

Pemberian Edukasi Efektifitas Posisi Tidur Semi Fowler 45° Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien *Congestive Heart Failure* Di Ruang Edelweis RSUD Kabupaten Bekasi

Arifah Rakhmawati¹, Abdul Khamid², Antonius Rino Vanchapo³

^{1,2} Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara, Indonesia

³ Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sismadi, Indonesia

Info Artikel	ABSTRACT
<p>Riwayat Artikel: Dikirim 07 Januari, 2024 Revisi 03 Februari, 2025 Diterima 16 Maret, 2025</p>	<p><i>Congestive heart failure</i> mengalami <i>paroxysmal nocturnal dyspnea</i> yang mengakibatkan terganggunya kualitas tidur. Penatalaksanaan keperawatan untuk mengatasi gangguan kualitas tidur yaitu efektivitas posisi tidur <i>semifowler</i> 45°. Tujuan ini mengetahui pemberian edukasi posisi tidur <i>semifowler</i> 45° terhadap kualitas tidur pada pasien CHF di ruang Edelweis. Metode yang digunakan dalam program ini penyuluhan interatif dalam pemberian edukasi sebelum dilakukan dan setelah dilakuan intervensi. Besarnya sampel menggunakan teknik <i>total sampling</i> sampel 33 responden yang dipilih sesuai kriteria Hasil Berdasarkan hasil pengolahan data pada 33 responden didapatkan penurunan skor kualitas tidur rata-rata responden sebelum dan sesudah pemberian posisi semi fowler sebesar 4,24%. Skor rata-rata kualitas tidur sebelum pemberian posisi semi fowler sebesar 12,15 menjadi 7,91 sesudah pemberian posisi semi fowler. yang berarti terdapat efektivitas posisi semi fowler 45° terhadap kualitas tidur pada pasien <i>Congestive Heart Failure</i>. Dengan adanya penyuluhan ini, terjadi peningkatan signifikan dalam pemberian edukasi bermakna pre dan post intervensi, sehingga dapat disimpulkan terdapat pengaruh dari intervensi Posisi Semi Fowler 45° terhadap kualitas tidur pada pasien <i>Congestive Heart Failure</i> di ruang Edelweis RSUD Kabupaten Bekasi.</p>
<p>Kata Kunci: Posisi tidur <i>semifowler</i> 45° Kualitas tidur <i>Congestive heart failure</i></p>	<p><i>This is an open access article under the CC BY-SA license.</i></p> 
<p>Corresponding Author: Arifah Rakhmawati Departemen Keperawatan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara, Indonesia Email : arifah051280@gmail.com</p>	

1. PENDAHULUAN

Beberapa penyakit yang disebabkan oleh perubahan gaya hidup ini antara lain penyakit jantung, diabetes mellitus, stroke, dan sebagainya. Gagal jantung atau gagal jantung kongestif merupakan salah satu masalah jantung yang muncul di masyarakat saat ini. *Congestive Heart Failure* (CHF) adalah suatu kondisi di mana fungsi jantung tidak normal, mengakibatkan ketidakmampuan jantung untuk memompa darah ke seluruh tubuh untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi pada jaringan (Brunner & Suddarth, 2018).

Kasus penyakit jantung menjadi yang teratas diantara penyakit tidak menular lainnya, dan menjadi yang paling boros dalam hal pembiayaan. Pada tahun 2020 terdapat 11.592.990 kasus penyakit jantung dengan total pembiayaan lebih dari 8 Triliun Rupiah (Kemenkes RI, 2021).

Penyakit jantung merupakan penyebab utama kematian di seluruh dunia. *World Health Organization* (WHO) menyebutkan bahwa setiap tahunnya kematian akibat penyakit jantung mencapai lebih dari 17,8 juta. Sedangkan data dari Kemenkes RI pada tahun 2023 di Indonesia angka kematian akibat penyakit ini mencapai 650.000 penduduk per tahun. Organisasi Kesehatan Dunia (2020) memperkirakan bahwa pada tahun 2030, hampir 23,6 juta orang akan meninggal karena penyakit kardiovaskuler, terutama karena penyakit jantung koroner.

Sebuah studi sebelumnya yang dilakukan oleh Ananda (2019) mengenai pengaruh posisi 45 derajat terhadap kualitas tidur pasien gagal jantung di ICU RS Abdul Wahab Sjahranie Kalimantan Timur, menemukan bahwa pasien yang diberikan posisi ini terjadi peningkatan kualitas tidur dari 42,9% menjadi 85,7%. Penelitian lain oleh Puspita (2019) mengungkapkan tentang efektivitas posisi tidur miring kanan dan *semi fowler* terhadap kualitas tidur pasien gagal jantung kongestif di RSUD Dr. Soedarso Pontianak, menyatakan bahwa posisi setengah *fowler* lebih efektif dibandingkan posisi miring kanan dalam meningkatkan kualitas tidur pada pasien CHF.

Berdasarkan data rekam medis RSUD Kabupaten Bekasi (2024), informasi pasien CHF yang dirawat di ruang Edelweis dalam 4 bulan adalah sebagai berikut: Juni (28 pasien), Juli, (30 pasien), Agustus (42 pasien) dan September 2024 (30 pasien). Mayoritas pasien yang masuk ke IGD dengan masalah CHF mengalami keluhan sesak nafas berat.

Gejala utama pada pasien CHF adalah kelelahan dan sesak nafas yang menyebabkan berkurangnya kualitas tidur. Kualitas tidur pasien yang buruk dapat menyebabkan berbagai masalah (Brunner & Suddart, 2018). Untuk menangani masalah tersebut, dapat dilakukan pemberian *posisi semi fowler 45°* (PPNI 2020). *Semi fowler* dapat mengembangkan ekspansi paru, lalu mempengaruhi perubahan curah jantung, dan akan meningkatkan pertukaran gas pada pasien yang akan mengoptimalkan kualitas tidur pasien (Brunner & Suddart, 2018).

2. METODE

Penelitian dilakukan di Rumah Sakit Umum Kabupaten Bekasi di ruangan Edelweis, Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian eksperimental dengan desain penelitian *pre-test and post-test without control group design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien *Congestive Heart Failure* yang dirawat di ruang Edelweis RSUD Kabupaten Bekasi. Pengambilan metode pengumpulan data dilakukan dengan menjadikan responden yang sesuai criteria yaitu kelompok kualitas tidur *intervensi* kelompok *pre-test* terlebih dahulu sebelum dilakukan *intervensi*, kemudian dilakukan *post-test* kembali setelah dilakukan *intervensi (post-test)*. Kegiatan ini diawali dengan pengumpulan data awal dengan tujuan untuk menilai tingkat pemahaman peserta mengenai efektivitas posisi semi fowler 45° terhadap kualitas tidur pada pasien *Congestive Heart Failure*. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner dengan pertanyaan terkait penyakit jantung, posisi tidur, serta kepatuhan terhadap pengelolaan penyakit jantung

Selanjutnya, dilakukan penyuluhan interaktif yang mencakup beberapa aspek penting, Posisi tidur, kualitas dalam tidur, serta cara mencegah komplikasi pada penyakit jantung. Materi disampaikan dalam bentuk ceramah menggunakan media presentasi, diskusi kelompok, dan tanya jawab untuk meningkatkan pemahaman peserta. Penyuluhan juga menekankan pentingnya pola hidup sehat, makan, aktifitas dan pengurangan konsumsi makanan sesuai anjuran medis. Selain edukasi, dilakukan pemeriksaan kesehatan sederhana, termasuk pengukuran tekanan darah, Nadi, Frekuensi napas serta observasi pemeriksaan hasil laboratorium. Langkah ini bertujuan untuk mengetahui peserta terhadap kondisi kesehatannya mereka dan mendorong mereka untuk lebih aktif dalam menjaga fungsi jantung.

Setelah sesi penyuluhan, peserta diberikan post-test dengan kuesioner yang sama seperti pre-test untuk mengevaluasi peningkatan pemahaman mereka. Data yang diperoleh dibandingkan dengan hasil pre-test guna mengukur efektivitas penyuluhan dalam efektivitas posisi semi fowler 45° terhadap kualitas tidur pada pasien *Congestive Heart Failure*. Sebagai bagian dari tindak lanjut, peserta diberikan leaflet panduan sederhana mengenai posisi tidur, agar mereka dapat mengakses informasi yang telah diberikan secara mandiri. Selain itu, dilakukan sesi diskusi dan konsultasi singkat untuk membantu peserta dalam memahami cara menerapkan perubahan gaya hidup yang lebih sehat sesuai dengan kondisi mereka.

Melalui pendekatan ini, diharapkan intervensi Edukasi dapat memberikan dampak positif dalam meningkatkan efektivitas posisi semi fowler 45° terhadap kualitas tidur pada pasien *Congestive Heart Failure*. membantu mereka menerapkan strategi kesehatan yang lebih baik dalam kehidupan sehari-hari.

3. HASIL

3.1. Karakteristik responden

Berdasarkan pada tabel pertama mayoritas responden adalah Laki-laki (58%) dengan rentang usia 61–70 tahun (54%). Sebagian besar memiliki riwayat hipertensi (54%) dan diabetes melitus (39%), Kegiatan aktifitas olah raga mayoritas tidak pernah mencapai (52%)

Tabel 1. Karakteristik responden dalam pemberian edukasi (n=33)

Karakteristik		Frekuensi (n=33)	Presentase
Jenis Kelamin	Laki-laki	19	58%
	Perempuan	14	42%
Usia	50-60	13	39%
	61-70	18	54%
	>71	2	6%
Riwayat Penyakit Penyerta	Hipertensi	18	54%
	Diabetes Melitus	13	39%
	Penyakit Ginjal	2	6%
	Tidak ada penyakit kronis	0	0%
Kegiatan Aktifitas olah raga	Tidak pernah	17	52%
	Jarang	11	33
	Selalu	5	15%

3.2. Gambaran kualitas tidur sebelum dan sesudah dilakukan tindakan posisi semi fowler 45° pada pasien *Congestive Heart Failure*

Berdasarkan table, menunjukkan adanya peningkatan signifikan dalam pemberian edukasi setelah mengikuti penyuluhan tentang kualitas tidur posisi semi faowler meningkat kurang dari 80,9% menjadi 0%, cukup meningkat dari 19,1% menjadi 54,5%, dan baik meningkat dari 0% menjadi 45,5%.

Hasil ini menunjukkan bahwa intervensi penyuluhan yang dilakukan memiliki dampak positif dalam meningkatkan pemberian edukasi tentang kualitas tidur dengan posisi semifowler 45° pada pasien *Congestive Heart Failure*.

Tabel 2. Perbandingan kualitas posisi tidur semi faowler sebelum dan sesudah dilakukan intervensi pemberian edukasi (n=33)

Variabel	Pre Test	Post Test
Kurang	64%	73,5%
Cukup	27%	17,5%
Baik	9%	0%

4. PEMBAHASAN

Berdasarkan pengolahan data pada 33 responden didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden memiliki peningkatan kualitas tidur posisi tidur semi fowler kurang sebanyak 73,5%, lalu kualitas tidur semi

fowler cukup sebanyak 17.5%, dan tidak ada satupun responden yang memiliki kualitas tidur baik. Hasil ini menggambarkan kualitas tidur pasien CHF selama ini cukup.

Gejala utama yang terjadi pada pasien CHF adalah kelelahan dan sesak nafas bahwa pada tahap awal CHF, *dyspnea* hanya muncul saat aktivitas fisik, namun bertambah beratnya penyakit dapat menyebabkan semakin beratnya *dyspnea* bahkan terjadi pada saat istirahat. Hal inilah yang menyebabkan menurunnya kualitas tidur pasien CHF.

Peneliti menggunakan *Pittsburgh Sleep Quality Index* sebagai kuisioner yang digunakan untuk mengukur kualitas tidur pasien CHF. Beberapa dimensi yang diukur pada kualitas tidur pada kuisioner ini adalah kualitas tidur subjektif, durasi tidur, latensi tidur, efisiensi tidur, gangguan tidur, penggunaan obat tidur, dan disfungsi siang hari. Saat peneliti melakukan wawancara kepada responden penelitian, didapatkan hasil bahwa mayoritas memiliki lama tidur 3 jam atau kurang. Penyebab sulit tidur dikarenakan sesak nafas berat jika posisi berbaring. Mayoritas pasien sering terbangun dari tidur saat malam hari. Mayoritas pasien saat di rumah tidur dengan posisi terlentang, saat pasien masuk IGD masih menggunakan posisi terlentang, sehingga sesak nafas terasa sangat berat.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan Handayani, dkk (2018) tentang kualitas tidur pasien gagal jantung, didapatkan bahwa mayoritas pasien 79% mengalami kualitas tidur kurang baik. Mayoritas responden mengatakan bahwa sulit mendapatkan kualitas tidur yang baik dikarenakan oleh sesak nafas saat malam hari.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nasir, dkk (2015) tentang *sleep quality and depression in hospitalized congestive heart failure patients (international journal)*, mengatakan bahwa 92,5% responden memiliki kualitas tidur buruk. Menurut Nasir, dkk kualitas tidur yang buruk ini disebabkan oleh keluhan kelelahan disebabkan oleh sesak nafas berat pada pasien, sehingga derajat CHF dapat mempengaruhi kualitas tidur pasien.

Kualitas tidur setelah dilakukan pemberian posisi semi fowler menunjukkan peningkatan, Semi fowler merupakan pemberian posisi pada pasien dengan setengah duduk atau duduk membentuk sudut 30 hingga 45 derajat (Brunner & Suddarth, 2018). Posisi ini memungkinkan kenyamanan pada pasien. Tahapan pemberian posisi semi fowler menurut Heriana (2018) mulai dari membaringkan pasien secara flat, perlahan meninggikan kepada pasien dan memberikan bantalan pada kepala, tangan, punggung bawah dan mengalasi paha dan pergelangan kaki menggunakan kaki, senyaman mungkin. Sehingga pasien merasa lebih nyaman. Setelah dilakukan pemberian posisi semi fowler selama 3 hari berturut-turut, dilakukan pengambilan data kualitas tidur pasien untuk *posttest*.

Penelitian yang dilakukan oleh Sumiarty, dkk (2022) tentang *the effect of semi fowler's position in sleep quality among heart failure patients (international journal)*, didapatkan hasil bahwa kualitas tidur pasien meningkat setelah dilakukan pemberian posisi semi fowler. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 100% memiliki kualitas tidur buruk, setelah pemberian posisi semi fowler didapatkan 90,6% responden memiliki kualitas tidur yang baik. Berdasarkan hal ini, peneliti menyimpulkan bahwa uraian hasil penelitian, teori-teori terkait kualitas tidur, dan penelitian sebelumnya, peneliti mendapatkan bahwa kualitas tidur setelah pemberian posisi semi fowler adalah baik dan posisi ini memungkinkan kenyamanan pada pasien. Hasil ini menggambarkan terdapat peningkatan pada kualitas tidur pasien CHF.

Berdasarkan hasil *Literature review* Linasari (2021) tentang penerapan posisi *semi fowler 45°* terhadap kualitas tidur pada pasien gagal jantung di kota Metro, didapatkan hasil bahwa Hasil *literature review* didapatkan setelah pemberian posisi semi fowler 45° dapat meningkatkan kualitas tidur pasien. Penelitian lain yang dilakukan oleh Asmara, dkk (2021) tentang penerapan pemberian posisi semi fowler terhadap kualitas tidur pasien *congestive heart failure*, didapatkan hasil bahwa penerapan posisi semi fowler pada pasien CHF mampu meningkatkan kualitas tidur pasien.

5. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil tersebut, peneliti menyimpulkan bahwa efektivitas pemberian posisi *semi fowler 45°* terhadap kualitas tidur pada pasien *Congestive Heart Failure*. Posisi ini memberikan kesempatan pada rongga dada untuk berkembang secara luas, sehingga paru dapat mengembang lebih baik lagi yang berujung pada proses respirasi menjadi lebih baik dan normal, hasil uji beda rerata, terdapat perbedaan bermakna pre dan post intervensi, sehingga dapat disimpulkan terdapat Efektifitas Posisi Semi Fowler 45° terhadap kualitas tidur pada pasien *Congestive Heart Failure* di ruang Edelweis RSUD Kabupaten Bekasi dapat

melakukan penelitian dengan jumlah perlakuan yang banyak dan mencari keefektifan antara semua derajat pada posisi semi fowler. 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*.

UCAPAN TERIMAKASIH

Kami mengucapkan terima kasih kepada seluruh partisipan yang telah bergabung dalam peyuluhan tentang edukasi efektifitas posisi tidur semi fowler ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anisa Dwi Ananda, Badar, Nilam Norma. (2019). "Pengaruh Posisi Semi Fowler 45 Derajat Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien *Congestive Heart Failure* Di Ruang *Intensive Coronary Care Unit* Rumah Sakit Abdul Wahab Sjahranie" 1, no. 1.
- Asmara, Winda, Senja Atika Sari, and Nury Luthfiyatil Fitri. 2021. "Penerapan Pemberian Posisi Semi Fowler Terhadap Kualitas Tidur Pasien *Congestive* Gagal Jantung." *Jurnal Cendikia Muda* 1, no. 2: 159–65.
- Handayani, dkk. (2018). *Kualitas Tidur Pasien Gagal Jantung*. Jurnal Keperawatan
- Kemendes RI. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Jakarta: Kemendes RI
- Kementerian Kesehatan RI. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia 2017*. Vol. 1227. Jakarta: Kemendes RI
- Linajari. (2021). *Literature Review Penerapan Posisi Semi Fowler 45o Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Gagal Jantung di Kota Metro*. Jurnal Penelitian
- Puspita, Dinarwulan. (2019). *Efektivitas Posisi Tidur Miring Kanan Dan Semi Fowler Terhadap Kualitas Tidur Pada Pasien Gagal Jantung Kongestif di RSUD Dr. Soedarso Pontianak, no. 1*. Jurnal Keperawatan
- Streiner, David L. Joris C. Verster, S. R.. (2019). *Sleep and Quality of Life in Clinical Medicine*. Pandi-Perumal: Humana Press.
- Sumiarty, dkk. (2022). *The effect of semi fowler's position in sleep quality among heart failure patients (international journal)*. Indian Journal of Public Health Reasearch & Development
- Yarsita, Ade Selfi. (2017). *Efektivitas pemberian posisi semi fowler terhadap kualitas tidur pasien dengan asma bronkial di ruang rawat inap Paru RSUD Lubuk Sikaping*. Jurnal STIKes Perintis Padang