

IMPLEMENTASI MASAGE PUNGGUNG UNTUK MENURUNKAN KELELAHAN PADA PASIEN CONGESTIVE HEART FAILURE (CHF) DI RUMAH SAKIT VITA INSANI PEMATANGSIANTAR

Salwa Nabila Purti¹, Astika Handayani²

salwanabilapurti891@gmail.com¹, astika.handayani88@gmail.com²

Akademi Keperawatan Kesdam I/BB Pematangsiantar

ABSTRAK

x + 123 Halaman, 9 Lampiran **Pendahuluan:** Gagal jantung kongestif adalah suatu kondisi dimana jantung tidak dapat memompa darah sehingga tubuh tidak mendapatkan cukup pasokan darah dan oksigen. Penderita gagal jantung biasanya mengalami kelelahan dan dispnea, penurunan toleransi latihan, dan kongesti sistemik atau paru. Pijat punggung merupakan salah satu intervensi nonfarmakologi dalam mengatasi kelelahan. Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan implementasi *massage* punggung untuk menurunkan kelelahan pada klien *congestive heart failure* (CHF). **Metode:** Metode yang digunakan dalam penelitian ini yaitu deskriptif dengan pendekatan studi kasus. Sampel yang digunakan sebanyak 2 orang klien penderita gagal jantung kongestif yang dirawat di rumah sakit Vita Insani Pematangsiantar. Data dikumpulkan pada 26 April sampai 01 Mei 2025 dengan cara anamnesis, pemeriksaan fisik, pemeriksaan penunjang dan observasi. **Hasil:** Hasil pengkajian didapatkan data klien mengeluh kelelahan, lemah dan sesak nafas bertambah jika melakukan aktivitas sehari-hari. Masalah keperawatan yang timbul yaitu intoleransi aktivitas. Penerapan *massage* punggung dilakukan 1 kali sehari selama 3 hari dengan durasi waktu 10 menit. Intervensi dan implementasi *massage* punggung yang dilakukan pada klien 1 dan 2 menunjukkan skor kelelahan menurun. **Kesimpulan:** Penerapan *massage* punggung dapat menurunkan kelelahan pada klien dengan CHF. **Saran:** Perawat hendaknya dapat mengajarkan kepada klien dan keluarga untuk melakukan *massage* punggung sehingga kelelahan pada klien CHF dapat menurun. **Kata Kunci:** *Massage* Punggung, Kelelahan, Chf.

ABSTRACT

X + 123 Pages, 9 Attachments **Introduction:** Congestive heart failure is a condition in which the heart is unable to pump blood so that the body does not get enough blood and oxygen supply. Patients with heart failure usually experience fatigue and dyspnea, decreased exercise tolerance, and systemic or pulmonary congestion. Back massage is one of the non-pharmacological interventions in overcoming fatigue. This study aims to describe the implementation of back massage to reduce fatigue in clients with congestive heart failure (CHF). **Method:** The method used in this study was descriptive with a case study approach. The sample used was 2 clients with congestive heart failure who were treated at the Vita Insani Pematangsiantar hospital. Data were collected by anamnesis, physical examination, diagnostic test and observation. **Results:** The results of the assessment obtained data on clients complaining of fatigue, weakness and shortness of breath increasing when doing daily activities. The nursing problem that arises was activity intolerance. The application of back massage was carried out once a day for 3 days with a duration of 10 minutes. Intervention and implementation of back massage performed on clients 1 and 2 showed a decrease in fatigue scores. **Conclusion:** Application of back massage can reduce fatigue in clients with CHF. **Recommendation:** Nurse can be applied back massage for clients and families to help reduce fatigue in CHF clients.

Keywords: Back Massage, Fatigue, Chf.

PENDAHULUAN

Gagal jantung kongestif yaitu suatu kondisi klinis dimana jantung tidak dapat memompa darah dalam mempertahankan sirkulasi yang cukup sehingga beberapa bagian tubuh tidak mendapatkan cukup pasokan darah dan oksigen (Nurhayati, 2021). Penyebab utama gagal jantung di dunia dan di negara-negara Asia adalah penyakit jantung iskemik dan penyakit jantung hipertensi. Berdasarkan penelitian dari 18.102 juta pasien gagal

jantung di Asia Tenggara (India, Indonesia, dan Thailand) gagal jantung disebabkan oleh penyakit jantung iskemik sebanyak 6698 orang, penyakit jantung hipertensi sebanyak 4844 orang, kardiomiopati sebanyak 4663 orang, dan penyakit katup jantung 1897 orang (Feng et al., 2024).

Gagal jantung merupakan masalah kesehatan masyarakat di dunia. Angka kejadian gagal jantung pada tahun 2019 mencapai 56.19 juta kasus di seluruh dunia (Yan et al., 2023). Prevalensi gagal jantung terbesar di negara maju pada tahun 2019 yaitu di Asia Timur mencapai 1.93 juta kasus, Amerika Utara mencapai 7.22 juta kasus, dan Eropa Barat mencapai 5,75 juta kasus. Angka kejadian gagal jantung di Asia Tenggara mencapai 4.09 juta kasus. China, Indonesia dan Malaysia merupakan 3 negara dengan prevalensi gagal jantung tertinggi (Feng et al., 2024).

Angka kejadian penyakit jantung di Indonesia mencapai 745.901 orang (85%) dari 877.531 orang. Angka kejadian tertinggi penyakit jantung di DIY Jogja berkisar 14.654 orang (1.67%), Papua tengah mencapai 14.4791 orang (1.65%), DKI Jakarta mencapai 13.689 orang (1.56%). Angka kejadian penyakit jantung di Sumatera Utara berkisar 5265 orang (0.60%) (Kemenkes RI, 2023). Angka kejadian pasien gagal jantung pada tahun 2020 di Rumah Sakit Umum Pusat Haji Adam Malik Medan sebanyak 312 orang pasien rawat inap dan 971 orang pasien rawat jalan dengan angka kematian sebanyak 56 orang (Instalasi Rekam Medis Rumah Sakit Umum Pusat Haji Adam Malik Medan, 2021 dalam Sinurat et al., (2022).

Berdasarkan hasil survey awal di Rumah Sakit Vita Insani Pematangsiantar Pada tahun 2022 yang mengalami Congestive Heart Failure (CHF) sebanyak 517 orang, dimana pada tahun 2023 penderita Congestive Heart Failure meningkat sebanyak 2.280 orang dan pada tahun 2024 penderita penyakit Congestive Heart Failure adalah 379 orang, sedangkan pada 3 bulan terakhir didapatkan data pada bulan Oktober ada 18 orang yang mengalami penyakit Congestive Heart Failure (CHF), pada bulan November ada 25 orang yang mengalami Congestive Heart Failure (CHF), serta yang terakhir pada bulan Desember ada 20 orang yang menderita penyakit Congestive Heart Failure (CHF) di Rumah Sakit Vita Insani Pematangsiantar (Rekam Medis Rumah Sakit Vita Insani Pematangsiantar, 2025).

Berdasarkan hasil studi tinjauan sistematis menunjukkan bahwa terapi nonfarmakologi merupakan terapi yang efektif dalam menurunkan tingkat kelelahan pada pasien gagal jantung kongestif sesuai dengan keadaan psikologis dan masalah fisik yang dialami pasien. Terapi nonfarmakologis yang digunakan seperti pijat punggung, hipnosis, dan realitas virtual (Gede et al., 2023). Pijat punggung adalah suatu teknik manipulasi jaringan lunak yang berfungsi untuk membantu mempercepat proses penyembuhan berbagai penyakit dengan cara mengendurkan otot, meningkatkan sirkulasi darah, meningkatkan kelenturan, dan menghilangkan rasa sakit (Ramlah et al., 2024). Pijat punggung juga merupakan salah satu teknik yang mudah dilakukan, mudah dipelajari, tidak membahayakan, dan tidak memerlukan biaya besar (Maharani et al., 2024).

METODOLOGI

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian deskriptif melalui pendekatan study kasus. Adapun tujuan pada rancangan study kasus ini penulis ingin mengetahui “bagaimanakah gambaran asuhan keperawatan pada klien CHF dengan implementasi massage punggung untuk menurunkan kelelahan di rumah sakit vita insani Pematangsiantar, subjek penelitian yang digunakan dalam penelitian yaitu 2 responden yang mengalami gagal jantung, Lokasi penelitian di Rumah Sakit Vita Insani Pematangsiantar, Penelitian massage punggung bagi pasien gagal jantung dengan menggunakan metode implementasi massage punggung untuk menurunkan kelelahan di

Rumah Sakit Vita Insani Pematangsiantar, Pada klien 1 dilaksanakan pada tanggal 26-28 April 2025 sedangkan klien 2 pada tanggal 29-01 Mei 2025, pelaksanaan dilakukan setiap hari selama 3 hari.

Populasi dalam proposal ini adalah seluruh pasien yang menderita penyakit gagal jantung yang dirawat di Rumah Sakit Vita Insani Pematangsiantar. Dalam menjalankan rangka penelitian, diperlukan teknik pengumpulan data. Untuk tujuan ini, peneliti memiliki beberapa instrument dalam penelitian ini menggunakan format pengkajian medical bedah, lembar persetujuan responden, Standar Operasional Prosedur (SOP), dan lembar, observasi.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada pembahasan penelitian akan membahas tentang pemberian massage punggung pada pasien gagal jantung, yang berjudul implementasi massage punggung untuk menurunkan kelelahan pada pasien congestive heart failure (chf) di Rumah Sakit Vita Insani Pematangsiantar. Implementasi dilaksanakan selama 3 hari yang dilakukan pada klien Ny.SN sejak tanggal 26-28 April 2025 dan klien Ny. SS sejak tanggal 29-01 Mei 2025 di Rumah Saki Vita Insani Pematangsiantar.

1. Pengkajian

a. Klien 1

Berdasarkan hasil pengkajian yang penulis lakukan pada klien 1 tanggal 26 April 2025 didapatkan Ny. SN usia 60 tahun dengan gagal jantung, pengkajian diperoleh klien mengatakan klien mengatakan klien mengatakan terasa sesak nafas, lelah, dan klien tampak lemah, RR : 24x/i, Nadi sebelum aktivitas : 91x/i, Nadi setelah aktivitas:104x/i. Hal ini di dukung oleh penelitian Sudarmono (2021), evaluasi menunjukan terhadap 4 orang penderita gagal jantung menyebutkan bahwa kelelahan berkurang, klien rileks dan sesak nafas berkurang setelah dilakukan massage punggung.

b. Klien 2

Sedangkan hasil pengkajian pada tanggal 29 April 2025 klien Ny.SS usia 41 tahun dengan gagal jantung klien mengatakan sesak nafas, badan terasa lelah, dan klien tampak lemah RR:32x/i, Nadi sebelum aktivitas : 72x/i, Nadi setelah aktivitas : 88x/i. Sesuai dengan penelitian yang dilakukan Syadiah (2023) & Ramlah et al., (2024), yang mengatakan evaluasi setelah pemberian intervensi back massage pada pasien CHF selama 3 hari dan dilakukan satu kali per hari dengan durasi 5 menit setiap intervensi menunjukkan bahwa skor kelelahan berubah dari skor kelelahan berat menjadi kelelahan sedang.

2. Diagnosa Keperawatan

Diagnosa yang ditemukan pada klien 1 (Ny.SN) yaitu Intoleransi aktivitas berhubungan dengan ketidakseimbangan antara suplai dan kebutuhan oksigen ditandai dengan klien mengatakan seluruh tubuhnya terasa lelah dan sesak nafas bertambah jika melakukan aktivitas sehari-hari, klien tampak lemah, tampak aktivitas klien dibantu oleh keluarga dan perawat, klien tampak sesak, frekuensi pernafasan 24x/i, terpasang 02 nadi sebelum aktivitas: 91x/i, nadi setelah aktivitas (ganti pakaian): 104x/i.

Sedangkan pada klien 2 (Ny.SS) didapatkan Intoleransi aktivitas berhubungan dengan ketidak seimbangan antara suplai dan kebutuhan oksigen ditandai dengan klien mengatakan badan terasa lelah dan nafas terasa sesak, klien tampak lemah, tampak aktivitas klien dibantu oleh keluarga dan perawat, klien tampak sesak, frekuensi pernafasan 32x/i, terpasang 02, nadi sebelum aktivitas: 72x/i, nadi setelah aktivitas (ganti pakaian): 88x/i.

Klien 1 dan klien 2 memiliki diagnose keperawatan yang sama yaitu intoleransi

aktivitas. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Syadiah (2023) & Ramlah et al., (2024), yang mengatakan bahwa setelah pemberian intervensi back massage pada pasien CHF selama 3 hari dan dilakukan satu kali per hari dengan durasi 5 menit setiap intervensi menunjukkan bahwa skor kelelahan berubah dari skor kelelahan berat menjadi kelelahan sedang.

3. Intervensi Keperawatan

Setelah penulis merumuskan diagnose keperawatan, penulis menyusun rencana keperawatan sesuai dengan SLKI dan SIKI (2018). Berdasarkan diagnosa keperawatan yaitu intoleransi aktivitas, Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh El Haque (2022) bahwa diagnosa keperawatan pada klien dengan gagal jantung kongestif yaitu intoleransi aktivitas.

Peneliti menetapkan intervensi keperawatan dari diagnosa keperawatan intoleransi aktivitas berhubungan dengan ketidakseimbangan antara suplai dan kebutuhan oksigen yaitu setelah dilakukan intervensi keperawatan selama 3x24 jam maka toleransi aktivitas meningkat kriteria hasil berdasarkan dengan SLKI (Standar Luaran Keperawatan Indonesia) tahun 2018: keluhan lelah menurun, dispnea saat aktivitas menurun, dispnea setelah aktivitas menurun, frekuensi nadi membaik, dispnea setelah aktivitas menurun, perasaan lemah menurun, aritmia saat aktivitas menurun, frekuensi nafas membaik.

Berdasarkan tujuan dari kriteria hasil tersebut kemudian penulis menyusun intervensi keperawatan berdasarkan SIKI (Standar Intervensi Keperawatan Indonesia) tahun 2018 yaitu manajemen energi (1.05178) yang meliputi : Observasi, Terapeutik, Edukasi, Kolaborasi.

Hal ini sesuai dengan penelitian Syadiah, A. L. (2023) bahwa salah satu intervensi terapeutik yang disusun adalah berikan aktivitas distraksi yang menyenangkan yaitu terapi pijat punggung.

4. Implementasi Keperawatan

Implementasi keperawatan yang dilakukan sesuai dengan rencana klien 1 dan klien 2 Implementasi atau pelaksanaan keperawatan yang dilakukan berdasarkan intervensi yang telah disusun. Peneliti melakukan implementasi selama 3 hari atau 3x24 jam dengan memperhatikan aspek tujuan yang kriteria hasil dalam rentang yang telah ditentukan.

Implementasi yang dilakukan penulis meliputi : Observasi, terapeutik, edukasi, kolaborasi.

Mengidentifikasi gangguan fungsi tubuh yang mengakibatkan kelelahan, menyediakan lingkungan nyaman, menganjurkan tirah baring, dan Mengkolaborasi dengan ahli gizi. Sesuai pendapat Zahrotin (2019), Menyatakan bahwa implementasi intervensi inovasi pijat punggung dengan penggunaan minyak VCO pada pasien Congestive Heart Failure (CHF) dapat mengatasi kelelahan. Hal ini sejalan juga dengan penelitian sebelumnya yang melaporkan bahwa setelah dilakukan intervensi dan implementasi penerapan teknik relaksasi pijat punggung selama 4 hari, pasien melaporkan kelelahan menurun (Sutriyaningsih, 2019).

5. Evaluasi Keperawatan

Evaluasi keperawatan yaitu mengkaji respon klien setelah dilakukan intervensi keperawatan dan mengkaji ulang asuhan keperawatan yang telah diberikan. Evaluasi yang dilakukan pada Ny. SN dan Ny. SS dengan metode SOAP (subyektif, obyektif, analisis, dan planning), metode ini digunakan untuk mengetahui keefektifan dari tindakan keperawatan yang dilakukan sesuai tujuan dan kriteria hasil yang diharapkan. Evaluasi pada klien 1 dengan kriteria hasil yaitu keluhan lelah skor 2 (cukup

meningkat), perasaan lemah skor 2 (cukup meningkat), sesak nafas skor 3 (sedang), frekuensi nadi skor 5 (meningkat). Evaluasi pada hari kedua yaitu keluhan lelah skor 4 (cukup menurun), perasaan lemah skor 4 (cukup menurun), sesak nafas skor 4 (cukup menurun), frekuensi nadi skor 3 (sedang) dan evaluasi pada hari ketiga yaitu keluhan lelah skor 5 (menurun), perasaan lemah skor 5 (menurun), sesak nafas skor 5 (menurun), frekuensi nadi skor 2 (cukup menurun).

Evaluasi pada klien 2, yaitu keluhan lelah skor 1 (meningkat), perasaan lemah skor 1 (meningkat), sesak nafas skor 1 (meningkat), frekuensi nadi skor 4 (cukup meningkat). Evaluasi pada hari kedua yaitu keluhan lelah skor 3 (sedang), perasaan lemah skor 3 (sedang), sesak nafas skor 3 (sedang), frekuensi nadi skor 3 (sedang), dan evaluasi pada hari ketiga yaitu keluhan lelah skor 5 (menurun), perasaan lemah skor 5 (menurun), sesak nafas skor 5 (menurun), frekuensi nadi skor 1 (menurun).

Hal ini didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Sudarmono, (2021) dalam penelitian studi kasus terhadap 4 orang penderita gagal jantung menyebutkan bahwa kelelahan berkurang, klien rileks dan sesak nafas berkurang setelah dilakukan massage punggung.

KESIMPULAN

Setelah peneliti melakukan Asuhan keperawatan yang telah dilakukan pada Ny. SN mulai tanggal 26– 28 April 2025 sedangkan pada Ny. SS pada tanggal 29 April – 01 Mei 2025 dengan kasus congestif heart failure (CHF) di ruang mawar dan cendrawasih rumah sakit Vita Insani Pematangsiantar. Hasil pengkajian menunjukkan bahwa klien mengatakan seluruh tubuhnya terasa lelah, lemah dan sesak nafas bertambah jika melakukan aktivitas sehari-hari, klien tampak lemah, tampak aktivitas klien dibantu oleh keluarga dan perawat, klien tampak sesak, frekuensi pernafasan meningkat, tampak pernafasan cuping hidung, terpasang O2, frekuensi nadi meningkat setelah melakukan aktivitas.

Berdasarkan hasil pengkajian maka penulis menegakkan diagnosa keperawatan yaitu intoleransi aktivitas berhubungan dengan ketidakseimbangan antara suplai dan kebutuhan oksigen. Adapun intervensi yang disusun oleh penulis yaitu manajemen energi yang meliputi: observasi, terapeutik, edukasi dan kolaborasi. Implementasi terapeutik yang dilakukan penulis memberikan aktivitas distraksi yang menyenangkan yaitu penerapan massage punggung. Evaluasi menunjukkan bahwa setelah dilakukan massage punggung didapatkan toleransi aktivitas meningkat dengan kriteria hasil keluhan lelah skor 5 (menurun), perasaan lemah skor 5 (menurun), sesak nafas skor 5 (menurun), frekuensi nadi skor 1 (menurun).

DAFTAR PUSTAKA

- Utami, N., Haryanto, E., & Fitri, A. (2019). Fatigue Pada Pasien Gagal Jantung di Ruang Rawat Inap Rsau Dr. M. Salamun. *Jurnal Ilmiah JKA (Jurnal Kesehatan Aeromedika)*, 5(2), 63–71. <https://doi.org/10.58550/jka.v5i2.89>
- Zahrotin, S. (2019). Analisis Praktik Klinik Keperawatan Pada Pasien Congestive Heart Failure (CHF) Dengan Intervensi Inovasi Pijat Punggung Terhadap Kelelahan Iccu Rsud Abdul Wahab Sjahranie Samarinda Tahun 2019.
- Sutriyaningsih. (2019). Penerapan Teknik Relaksasi Pijat Punggung Untuk Menurunkan Kelelahan Pada Pasien Congestive Heart Failure (CHF) Dengan Penurunan Curah Jantung Di Instalasi Gawat Darurat RSUD Dr.Soedirman Kebumen. STIKES Muhammadiyah Gombong.
- Sudarmono, J. (2021). Pengaruh Pemberian Terapi Massage Punggung Terhadap Penurunan Skor Kelelahan Pada Penderita Congestive Heart (pp. 1–53).
- El Haque, I. T., Gunawan, A., Hidayat, N., & Falah, S. A. (2022). Back Massage Relaxation

- Therapy Intervention and Measurement of Client Fatigue Score in Congested Heart Failure Clients with Activity Intolerance Disorder. *JURNAL VNUS (Vocational Nursing Sciences)*, 4(1), 10–21. <https://doi.org/10.52221/jvnus.v4i1.319>
- Kurniawan, M. A. A., Fitri, N. L., & Nurhayati, S. (2022). Penerapan Massage Punggung Terhadap Skor Kelelahan Pasien Gagal Jantung Di Ruang Jantung RSUD Jend. Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2021. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(September), 331–340.
- Syabilla, N. N., & Ferianto. (2022). Penerapan Intervensi Pijat Punggung Pada Pasien Gagal Jantung Pada Tn."S" Di Wilayah Kerja Puskesmas Godean I.
- Syadiah, A. L. (2023). Aplikasi Pijat Punggung Terhadap Menurunkan Skor Kelelahan Pada Askep Gagal Jantung Kongestif (Congestive Heart Failure) Di Ruangan Pangkalan RSUD Karawang Tahun 2023. In *STIKES HORIZON KARAWANG* (Vol. 15, Issue 1).
- Azmiya, Z. M. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kekambuhan pada Pasien Gagal Jantung. In *Jurnal Universitas Islam Agung* (Vol. 2, Issue 3).
- Ramlah, Wibowo, T. A., Astuti, Z., & Asyadi, F. (2024). Intervensi Inovasi Back Massage Terhadap Kelelahan Pada Pasien Di Ruang Intensive Cardiac Care Unit RSUD Aji Muhammad Parikesit Tenggarong. *Alauddin Scientific Journal Of Nursing*, 2(September), 91–98.