



IMPLEMENTASI *DEEP BREATHING EXERCISE* UNTUK MENGURANGI SESAK PADA PENDERITA *CONGESTIVE HEART FAILURE* (CHF)

Sondang Sihombing¹, Norong Parangin-angin²

(1,2) Akademi Keperawatan Kesdam I/BB Pematangsiantar

✉ Corresponding author:
sondangparamita123@gmail.com

Abstrak

Congestive Heart Failure merupakan salah satu masalah kesehatan dalam sistem kardiovaskuler yang angka kejadianya terus meningkat. CHF adalah suatu keadaan yang progresif dengan prognosis yang buruk. *Congestive Heart Failure* terjadi karena jantung tidak mampu memompa darah yang cukup untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh. Desain penelitian deskriptif melalui pendekatan studi kasus. Sampel dalam penelitian ini adalah 2 orang responden dengan penyakit *Congestive Heart Failure* yang mengeluh sesak, dan nyeri dada. Studi kasus dilakukan di Ruang ICU Rumah Sakit Tentara TK IV 01.07.01 Pematang siantar. Hasil studi kasus menunjukkan bahwa sesak napas pada klien berkurang dengan melakukan pemberian teknik *Deep Breathing Exercise* selama 3 hari. Kesimpulan pemberian Teknik *Deep Breathing Exercise* dilakukan pada klien dengan *Congestive Heart Failure* yang mengeluh sesak dan nyeri dada efektif untuk menurunkan sesak. Diharapkan Teknik *Deep Breathing Exercise* dapat dijadikan sebagai intervensi mandiri keperawatan dalam menurunkan sesak napas pada pasien *Congestive Heart Failure*.

Kata Kunci: *Congestive Heart Failure, Deep Breathing Exercise, Sesak Napas*

Abstract

Congestive Heart Failure is a health problem in the cardiovascular system whose incidence continues to increase. CHF is a progressive condition with a poor prognosis. *Congestive Heart Failure* occurs because the heart cannot pump enough blood to meet the body's oxygen and nutritional needs. Method: Descriptive research design using a case study approach. The sample in this study were two respondents with *Congestive Heart Failure* who complained of shortness of breath and chest pain. The case study was conducted in the ICU Room at TK IV Army Hospital 01.07.01 Pematang Siantar. Results: The case study results show that the client's shortness of breath was reduced using the deep breathing exercise technique for three days. Conclusion: Giving the *Deep Breathing Exercise* technique to clients with *Congestive Heart Failure* who complain of shortness of breath and chest pain effectively reduces shortness of breath. Suggestion: It is hoped that the deep breathing exercise technique can be used as an independent nursing intervention to reduce shortness of breath in congestive heart failure patients.

Keywords: *Congestive Heart Failure, Deep Breathing Exercise, shortness of breath*

PENDAHULUAN

Menurut (Suharto et al., 2020). *Congestive Heart Failure* merupakan salah satu masalah kesehatan dalam sistem kardiovaskuler yang angka kejadianya terus meningkat. CHF adalah suatu keadaan yang progresif dengan prognosis yang buruk). *Congestive Heart Failure* terjadi

karena jantung tidak mampu memompa darah yang cukup untuk memenuhi kebutuhan oksigen dan nutrisi tubuh.

Menurut penelitian badan kesehatan dunia WHO (World Health Organization) Tahun 2020 Berdasarkan data global dari Global Health Data Exchange (GHDx) tahun 2020, jumlah angka kasus gagal jantung kongestif atau CHF di dunia mencapai 64,34 juta kasus dengan 9,91 juta kematian serta diperkirakan sebesar 346,17 miliar US Dollar dikeluarkan untuk biaya perawatan pada pasien (Lippi & Gomar, 2020). Di negara maju seperti Amerika Serikat, pada tahun 2016 menyebutkan bahwa 17,5 juta orang meninggal karena penyakit kardiovaskuler. Prevalensi penyakit *Congestive Heart Failure* (CHF) meningkat baik di Negara Maju maupun di Negara berkembang. Pada negara maju salah satunya adalah Amerika Serikat dengan prevalensinya sebanyak 5.700.000 kasus (afinah, Muharani dan Dedi, 2021).

Di Negara Berkembang yang mengalami *Congestive Heart Failure* adalah Indonesia. Menurut RISKEDAS 2018, prevalensi penyakit gagal jantung di Indonesia sebesar 1,5% sedangkan berdasarkan diagnosis dokter di Provinsi Sumatera Utara dengan penduduk laki laki sebanyak 1,3% dan penduduk Perempuan sebanyak 1,6% (Fatimah, Nurmainah dan Fajriaty, 2019). Gagal jantung kongestif merupakan penyakit penyebab kematian terbanyak kedua di Indonesia setelah stroke (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018, prevalensi gagal jantung kongestif di Indonesia yang didiagnosis dokter adalah sebesar 1,5% atau sekitar 1.017.290 penduduk (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Sementara itu, di Provinsi Jawa Tengah sendiri, apabila membandingkan antara tahun 2018 dan 2019, data menunjukkan bahwa telah terjadi penurunan angka insidensi kumulatif atau angka proporsi kasus baru gagal jantung kongestif di Jawa Tengah, dari yang sebelumnya 9,82% pada tahun 2018 menjadi 1,90% pada tahun 2019 (Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah, 2019, 2020). Menurut data Riset Kesehatan Dasar tahun 2018 menunjukkan peningkatan angka kejadian tahun 2018 sebesar 1,3% atau sekitar 55.351 orang, sedangkan berdasarkan diagnosis dokter/gejala sebesar 0,13% atau sekitar 26.819 orang (Kemenkes RI, 2019)

Berdasarkan data medical record Rumah Sakit Tentara Tingkat IV 01.07.01 Pematang siantar pada tahun 2021 terdapat 91 orang pasien dengan diagnosa *Congestive Heart Failure* (CHF) dan meninggal sekitar 4 orang pada Tahun 2022 meningkat lagi menjadi 323 orang dan meninggal sekitar 17 orang pada tahun 2023 meningkat lagi menjadi 484 orang dan meninggal sekitar 45 orang.

Tanda dan gejala yang muncul pada pasien CHF antara lain dyspnea, fatigue dan gelisah. Dyspnea merupakan gejala yang paling sering dirasakan oleh penderita CHF. Hasil wawancara dengan 8 orang pasien di rumah sakit menyatakan 80% pasien menyatakan bahwa dyspnea mengganggu mereka seperti aktivitas sehari hari menjadi terganggu. Dyspnea merupakan sensasi subjektif berupa kesulitan atau ketidaknyamanan seseorang dalam bernapas. Gejala dyspnea dapat terjadi saat aktivitas dari ringan sampai sedang bahkan saat istirahat. Penelitian Albert et al., (2010) mengatakan bahwa penderita gagal jantung yang mengalami dyspnea dikelas fungsional I sebanyak 43 %, dan kelas fungsional II sebanyak 56 %, kelas fungsional III sebanyak 112 % dan kelas fungsional IV sebanyak 48%.

Menurut (Khaerunnisa et al., 2016; Suharto, 2021) *Deep Breathing Exercise* adalah latihan pernapasan yang digunakan untuk meningkatkan pertukaran udara menjadi teratur dan efektif, mengendurkan otot, meminimalkan kerja pernapasan, meningkatkan pengembangan alveoli dan mengurangi kecemasan dengan mengurangi jumlah hormon adrenalin yang dialirkan pada sistem tubuh sehingga pikiran menjadi lebih rileks dan terbuka (Khaerunnisa et al., 2016; Suharto, 2021). *Deep Breathing Exercise* merupakan Latihan pernapasan dengan menghirup udara melalui hidung dan menguapkan udara dengan cara bibir lebih dirapatkan atau dimoyongkan dengan waktu ekhalasi lebih .

Deep Breathing Exercise merupakan Latihan pernapasan yang dapat meningkatkan aktivasi saraf frenikus yang mengoordinasi otot diafragma melakukan inspirasi dan ekspirasi bekerja lebih optimal. Inspirasi yang Panjang , dalam dan perlahan pada *Deep Breathing Exercise*

dapat meningkatkan kekuatan otot inspirasi sehingga pengembangan paru dapat meningkatkan kolapsnya alveoli (Isna Widya Febyastuti & Nur Hafizhah 2023)

Tujuan Deep breathing Exercise untuk mencapai ventilasi yang lebih terkontrol dan untuk meningkatkan pertukaran udara menjadi teratur dan efektif . (Khaerunnisa et al., 2016; Suharto, 2021).

Untuk meningkatkan kemampuan otot otot pernapasan untuk untuk meningkatkan Compliance paru dalam meningkatkan fungsi ventilasi dan memperbaiki oksigenisasi (Novita, Nurmalasari,2017).

Berdasarkan data dan penjelesan diatas maka penulis melakukan implementasi keperawatan dengan judul “**Implementasi Deep Breathing Exercise untuk mengurangi sesak napas pada penderita Congestive Heart Failure (CHF) di Rumah Sakit Tentara Tingkat IV 01.07.01 Pematangsiantar**”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dalam bentuk studi kasus dengan pendekatan asuhan keperawatan. Penelitian ini dilakukan pada bulan April-Mei 2024 di Rumah Sakit Tentara Tk 01.07.01 Pematang Siantar. Pengumpulan data dilakukan dengan lembar observasi, dan wawancara langsung dengan klien. Penerapan relaksasi nafas dalam dilakukan sesuai dengan Standar Operasional Prosedur (SOP). Analisis yang digunakan pada penelitian ini adalah studi kasus.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada pembahasan ini peneliti akan membahas tentang kesesuaian dan kesenjangan antara tinjauan teoritis dan kasus pada klien I pada (Tn. R) klien II (Tn.H) dalam melakukan implemtasi teknik Deep Breathing Exercise untuk mengurangi sesak Napas pada pasien *Congestive Heart Failure*. Asuhan keperawatan dilaksanakan selama 3 hari yang dilakukan pada Tn R pada tanggal 07 Mei – 09 Mei 2024 dan Tn. H pada tanggal 28 Mei – 30 Mei 2024 di Ruang ICU Rumah Sakit Tentara TK IV 01.07.01 Pematang Siantar kegiatan dilakukan meliputi pengkajian Diagnosa, Intervensi, Implementasi, dan Evaluasi keperawatan.

1. Pengkajian Keperawatan

Berdasarkan Hasil Pengkajian Pemeriksaan Fisik pada kedua klien dalam penelitian ini didapatkan pengkajian pada klien I Yaitu Tn. R Berusia 70 Tahun Dengan *Congestive Heart Failure*. Hasil Pengkajian didapatkan data Klien didapatkan Klien Mengeluh sesak Napas Kerna sering melakukan aktivitas di bagian dada dan mengatakan Nyeri seperti di tusuk tusuk TD: 146/76 mmHg, HR: 100x/menit, RR: 28x/menit, Temp 36°C, SpO₂: 95% muka klien tampak tegang dan meringis klien sering memegangi daerah dada.

Sedangkan hasil pengkajian klien II Yaitu Tn. H berusia 60 tahun Dengan *Congestive Heart Failure*. hasil pengkajian didapatkan data klien didapatkan mengeluh sesaj napas karena sering melakukan aktivitas di bagian dada dan nyeri seperti di tusuk tusuk TD: 150/100 mmHg, HR: 143x/menit, RR: 28x/menit, Temp 36°C, SpO₂: 95% muka Klien tampak tegang dan meringis klien sering memegangi daerah dada.

Hasil ini sesuai dengan penelitian yang menunjukkan bahwa pengkajian dilakukan Tn. S diperoleh hasil pengkajian keluhan utama yang dirasakan Tn. S yaitu sesak napas lebih dari 3 hari, batuk, lemas, Lelah, saat beraktivitas sesak meningkat. pasien juga mengalami takipnea dengan RR 28x/menit Frekuensi Napas tidak Teratur dengan kualitas dangkal suara napas tambahan Ronkhi Di dada sebelah kiri. Hasil ini sejalan dengan teori menurut (Berkah, Pinky, Rusmanto (2019) pengkajian pada pasien penurunan curah jantung ditemukan bahwa pada umumnya pasien penurunan curah jantung mengeluh sesak napas, nyeri dada dan aktivitas terganggu, terpasang oksigen.

2. Diagnosa Keperawatan

Berdasarkan Hasil pengkajian, Pemeriksaan Fi(Titik Melani,Martiyarini dan Dwi (2022) ssik, Observasi dan Analisa Data yang telah dilakukan di temukan Diagnosa

Keperawatan Pada Klien I adalah Penurunan curah Jantung berhubungan dengan perubahan irama jantung, ditandai dengan klien mengeluh nyeri di bagian dada seperti di tusuk tusuk dan berdetak sangat kuat TD : 146/76, Nadi : 100 x/menit, Suhu : 36 °C, Spo2 : 95% irama nafas cepat, Pola napas takipnea, Pola napas tidak teratur, Ada nafas cuping hidung, ada retraksi otot dinding dada. Sedangkan Diagnosa yang ditemukan pada klien kedua adalah Penurunan curah Jantung berhubungan dengan perubahan irama jantung, ditandai dengan klien mengeluh nyeri di bagian dada seperti di tusuk tusuk dan berdetak sangat kuat TD: 150/100, Nadi: 100 x/menit, Suhu: 36 °C, Spo2 : 95% irama nafas cepat, Pola napas takipnea, Pola napas tidak teratur, Ada nafas cuping hidung, ada retraksi otot dinding dada.

Masalah Keperawatan yang ditemukan pada Klien I dan II adalah Penurunan Curah jantung. Hal ini sesuai dengan penelitian (Titik Melani, Martyarini dan Dwi (2022) bahwa di dapatkan Diagnosa keperawatan pada penurunan Curah jantung yaitu Penurunan curah jantung Berhubungan dengan perubahan irama jantung di tandai dengan sesak napas saat beraktivitas RR 28x/menit spO2 94 % dengan NRM, dengan pasien mengalami batuk berdahak, tampak lemas, p : nyeri bertambah Ketika melakukan aktivitas Q ; seperti tertekan, R : Dada sebelah kiri, S: skala 5 dari skal 1-10 dan T : klien mengatakan saat ini sedang merasakan sakit dan terjadi intermiten pada saat sesak pasien jugan tampak memegang area nyeri dengan ekspresi meringis yang menyebabkan adanya nyeri akut pada pasien. Sedangkan diagnosa keperawatan ditemukan pada klien penurunan curah jantung menurut Tim Pokja SDKI DPP PPNI (2017). Adalah Penurunan curah jantung, Gangguan pertukaran Gas, Hipervolemia, intoleransi aktivitas.

3. Intervensi Keperawatan

Rencana keperawatan yang dilakukan pada klien I Tn. R pada Klien II Tn.H untuk mengatasi penurunan curah jantung berhubungan dengan perubahan irama jantung Menurut SIKI adalah Perubahan Irama Jantung. Tujuan setelah dilakukan tindakan keperawatan selama 3x24 jam adalah sesak dapat berkurang dengan kriteria hasil berupa keluhan sesak napas membaik, nyeri dapat berkurang, ekspresi wajah tampak meringis dapat berkurang. oleh sebab itu maka dilakukan intervensi berupa perawatan jantung yaitu kaji karakteristik perawatan jantung, berikan terapi non farmakologis untuk mengurangi sesak napas dengan penerapan Teknik *Deep Breathing Exercise*, ajarkan teknik relaksasi *Deep Breathing Exercise*. Hal ini sesuai dengan penelitian Melani, Martyarini dan Dwi (2022). Bahwa penerapan teknik *Deep Breathing Exercise* dilakukan setiap intervensi keperawatan untuk mengatasi Sesak Napas Penurunan curah Jantung berhubungan dengan Perubahan Irama jantung.

4. Implementasi keperawatan

Implementasi keperawatan utama dalam penelitian ini yaitu: mengajarkan teknik *Deep Breathing Exercise*, tindakan ini dilakukan sebagai upaya untuk meningkatkan pola napas sehingga sesak napas klien juga lebih membaik. Tindakan Latihan *Deep Breathing Exercise* pada penelitian ini dilakukan pada kedua klien dengan mengajarkan *Deep Breathing Exercise* pada hari pertama kemudian dilanjutkan pada hari kedua dan ketiga sebanyak tiga kali dalam sehari dengan durasi kurang lebih 10 menit.

Teknik *Deep Breathing Exercise* yang diajarkan pada kedua klien sesuai dengan prosedur meliputi : (a) : mengatur posisi semi fowler latih melakukan teknik napas dalam dengan mengajarkan klien menghirup napas secara perlahan dengan melalui hidung, sampai perut terdorong maksimal/ mengembang (c) : menahan Napas 1-6 detik, selanjutnya menghembuskan udara secara lambat melalui mulut dengan bibir terkutup secara perlahan (d) menganjurkan pasien untuk melakukan selama 3 kali sehari selama 10 menit (e) menganjurkan klien untuk batuk dengan kuat menggunakan perut otot bahu pernapasan

Implementasi keperawatan yang dilakukn klien *Congestive Heart Failure* yaitu dengan mengajarkan *Deep Breathing Exercise* dilakukan untuk mengurangi sesak napas pada

klien. Tindakan ini dilakukan untuk meningkatkan Pola napas pada klien agar klien mampu bernapas dengan normal Kembali.

5. Evaluasi keperawatan

Evaluasi dalam keperawatan ini bertujuan untuk mengetahui hasil tindakan dan perubahan kondisi klien setelah dilakukan implementasi *Deep Breathing Exercise* dengan membandingkan hasil luaran keperawatan serta kriteria hasil data yang diperoleh saat melakukan evaluasi yaitu : (a): Hari Peratama pada Tn. R klien mengatakkn sesak napas TD : 146 /76 mmHg, HR 100x/menit, RR : 28 x/ menit, Temp : 36 °C, SpO2 : 95%, (b): pada hari kedua pada Tn. R klien mengatakan sesak memulai berkurang TD : 130/70 mmHg, HR 90 x/menit , RR : 24 x/menit, Temp : 36°C, SpO2 : 99 %, (c): Hari Ketiga Pada Tn. R klien mengatakan tidak sesak banyak berkurang dan mampu untuk tidak menggunakan oksigen TD : 120/80 mmHg, HR 80 x/ menit, RR ; 24 x/ menit, Temp : 36°C, (d): hari Pertama pada Tn . H Klien mengatakan sesak napas dan klien tampak gelisah serta cemas akan penyakit yang dialaminya TD: 150/100, HR: 143 x/menit, RR: 28x/menit, Temp: 36°C, SpO2: 95%, (e): Hari kedua Pada Tn. H klien mengatakan sesak napas mulai berkurang, dan cemas juga sudah mulai berkurang TD: 144/93 mmHg, HR 120x/menit, RR: 27x/menit, Nadi: 118x/menit, Temp: 36°C, SpO2: 97 %, f: Hari ketiga Pada Tn. H klien mengatakan Tidak sesak lagi dan tidak cemas TD: 124/80, HR: 90 x/ menit, Nadi :100 x/ menit, Temp: 36°C

Hasil evaluasi Melani, Martyarini dan Dwi (2022), menyebutkan bahwa Hasil tindakan yang dilakukan pada klien dapat teratasi pada Hari ketiga yang di tandai dengan Sesak Napas Berkurang, dan klien tampak membaik.

SIMPULAN

Berdasarkan Studi kasus yang dilakukan di peroleh hasil pengkajian pada Tn. R dan Tn. H mengatakan sesak napas klien Nampak cemas dan gelisah. Diagnosa keperawatan yang ditemukan pada Tn. R dan Tn. H yaitu penurunan Curah Jantung berhubungan dengan Perubahan Irama jantung. Intervensi keperawatan dilakukukan sesuai dengan keperawatan yang di temukan pada Tn. R dan Tn.H. Implementasi keperawatan dilakukan sesuai dengan intervensi keperawatan yang telah dibuat selama 3 hari berturut turut yaitu perubahan irama jantung memeberikan terapi non farmakologi menggunakan penerapan teknik *Deep Breathing Exercise* untuk mengurangi sesak Napas.

Hasil Evaluasi yang dilakukan pada Tn. R dan Tn. H dengan masalah keperawatan Penurunan Curah jantung adalah masalah keperawatan teratasi Sebagian. Berdasarkan catatan perkembangan hari ketiga diperoleh hasil sesak napas tidak ada, klien sudah tampak tidak cemas dan gelisah, sudah mulai bisa beraktivitas seperti biasanya. Oleh karena itu dapat disimpulkan bahwa implemetasi pemberian Teknik Deep Breathing dapat mengurangi sesak napas pada pasien *Congestive Heart Failure*.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih saya ucapkan kepada seluruh pihak Rumah Sakit Tk IV 01.07.01 Pematangsiantar khususnya klien, selanjutnya terimakasih kepada Pak Norong perangin angina, SSI., M., Biomed dan Ibu Shanty Maria Lissanora, S. Kep, Ns., SE., M.M selaku pembimbing yang telah berkontribusi serta mendukung penuh dalam melakukan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Amir,S.H.,& Sudarman.N, n.d.; Buku Ajar Kasron.
Suharto,D.N.,Agusrianto.,Manggasa, n.d.; Susilawati, 2019)). *Buku Ajar keperawatan Medikal Bedah*. Nuha Medika.
Amir, S.H.,& Sudarman. N, R. (n.d.). Manajemen Relaksasi Napas Dalam untuk Mengurangi Sesak Napas Pada Pasien Congestive Heart Failure. *Jurnla Ilmiah Permas : Jurnal Ilmiah STIKES Kendal.*, 13(4), 1371-1375.

- Buku Ajar Kasron. (n.d.-a). *Gangguan Sistem Kardiovaskuler*. Nuha Medika.
- Buku Ajar Kasron. (n.d.-b). *Kelainan dan Penyakit Jantung*. Nuha Medika.
- Febby yastuti,I.W. (2023). Studi Kasus: Pursed Lip Breathing dan Diaphragmatic Breathing Exercise Pada Pasien Congestive Heart Failure Dengan Sesak napas di IGD. *Jurnal Holistic Nursing and Health Science.*, 6(2), 86 – 95.
- Jamilah, M. & Mutarobim. (n.d.). Deep Breathing Exercise Tingkat dyspnea pada gagal Jantung di Rumah sakit Wilayah Depok. *Journal of Health and Cardiovascular Nursing.*, 3(1), 42 – 56.
- Khaerunnisa, T. & Putri. Y. S. (n.d.). Khaerunnisa, T. & Putri. Y. S. (2016). Penerapan Asuhan keperawatan Ansitas pada Pasien gagal Jantung Kongestive. *Jurnal Keperawatan.*, 4((2)), .74 – 82.
- Manurung, N. (n.d.). *Aplikasi Asuhan Keperawatan Sistem Respiratory*. CV. Trans Info Media.
- Mugihartadi, (n.d.). Pemberian terapi Oksigenisasi Dalam Mengurangi Ketidakefektifan pola Napas pada Pasien Congestive Heart Failure Di Ruang Icu. *Nursing Science Journal.*, 1(1), 1–6.
- Muharini, A. & Dedi. (n.d.). Self Care Berhubungan dengan Kualitas Hidup pasien Congestive Heart Failure. *Jurnal Penelitian Perawatan Profesional.*, 3(3), 585–595.
- Nirmalasari, .(2017). (n.d.). Deep Breathing Exercise dan Active Range Of Motion Efektif Menurunkan Dyspnea pada pasien Congestive Heart Failure. *Jurnal NurseLine.*, 4(2), 165-165.
- Prahasti, S.D., & Fauzi, L. (2021). (n.d.). Resiko Kematian Pasien Gagal jantung Kongestive (GJK). *Indonesian Journal Of Public Health and Nutrition.*, 1(3), 388–395.
- Putri, Y.A., & A. F. A. (n.d.). Penatalaksanaan Gagal Jantung Kongestif Pada Pria Usia 73 Tahun Dengan Prinsip Pendekatan kedokteran Keluarga. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional.*, 5(1), 323 – 334.
- Sahrudin, & Anam A. (2021) K. (n.d.). *Kardiovaskular Dalam Asuhan Medikal Bedah*. CV. Trans Info Media.
- Suharto, D.N., Agusrianto, Manggasa, D. D. (n.d.). *Posisi Tidur Dalam Meningkatkan Kualitas Tidur Pasien Congestive Heart Failure*.
- Susilawati, K. . S. W. (2019). Pengaruh Ventilator Muscle Training (VMT) Terhadap Penurunan Dyspnea Pada Penderita Congestive Heart Failure. *Jurnal Medika Usada.*, 2(3), 31–37.