

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF  
TERHADAP NILAI SATURASI OKSIGEN  
PADA PASIEN *CONGESTIVE HEART FAILURE* (CHF)  
DI RSUD dr. SOEKARDJO TASIKMALAYA**

**KARYA TULIS ILMIAH**



**Oleh:  
ALYA RAHMA HUSNA FAZRIAH  
NIM. P2.06.20.1.19.042**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
TASIKMALAYA  
2022**

**PENERAPAN TERAPI RELAKSASI OTOT PROGRESIF  
TERHADAP NILAI SATURASI OKSIGEN  
PADA PASIEN CONGESTIVE HEART FAILURE (CHF)  
DI RSUD dr. SOEKARDJO TASIKMALAYA**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Diajukan untuk memenuhi tugas mata kuliah karya tulis pada Program  
Studi Keperawatan Tasikmalaya Poltekkes Tasikmalaya



Oleh:  
**ALYA RAHMA HUSNA FAZRIAH**  
**NIM. P2.06.20.1.19.042**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA  
JURUSAN KEPERAWATAN  
PROGRAM STUDI DIII KEPERAWATAN  
TASIKMALAYA  
2022**



## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya, sholawat dan salam semoga selalu dilimpahkan kepada Rasullulloh Muhammad SAW, berkat rahmat dan karunianya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan Karya Tulis Ilmiah dengan judul “Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Nilai Saturasi Oksigen Pada Pasien *Congestive Heart Failure* (CHF) Di RSUD dr. Soekardjo Tasikmalaya”.

Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini terwujud atas bimbingan dan pengarahan dari berbagai pihak. Pada kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Hj. Ani Radiati R, S.Pd., M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
2. Bapak Dudi Hartono, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
3. Bu Lia Herliana, S.Kep., Ners., M.Kep, selaku Ketua Program Studi D III Keperawatan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya.
4. Ibu Ai Cahyati, S.KM., M.Kep., Ners., Sp.Kep.MB, selaku pembimbing 1 yang telah membimbing penulis dengan saran serta masukan dan motivasi yang membangun selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Ibu Syaukia Adini, S.ST., M.Tr.Kep, selaku pembimbing 2 yang telah membimbing penulis selama penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Seluruh staff dan dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
7. Orang tua tercinta Ibu Yetin dan Bapak Iyos yang telah berkorban serta memberi dukungan baik berupa fisik, mental, spiritual dan material.
8. Seluruh keluarga tersayang terutama adek Alysha dan Tante Sarah yang senantiasa mendo’akan dan memberikan semangat.
9. Untuk Leni Aprianti dan semua pihak yang tidak bisa dikatakan satu persatu yang telah memberikan semangat dan dorongan motivasi hingga terselesaikannya penulisan Karya Tulis Ilmiah ini.

10. Seluruh rekan-rekan angkatan 27 Jurusan Keperawatan khususnya kelas 3B yang berjuang bersama menyelesaikan karya tulis ilmiah.

Akhir kata penulis berharap semoga Allah SWT membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membimbing serta mengarahkan. Harapan penulis semoga Karya Tulis Ilmiah ini bisa membawa manfaat untuk membangun pengembangan ilmu pengetahuan di masa yang akan datang.

Tasikmalaya, Maret 2022

Penulis

## ABSTRAK

### **Penerapan Terapi Relaksasi Otot Progresif Terhadap Nilai Saturasi Oksigen Pada Pasien *Congestive Heart Failure* (CHF) Di RSUD dr. Soekardjo Tasikmalaya**

Alya Rahma<sup>1</sup>, Ai Cahyati<sup>2</sup>, Syaukia Adini<sup>3</sup>

Gagal jantung kongestif merupakan ketidakmampuan jantung dalam memompa darah untuk memenuhi kebutuhan jaringan terhadap oksigen dengan volume darah yang tidak cukup sehingga terjadi penurunan metabolisme, ditandai dengan gejala sesak nafas, batuk, mudah lelah serta kecemasan. Sepanjang tahun 2020 di RSUD dr. Soekardjo Tasikmalaya ada 10 besar penyakit rawat inap yang ditangani yaitu penyakit gagal jantung kongestif menempati urutan ke empat sebanyak 458 kasus. Penatalaksanaan gagal jantung kongestif bisa dilakukan terapi non farmakologi yang bisa dilakukan oleh perawat, salah satu tindakan keperawatan yang bisa dilakukan ialah terapi relaksasi otot progresif. Terapi relaksasi otot progresif atau *Progressive Muscle Relaxation* (PMR) ialah latihan peregangan dan relaksasi mencakup kelompok otot besar di tubuh manusia mulai dari tangan sampai kaki. Tujuan pada penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran penerapan terapi relaksasi otot progresif terhadap nilai saturasi oksigen pada pasien *Congestive Heart Failure* (CHF) di Rumah Sakit Umum Daerah dr. Soekardjo Kota Tasikmalaya. Penelitian ini menggunakan desain kualitatif dengan pendekatan studi kasus dengan jumlah responden 2 orang dengan diagnosa medis *Congestive Heart Failure* (CHF). Pelaksanaan intervensi diberikan selama 3 hari berturut-turut pada kedua responden sebanyak sekali dalam sehari, disetiap harinya dilakukan pengukuran SpO2 sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi otot progresif. Mendapatkan hasil nilai saturasi oksigen pada kedua responden dengan SpO2 awal pada Ny.S 91% dan akhir 94% sedangkan pada Ny.E SpO2 awal 95% dan akhir 98% dapat dilihat dari hasil terjadi peningkatan, maka dapat disimpulkan bahwa penelitian ini dapat menggambarkan bagaimana penerapan terapi relaksasi otot progresif efektif terhadap peningkatan nilai saturasi oksigen pada pasien *Congestive Heart Failure* (CHF) dan diharapkan petugas kesehatan agar dapat menerapkan terapi relaksasi otot progresif di pelayanan kesehatan sebagai terapi non farmakologi.

Kata kunci : CHF, Relaksasi otot progresif, SpO2

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA  
Ai Cahyati, S.KM., M.Kep., Ners., Sp.Kep.MB  
NIP. 197505252001122002  
Syaukia Adini, S.ST., M.Tr.Kep  
NIP. 198706142009122002



## **ABSTRACT**

### **Application of Progressive Muscle Relaxation Therapy to Oxygen Saturation Values in Congestive Heart Failure (CHF) Patients at RSUD dr. Soekardjo Tasikmalaya**

Alya Rahma<sup>1</sup>, Ai Cahyati<sup>2</sup>, Syaukia Adini<sup>3</sup>

Congestive heart failure is the inability of the heart to pump blood to meet the tissue needs for oxygen with insufficient blood volume resulting in a decrease in metabolism, characterized by symptoms of shortness of breath, coughing, fatigue and anxiety. Throughout 2020 at RSUD dr. Soekardjo Tasikmalaya there are 10 major inpatient diseases being treated, namely congestive heart failure which occupies the fourth order with 458 cases. Management of congestive heart failure can be done by non-pharmacological therapy that can be done by nurses, one of the nursing actions that can be done is progressive muscle relaxation therapy. Progressive muscle relaxation (PMR) is a stretching and relaxation exercise that includes large muscle groups in the human body from the hands to the feet. The purpose of this study was to describe the application of progressive muscle relaxation therapy to oxygen saturation values in Congestive Heart Failure (CHF) patients at the Regional General Hospital dr. Soekardjo, City of Tasikmalaya. This study used a qualitative design with a case study approach with 2 respondents with a medical diagnosis of Congestive Heart Failure (CHF). Implementation of the intervention was given for 3 consecutive days to both respondents once a day, every day SpO<sub>2</sub> measurements were taken before and after being given progressive muscle relaxation therapy. Getting the results of the oxygen saturation values in both respondents with the initial SpO<sub>2</sub> at Ny.S 91% and the end 94% while in Ny.E SpO<sub>2</sub> at the beginning 95% and the end 98% it can be seen from the results that there is an increase, it can be concluded that this study can describe how the application of progressive muscle relaxation therapy is effective in increasing oxygen saturation values in patients with congestive heart failure (CHF) and it is hoped that health workers can apply progressive muscle relaxation therapy in health services as non-pharmacological therapy.

Keywords: CHF, progressive muscle relaxation, SpO<sub>2</sub>

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA

POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA

Ai Cahyati, S.KM., M.Kep., Ners., Sp.Kep.MB

NIP. 197505252001122002

Syaukia Adini, S.ST., M.Tr.Kep

NIP. 198706142009122002





## DAFTAR ISI

<b>JUDUL</b>	
<b>LEMBAR PERSETUJUAN</b> .....	<b>i</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN</b> .....	<b>ii</b>
<b>SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN</b> .....	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR</b> .....	<b>iv</b>
<b>ABSTRAK</b> .....	<b>vi</b>
<b>ABSTRACT</b> .....	<b>vii</b>
<b>DAFTAR ISI</b> .....	<b>viii</b>
<b>DAFTAR TABEL</b> .....	<b>x</b>
<b>DAFTAR BAGAN</b> .....	<b>xi</b>
<b>DAFTAR GRAFIK</b> .....	<b>xii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN</b> .....	<b>xiii</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN</b> .....	<b>1</b>
<b>A. Latar Belakang</b> .....	<b>1</b>
<b>B. Rumusan Masalah</b> .....	<b>4</b>
<b>C. Tujuan Penelitian</b> .....	<b>4</b>
<b>D. Manfaat Penelitian</b> .....	<b>5</b>
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b> .....	<b>6</b>
<b>A. Konsep Teori Congestive Heart Failure (CHF)</b> .....	<b>6</b>
<b>B. Konsep Saturasi Oksigen</b> .....	<b>15</b>
<b>C. Konsep Asuhan Keperawatan Congestive Heart Failure (CHF)</b> .	<b>18</b>
<b>BAB III METODOLOGI KTI</b> .....	<b>40</b>
<b>A. Desain KTI</b> .....	<b>40</b>
<b>B. Subyek KTI</b> .....	<b>40</b>
<b>C. Fokus Studi</b> .....	<b>41</b>
<b>D. Definisi Operasional</b> .....	<b>41</b>
<b>E. Batasan Istilah</b> .....	<b>42</b>
<b>F. Lokasi dan Waktu KTI</b> .....	<b>43</b>
<b>G. Prosedur KTI</b> .....	<b>43</b>

<b>H. Teknik Pengumpulan data .....</b>	<b>44</b>
<b>I. Instrumen dan Pengambilan Data .....</b>	<b>46</b>
<b>J. Etika Studi Kasus .....</b>	<b>47</b>
<b>BAB IV .....</b>	<b>49</b>
<b>A. Hasil KTI .....</b>	<b>49</b>
<b>B. Pembahasan .....</b>	<b>57</b>
<b>C. Keterbatasan KTI .....</b>	<b>64</b>
<b>BAB V .....</b>	<b>65</b>
<b>A. Kesimpulan .....</b>	<b>65</b>
<b>B. Saran .....</b>	<b>66</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	<b>67</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi Fungsional Gagal Jantung .....	9
Tabel 2.2 Intervensi Keperawatan .....	28
Tabel 4.1 Perbandingan Nilai Saturasi Oksigen Sebelum dan Sesudah Diberikan Terapi Relaksasi Otot Progresif di RSUD dr.Soekardjo Tasikmalaya Tahun 2022 .....	56
Tabel 4.2 Persamaan dan Perbedaan Pada Responden di RSUD dr.Soekardjo Tasikmalaya Tahun 2022 .....	56



## **DAFTAR BAGAN**

Bagan 2.1 Pathway CHF .....	12
-----------------------------	----

## **DAFTAR GRAFIK**

Grafik 4.1 Nilai Saturasi Oksigen Sebelum Pemberian Terapi Relaksasi Otot Progresif di RSUD dr.Soekardjo Tasikmalaya Tahun 2022 .....	54
Grafik 4.2 Nilai Saturasi Oksigen Sesudah Pemberian Terapi Relaksasi Otot Progresif di RSUD dr.Soekardjo Tasikmalaya Tahun 2022 .....	55

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1: Informed consent Klien 1 .....	LXX
Lampiran 2: Informed consent Klien 2 .....	LXXI
Lampiran 3: SOP Terapi Relaksasi Otot Progresif Klien 1 .....	LXXII
Lampiran 4: SOP Terapi Relaksasi Otot Progresif Klien 2 .....	LXXVI
Lampiran 5: Asuhan Keperawatan Kasus 1 .....	LXXX
Lampiran 6: Asuhan Keperawatan Kasus 2 .....	CVIII
Lampiran 7: Lembar Observasi .....	CXXX
Lampiran 8: Jadwal Kegiatan .....	CXXXI
Lampiran 9: Daftar Riwayat Hidup .....	CXXXII
Lampiran 10: Lembar Bimbingan KTI .....	CXXXII