

KARYA ILMIAH AKHIR

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN *ACUTE DECOMPENSATED
HEART FAILURE* (ADHF) DENGAN *SINGLE SESSION OF 20-MINUTE
MINDFUL BREATHING* SEBAGAI UPAYA UNTUK MENGURANGI
DISPNEA PASIEN DI RUANG RAWAT INAP JANTUNG**

RSUP Dr. M. DJAMIL PADANG



**RIFDATUL JANNAH, S. Kep.
NIM. 2441312050**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2025**

**FAKULTAS KEPERAWATAN
UNIVERSITAS ANDALAS**

JULI 2025

Nama : Rifdatul Jannah, S. Kep.
NIM : 2441312050

Asuhan Keperawatan pada Pasien *Acute Decompensated Heart Failure* (ADHF) dengan *Single Session Of 20-Minute Mindful breathing* ebagai Upaya untuk Mengurangi Dispnea Pasien di Ruang Rawat Inap Jantung RSUP Dr. M. Djamil Padang

ABSTRAK

Dispnea sering menjadi masalah utama penyebab rawat inap dan gejala utama yang sering muncul pada pasien *Acute Decompensated Heart Failure* (ADHF). Dispnea terjadi akibat berbagai gangguan dalam proses pernapasan yang membuat seseorang merasa sulit atau tidak nyaman saat bernapas. Tujuan penulisan ini adalah untuk memaparkan asuhan keperawatan pada pasien ADHF yang mengalami dispnea dengan penerapan terapi *single session of 20-minute mindful breathing* untuk mengurangi dispnea pasien di Ruang Rawat Inap Jantung RSUP Dr. M. Djamil Padang. Metode penulisan adalah studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan dan penerapan EBNP. Berdasarkan pengkajian masalah keperawatan yang ditemukan pola napas tidak efektif, penurunan curah jantung, ketidakstabilan kadar glukosa darah dan intoleransi aktivitas. Intervensi yang dilakukan yaitu manajemen jalan napas, dukungan ventilasi, perawatan jantung akut, manajemen hiperglikemia dan manajemen energi. Intervensi *single session of 20-minute mindful breathing* dilakukan dengan 1 kali sesi selama 20 menit dengan mefokuskan pikiran pada pernapasan. Pengukuran dispnea dilakukan dengan menggunakan skala dispnea pada kuesioner *Edmonton Symptom Assessment System-Revised* (ESAS-r). Hasil intervensi menunjukkan rata-rata penurunan skor ESAS-r yaitu 2.3, rata-rata peningkatan SPO2 menjadi 99%, rata-rata terjadi perbaikan pada tekanan darah dan pernapasan dalam rentang normal. Seluruh masalah keperawatan membaik. Kesimpulannya bahwa terapi *single session of 20-minute mindful breathing* terbukti efektif dalam menurunkan sesak napas pasien ADHF. Dengan demikian disarankan untuk menggunakan terapi *single session of 20-minute mindful breathing* sebagai alternatif intervensi untuk menurunkan dispnea pada pasien ADHF.

Kata Kunci : Dispnea, *Mindful breathing*, *Acute Decompensated Heart Failure* (ADHF)

Daftar pustaka : 43 (2016-2025)

**FACULTY OF NURSING
ANDALAS UNIVERSITY
JULY 2025**

Name : Rifdatul Jannah, S. Kep.
Register Number : 2441312050

***Nursing Care for Acute Decompensated Heart Failure (ADHF) Patients Using
a Single Session of 20-Minute Mindful breathing as an Effort to Reduce
Dyspnea in Patients in the Cardiac Inpatient Room at
Dr. RSUP. M. Djamil Padang***

ABSTRACT

Abstract

Dyspnea often becomes a primary cause of hospitalization and a common main symptom in patients with Acute Decompensated Heart Failure (ADHF). Dyspnea occurs due to various disturbances in the breathing process that make a person feel difficulty or discomfort when breathing. The purpose of this paper was to describe nursing care for a patient with ADHF experiencing dyspnea through the application of a single session of 20-minute mindful breathing therapy to reduce dyspnea in the Cardiac Inpatient Ward of Dr. M. Djamil Central General Hospital, Padang. The method used was a case study with a nursing process approach and the application of EBNP. Based on the assessment, the identified nursing problems were ineffective breathing pattern, decreased cardiac output, unstable blood glucose levels, and activity intolerance. The interventions carried out included airway management, ventilatory support, acute cardiac care, hyperglycemia management, and energy management. The single session of 20-minute mindful breathing was conducted in one session lasting 20 minutes by focusing the mind on breathing. Dyspnea was measured using the dyspnea scale in the Edmonton Symptom Assessment System-Revised (ESAS-r) questionnaire. The results of the intervention showed an average decrease in ESAS-r scores of 2.3, an average increase in SpO₂ to 99%, and an average improvement in blood pressure and respiratory rate within the normal range. All nursing problems improved. The conclusion is that single session of 20-minute mindful breathing therapy has proven effective in reducing shortness of breath in ADHF patients. It is study recommended to use single session of 20-minute mindful breathing therapy as an alternative intervention to reduce dyspnea in ADHF patients.

Keywords: Dyspnea, Mindful breathing, Acute Decompensated Heart Failure (ADHF)

Reference: 43 (2016-2025)