesudah diberikan intervensi posisi semi fowler 45° pada pasien Congestive Heart Failure kelompok intervensi dan kelompok kontrol di ruang rawat inap cardiovascular RSUP Haji Adam Malik Medan adalah kuesioner Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI).

Pengolahan data dalam penelitian ini menggunakan analisa univariat dan analisa bivariat. Analisa bivariat dalam penelitian ini menggunakan bantuan aplikasi komputer yaitu SPSS. Analisa ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh variabel independen

terhadap variabel dependen. Analisa bivariat menggunakan uji statistik parametrik uji T-test dependent dan uji T-independent.

HASIL PENELITIAN

Data demografi pada penelitian ini meliputi: umur, jenis kelamin, dan pekerjaan. Sampel penelitian ini adalah pasien Congestive Heart Failure yang memenuhi kriteria sampel penelitian serta sedang dirawat di ruang rawat inap cardiovascular RSUP Haji Adam Malik Medan.

*Tabel 1
Distribusi Frekuensi Dan Persentase Data Demografi Pasien Congestive Heart Failure Di Ruang Rawat Inap Cardiovascular RSUP Haji Adam Malik Medan*

No	Data Demografi	Kelompok Intervensi		Kelompok Kontrol		Total	
		Frekuensi (N)	Persentase (%)	Frekuensi (N)	Persentase (%)	Frekuensi (N)	Persentase (%)
1	Usia (tahun)						
	18-40	3	30	4	40	7	35
	41-60	7	70	6	60	13	65
2	Jenis Kelamin						
	Laki-laki	6	60	8	80	14	70
	Perempuan	4	40	2	20	6	30
3	Pekerjaan						
	PNS/TNI/Polri	2	20	1	10	3	15
	Petani	2	20	2	20	4	20
	Wiraswasta	2	20	3	30	5	25
	Tidak bekerja	4	40	4	40	8	40

Pembagian usia menurut Hurlock (1980) dalam Soetjningsih (2018)

Hasil analisa yang didapat dari tabel 1 di atas adalah berdasarkan usia pasien dalam penelitian ini menunjukkan bahwa mayoritas pasien berusia 41-60 tahun yaitu 13 orang (65%) yang merupakan masa usia pertengahan. Berdasarkan jenis kelamin, pasien laki-laki lebih mendominasi yaitu 14 orang (70%). Berdasarkan kategori

pekerjaan, mayoritas pasien tidak bekerja yaitu 8 orang (40%).

*Tabel 2
Distribusi Frekuensi Dan Persentase Kualitas Tidur Pasien Congestive Heart Failure Sebelum Dan Sesudah Intervensi Posisi Tidur Semi Fowler 45°*

No	Kualitas Tidur	Sebelum		Sesudah	
		Frekuensi (N)	Persentase (%)	Frekuensi (N)	Persentase (%)
1	Kelompok Intervensi				
	Baik	0	0	9	90
	Buruk	10	100	1	10
		<i>(Mean=13.60; SD=4.600)</i>		<i>(Mean=4.20; SD=1.751)</i>	
2	Kelompok Kontrol				
	Baik	0	0	1	10
	Buruk	10	100	9	90
		<i>(Mean=13.90; SD=5.131)</i>		<i>(Mean=13.30; SD=4.596)</i>	

Hasil penelitian yang di dapat dari tabel 2 terhadap kelompok intervensi diperoleh bahwa sebelum intervensi posisi tidur semi fowler 45° pasien berada pada kualitas tidur buruk (100%, n=10). Sedangkan sesudah dilakukan intervensi posisi tidur semi fowler 45° tingkat kualitas tidur pasien mengalami perubahan menjadi kualitas tidur baik (90%, n=9).

Hasil penelitian terhadap kelompok kontrol diperoleh bahwa sebelum intervensi posisi tidur semi fowler 45° pasien berada pada kualitas tidur buruk (100%, n=10). Sedangkan dengan tidak dilakukan intervensi posisi tidur semi fowler 45° tingkat kualitas tidur pasien mengalami sedikit perubahan menjadi kualitas tidur buruk (90%, n=9) dan kualitas tidur baik (10%, n=1).

*Tabel 3
Perbedaan Kualitas Tidur Pasien Congestive Heart Failure Sebelum Dan Sesudah Intervensi Posisi Tidur Semi Fowler 45° Pada Kelompok Intervensi Dan Kelompok Kontrol.*

Kelompok	Sebelum		Sesudah		T	Nilai P	N
	Mean	SD	Mean	SD			
Intervensi	13.60	4.600	4.200	1.751	9.485	0.000	10
Kontrol	13.90	5.131	13.30	4.596	1.203	0.260	10

Hasil penelitian yang di dapat dari tabel 3 diperoleh bahwa rata-rata kualitas tidur pada kelompok intervensi sebelum dilakukan intervensi posisi tidur semi fowler 45° 13,60 dengan standar deviasi 4,600. Sesudah dilakukan intervensi posisi tidur semi fowler 45° diperoleh rata-rata kualitas tidur adalah 4,20 dengan standar deviasi 1,751 dan tingkat perbedaan 9,485. Hasil analisa uji paired t-test diperoleh nilai P sebesar 0.000 ($P < 0,05$) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kualitas tidur sebelum dan sesudah intervensi posisi tidur semi fowler 45° pada kelompok intervensi pasien Congestive Heart Failure. Sedangkan pada kelompok kontrol nilai rata-rata kualitas tidur sebelum dilakukannya intervensi posisi tidur semi fowler 45° adalah 13,90 dengan standar deviasi 5,131 dan tanpa dilakukannya intervensi posisi tidur semi fowler 45° diperoleh rata-rata kualitas tidur 13,30 dengan standar deviasi 4,596 dan tingkat perbedaan 1,203. Hasil

analisa uji paired t-test terhadap kualitas tidur pada kelompok kontrol diperoleh nilai P sebesar 0.260 ($P > 0,05$) menunjukkan bahwa tidak adanya perbedaan kualitas tidur sebelum dan sesudah intervensi posisi tidur semi fowler 45° pada kelompok kontrol.

*Tabel 4
Pengaruh Intervensi Posisi Tidur Semi Fowler 45° Terhadap Kualitas Tidur Pasien Congestive Heart Failure Pada Kelompok Intervensi Dan Kontrol.*

Kualitas Tidur	Mean	SD	Std. Error	T	Nilai P	N
Kelompok Intervensi	4.20	1.751	0.554	-5.851	0.000	10
Kelompok Kontrol	13.30	4.596	1.453			10

Hasil penelitian yang di dapat dari tabel 4 diperoleh bahwa rata-rata kualitas tidur pada kelompok intervensi sesudah dilakukan intervensi posisi tidur semi fowler 45° oleh peneliti adalah 4,20 dengan standar deviasi 1,751. Sedangkan pada kelompok kontrol 56 diperoleh rata-rata 13,30 dengan standar deviasi 4,596. Hasil uji statistik diperoleh nilai $p = 0,000$ dan nilai $t = -5,851$ yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata kualitas tidur antara kelompok intervensi dengan kelompok kontrol artinya terdapat pengaruh intervensi posisi tidur semi fowler 45° terhadap kualitas tidur pada pasien Congestive Heart Failure.

PEMBAHASAN

Dari hasil penelitian mengenai kualitas tidur pada pasien Congestive Heart Failure terhadap 20 orang pasien maka

dapat dilihat bahwa sebelum dilakukannya pada kelompok intervensi diperoleh bahwa semua pasien mengalami kualitas tidur buruk yaitu 10 orang (100%). Sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh bahwa semua pasien mengalami kualitas tidur buruk yaitu 10 orang (100%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fachrunnisa (2016) bahwa kualitas tidur pasien CHF sebagian besar mengalami kualitas tidur yang tidak baik yaitu 20 orang (62,5%).

Gejala klinis yang muncul pada gagal jantung kongestif antara lain dispnea, ortopnea, paroxysmal nocturnal dispnea (PND), batuk, dan edemapulmonal akut (Black & Hawks, 2014). Beberapa gejala klinis ini dapat menimbulkan gangguan tidur pada penderita gagal jantung kongestif yang berkaitan dengan berkurangnya kualitas tidur (Khayat, 2015). Pada klien dengan gagal jantung berat, periode pernapasan cheyne stokes mungkin terjadi, dimana pola ini dapat mengakibatkan hipoksemia yang signifikan, sering terbangun, peningkatan tidur tahap 1, dan penurunan waktu total tidur (Black and Hawks, 2014).

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan umur 41-60 tahun merupakan umur terbanyak pada kedua kelompok yaitu 13 orang (65%) yaitu masa usia pertengahan (Hurlock, 1980;

Soetjiningsih, 2018). Usia merupakan salah satu faktor penentu lamanya tidur yang dibutuhkan seseorang. Semakin muda seseorang maka semakin banyak waktu yang dibutuhkan untuk tidur, sebaliknya semakin tua seseorang maka semakin sedikit pula lama tidur yang dibutuhkan (Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular, 2018; Kemenkes RI 2018).

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan jenis kelamin laki-laki lebih dominan pada kedua kelompok yaitu 14 orang (70%). Pasien gagal jantung lebih banyak diderita oleh laki-laki karena dipengaruhi oleh gaya hidup antara lain adalah kebiasaan merokok, aktivitas yang tinggi, dan tingkat stress (Puspita, 2017).

Penelitian ini menunjukkan beberapa responden tidak bekerja karena symptom yang dirasakan mengganggu respon dalam bekerja secara normal. Aktifitas yang cukup dapat meringankan gejala Congestive Heart Failure, tetapi aktifitas yang berlebih dapat memperburuk kondisi penderita Congestive Heart Failure (Vani, 2011; Fachrunnisa, 2016). Sedangkan menurut Potter dan Perry (1992) dalam Sibarani (2014), seseorang yang telah melakukan aktivitas dan mencapai kelelahan. Maka, orang tersebut akan lebih cepat untuk dapat tidur karena tahap tidur gelombang lambatnya diperpendek.

Dari hasil penelitian mengenai kuitas tidur pada pasien Congestive Heart Failure setelah dilakukan intervensi posisi tidur semi fowler 45° dapat dilihat bahwa pasien rata-rata mengalami perubahan kualitas tidur. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa rata-rata gangguan kualitas tidur pada kelompok intervensi mengalami penurunan yaitu 13,60 menjadi 4,20, sedangkan pada kelompok kontrol hanya mengalami sedikit penurunan yaitu 13,90 menjadi 13,30. Hal ini sejalan dengan pendapat DiGiulio (2015), memberikan posisi semi fowler pada pasien Congestive Heart Failure bertujuan untuk memudahkan bernapas dan meningkatkan ekskursi diafragma.

Peneliti menyimpulkan bahwa setelah dilakukan intervensi posisi tidur semi fowler 45°, rata-rata gangguan kualitas tidur pada kelompok intervensi mengalami penurunan karena sesak napas berkurang dan akan dapat meningkatkan durasi tidur pasien yang juga akan mempengaruhi kualitas tidur. Sedangkan pada kelompok kontrol juga mengalami penurunan gangguan kualitas tidur tetapi tidak sebesar penurunan yang terjadi pada kelompok intervensi. Penurunan gangguan kualitas tidur yang terjadi pada kelompok kontrol dapat disebabkan karena akibat berkurangnya gejala klinis pasien gagal jantung seperti deapnea, batuk dan edema

pulmonal akut sesudah perawatan beberapa hari di rumah sakit.

Dari hasil penelitian yang dilakukan bahwa kualitas tidur sesudah dilakukan intervensi posisi tidur semi fowler 45° mengalami perubahan secara signifikan dengan nilai $P=0,000$ (nilai $P<0,05$), yang berarti terdapat perbedaan peningkatan kualitas tidur pada kelompok intervensi. Sedangkan pada kelompok kontrol, diperoleh nilai $P=0,260$ (nilai $P>0,005$) yang berarti tidak terdapat perbedaan peningkatan kualitas tidur. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Shahab (2017) mengungkapkan bahwa ada pengaruh pemberian posisi semi fowler 45° terhadap kualitas tidur pasien gagal jantung pada kelompok intervensi ($p=0,000$) dan tidak ada pengaruh apapun pada kelompok kontrol ($p=0,184$). Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Kusumawati (2017) di ruang rawat inap paru RSUD Bangkinang mengungkapkan bahwa posisi tidur semi fowler efektif untuk meningkatkan kualitas tidur pada pasien asma dengan $P=0,000$ ($< \alpha 0,05$). Berdasarkan pemaparan diatas, dapat dilihat bahwa kualitas tidur pada pasien Congestive Heart Failure membaik setelah dilakukan intervensi posisi tidur semi fowler 45°.

Meninggikan anggota badan yang terkena dampak setinggi 20° atau lebih, lebih tinggi dari jantung, bertujuan untuk

meningkatkan aliran balik vena (Bulechek, 2018). Shahab (2017) juga mengungkapkan bahwa pemberian posisi semi fowler 45° menggunakan gaya gravitasi untuk membantu pernapasan, sehingga oksigen yang masuk ke dalam paru-paru akan lebih optimal sehingga pasien dapat bernapas lebih lega dan akan mengurangi ketidaknyamanan yang dirasakan ketika ingin tidur.

Menurut asumsi peneliti, posisi yang paling efektif bagi klien dengan penyakit kardiopulmonari adalah posisi semi fowler dimana kepala dan tubuh dinaikkan dengan derajat kemiringan 45°, yaitu dengan menggunakan gaya gravitasi untuk membantu mengembangkan paru dan mengurangi tekanan dari abdomen ke diafragma yang dapat meningkatkan kualitas rasa aman dan nyaman sehingga kebutuhan istirahat dan tidur terpenuhi.

Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh bahwa adanya pengaruh intervensi posisi tidur semi fowler 45° terhadap kualitas tidur pasien Congestive Heart Failure di ruang rawat inap cardiovascular RSUP Haji Adam Malik Medan dengan $t = -5,851$, nilai $P = 0,000$ ($P < 0,05$).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Puspita (2017) di RSUD. Dr. Soedarso Pontianak mengungkapkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kualitas tidur

sebelum dan sesudah diberikan posisi tidur semi fowler pada pasien gagal jantung kongestif dengan $P = 0,000$ ($< \alpha = 0,05$). Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Ardenny (2016) di ruang rawat inap paru RSUD Selasih Kabupaten Pelalawan mengungkapkan bahwa posisi tidur semi fowler berpengaruh untuk meningkatkan kualitas tidur pada pasien PPOK.

Hasil analisis peneliti berdasarkan penelitian terkait, intervensi posisi semi fowler 45° efektif meningkatkan kualitas tidur pasien Congestive Heart Failure di ruang rawat inap cardiovascular RSUP Haji Adam Malik Medan, karena menurut peneliti posisi tersebut meningkatkan ekspansi paru sehingga tidak tertekan oleh diafragma, sehingga pasien dapat bernapas dengan lebih lega, dan pasien dapat mengurangi gangguan tidur yang muncul akibat sesak yang muncul pada malam hari (paroxysmal nocturnal dyspnea (PND)) sebagai manifestasi Congestive Heart Failure. Selain itu dengan posisi semi fowler 45°, menyebabkan akumulasi cairan di rongga torak dapat berkurang sehingga mengurangi beban kerja jantung. Dengan demikian kejadian paroxysmal nocturnal dyspnea (PND) dan dyspnea dapat berkurang sehingga kualitas tidur pasien dapat meningkat.

KESIMPULAN

Hasil penelitian ini dari 20 responden mayoritas pasien berusia 41-60 tahun, berjenis kelamin laki-laki, tidak bekerja. Sebelum dilakukan intervensi posisi tidur semi fowler 45° memperlihatkan bahwa semua pasien berada dalam kualitas tidur buruk pada kelompok intervensi kelompok kontrol. Sedangkan hasil penelitian kualitas tidur sesudah dilakukan intervensi posisi tidur semi fowler 45° yang diukur dengan menggunakan kuesioner yang sama diperoleh bahwa kualitas tidur pasien mengalami perubahan yang signifikan menjadi kualitas tidur baik yaitu 90% dibandingkan dengan kelompok kontrol yang mengalami sedikit perubahan kualitas tidur baik yaitu 10%.

Hasil uji statistik menggunakan paired t-test (dependent groups t-test) pada kelompok intervensi diperoleh nilai P sebesar 0,000 ($p < 0,05$) menunjukkan bahwa terdapat perbedaan kualitas tidur sebelum dan sesudah intervensi posisi tidur semi fowler 45° pasien Congestive Heart Failure sedangkan pada kelompok kontrol diperoleh nilai P sebesar 0,260 ($P > 0,05$) menunjukkan bahwa tidak adanya perbedaan kualitas tidur sebelum dan sesudah intervensi posisi tidur semi fowler 45° dengan nilai $P = 0,260$.

Data hasil penelitian yang dikumpulkan telah diolah menggunakan independen t-test diperoleh nilai P sebesar

0,000 ($P < 0,05$) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh intervensi posisi tidur semi fowler 45° terhadap kualitas tidur pasien Congestive Heart Failure di ruang rawat inap cardiovascular RSUP Haji Adam Malik Medan.

SARAN

Bagi praktek keperawatan, hasil penelitian ini dapat memberikan masukan bagi institusi rumah sakit dan dapat dijadikan acuan untuk membuat Standar Operasional Prosedur (SOP) tentang pemberian posisi tidur semi fowler 45° bagi pasien Congestive Heart Failure sehingga setiap ada pasien Congestive Heart Failure dapat diberikan intervensi posisi tidur semi fowler 45° untuk mengatasi masalah gangguan tidur, sehingga diharapkan dapat mengoptimalkan penyembuhan dan menurunkan komplikasi serta mortalitas pasien Congestive Heart Failure.

Bagi pendidikan keperawatan, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi tambahan informasi dan bahan diskusi bagi mahasiswa keperawatan tentang keperawatan medikal bedah khususnya membahas sistem kardiovaskuler serta ketika mahasiswa melakukan pendidikan kesehatan di rumah sakit atau komunitas dapat memberikan materi penyuluhan terkait posisi tidur yang baik bagi penderita penyakit Congestive Heart Failure.

Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan bagi peneliti selanjutnya agar dapat melakukan penelitian yang sejenis dengan responden yang lebih besar lagi dan menambahkan variable faktor yang mempengaruhi kualitas tidur pasien Congestive Heart Failure.

Bagi pasien Congestive Heart Failure, diharapkan pasien tersebut dapat mengatur posisi tidur yang sesuai, mengatur pola tidur yang baik bahkan bila perlu membuat jadwal jam tidur untuk meningkatkan kualitas tidur di rumah sakit maupun di rumah.

REFERENSI

- Ardhiyanti, Y, et al. 2014. *Panduan Lengkap Keterampilan Dasar Kebidanan 1*. Yogyakarta: CV Budi Utama
- Ardenny, et al. 2016. *Pengaruh Posisi Tidur Semi Fowler dengan Kualitas Tidur pada Pasien PPOK di Ruang Rawat Inap Penyakit Paru RSUD Selasih Kabupaten Pelalawan*
- Black, M, & Hawks, H. 2014. *Keperawatan Medikal bedah. Edisi.8 Buku 3*. Indonesia: CV Pentasada Media Edukasi
- Bulechek, Gloria M, et al. 2018. *Nursing Interentions Classification (NIC) Edisi Ketujuh Bahasa Indonesia*. United Kingdom: Elseviet Global Rights
- DiGiulio, M, Jackson, D, & Keogh, J. 2015. *Keperawatan Medikal Bedah*. Yogyakarta: Rapha Publishing
- Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular. 2019. *Buku Pedoman Manajemen Penyakit Tidak Menular*. Jakarta Selatan: Kemenkes RI
- Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular. 2018. *Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular*. Jakarta: Kemenkes RI
- Fachrunnisa, et al. 2016. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kualitas Tidur pada Pasien Congestive Heart Failure*. *JOM, Vol 2 No 2*
- Faulkner, Sophie, et al. 2019. *Use of the Pittsburgh Sleep Quality Index in People With Schizophrenia Spectrum Disorders: A Mixed Methods Study*. *Lifestyle Psychiatry: Investigating Health Behaviours for Mental WellBeing, Vol 10*
- Harrison. 2015. *Kardiologi dan Pembuluh Darah*. Jakarta: EGC
- Institut Kesehatan Sumatera Utara. 2020. *Panduan Penulisan Proposal dan Skripsi Mahasiswa Prodi Ilmu Keperawatan Program Sarjana*. www.inkesumut.ac.id (April 2020)
- Irwan. 2018. *Epidemiologi Penyakit Tidak Menular*. Yogyakarta: Deepublish

- Kairupan, JMA, et al. 2016. *Hubungan Merokok dengan Kejadian Insomnia pada Remaja di SMA Negeri 1 Remboken Kabupaten Minahasa. Ejournal Keperawatan, Vol 4 No 1*
- Kemenkes RI. 2014. *Profil Data Kesehatan Indonesia Tahun 2011*. Jakarta: Kemenkes RI
- Khayat, R, et al. 2015. *Sleep disordered breathing dan post-discharge mortality in patients with acute heart failure. European heart journal*
- Kusumawati, Nila. 2017. *Efektifitas Posisi Tidur Semi Fowler dengan Kualitas Tidur pada Pasien Asma di Ruang Rawat Inap Perawatan Paru RSUD Bangkinang Tahun 2017*. Prepotif Jurnal Kesehatan Masyarakat, Vol 1 No 2
- Majid, Abdul. 2018. *Asuhan Keperawatan pada Pasien dengan Gangguan Sistem Kardiovaskuler*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Moorhead, Sue, et al. 2018. *Nursing Outcomes Classification (NOC) Edisi Keenam Bahasa Indonesia*. United Kingdom: Elsevier Global Rights
- Noor, Juliansyah. 2017. *Metodologi Penelitian Skripsi, Tesis, Disertasi dan Karya Ilmiah*. Jakarta: Kencana
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2018. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Ozen K. Bagoslu, et al. 2015. *Effect of Semirecumbent Sleep Position on Severity of Obstructive Sleep Apnea in Patients With Heart Failure, Vol.21, No.10*. Izmir, Turkey
- Perki. 2019. *World Heart Day: Your Heart Is Our Heart Too*. <http://inaheart.org> (Desember 2019)
- Perki. 2015. *Pedoman Tatalaksana Gagal Jantung Edisi Pertama*. Jakarta: Perki
- Polit, F, & Beck, T. 2017. *Essentials of Nursing Research Nine Edition*. Wolters Kluwer Law & Business
- Puspita, et al. 2017. *Efektifitas Posisi Tidur Miring Kanan dan Semi Fowler terhadap Kualitas Tidur pada Pasien Gagal Jantung Kongestif di RSUD Dr Soedarso Pontianak*
- Shahab, Sukainah, et al. 2017. *Pengaruh Posisi Tidur Semi Fowler 45° terhadap Kualitas Tidur Pasien Gagal Jantung di Ruang ICCU RSUD dr. Soedarso Pontianak. Jurnal Proners, Vol 3 (1)*
- Sibarani, Bobi C. 2014. *Gambaran Pola Tidur Anak yang Dirawat Inap di Rumah Sakit Sari Mutiara Medan: Skripsi*. www.usu.ac.id (Desember 2019)
- Sistem Informasi Rumah Sakit (SIRS), RSUP HAM. 2019. *Sistem Informasi Rumah Sakit RSUP Haji Adam Malik Medan*. Medan

- Smeltzer, C, & Bare, G. 2013. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah brunner & Suddarth*. Jakarta: EGC
- Soetjiningsih, Christiana Hari. 2018. *Seri Psikologi Perkembangan Anak Sejak Pembuahan Sampai dengan Kanak-kanak Akhir*. Jakarta: Kencana
- Sugiono, et al. 2018. *Ergonomi untuk Pemula (Prinsip Dasar dan Aplikasinya)*. Malang: UB Press
- Sugiyono. 2017. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Sumantri, Arif. 2015. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Kencana
- Supadi. 2016. *Analisa Hubungan Posisi Semi Fowler dengan Kualitas Tidur pada Klien Gagal Jantung di RSUD Banyumas Jawa Tengah: Skripsi*. www.ui.ac.id (April 2019)
- Sutanto, A.V & Fitriana, Y. 2017. *Kebutuhan Dasar Manusia*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press
- Udjianti, W.J. 2013. *Keperawatan Kardiovaskuler*. Jakarta: Salemba Medika
- Wispondono, R.M. Moch. 2018. *Buku Ajar Menguak Kemampuan Pekerja Migran*. Yogyakarta: CV Budi Utama