

APPLICATION OF RHYTHMIC BREATH DISTRACTION THERAPY IN  
FULFILLING THE NEEDS OF PAIN COMFORT SECURITY IN  
PATIENTS WITH CONGESTIVE HEART FAILURE (CHF)  
IN THE ROOM WISNUMURTI RSUP DR. SARDJITO

M. Wijihan Adi Saputra<sup>1</sup>, Harmilah<sup>2</sup>, Ida Mardalena<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup> Department of Nursing Poltekkes Kemenkes Yogyakarta  
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman  
Email : muhammadwijihan@gmail.com

**ABSTRACT**

**Background :** Congestive Heart Failure is a cardiovascular condition where the heart cannot pump blood adequately to meet the metabolic needs of body tissues. Management to reduce pain that can be done is rhythmic breath distraction. The advantages of rhythmic breath distraction therapy are simplicity, low cost, non-invasiveness, safety, and long-term application. **Objective :** Able to apply rhythmic breath distraction therapy to reduce pain in nursing care to fulfill the need for pain comfort security in patients with CHF in the Wisnumurti room of Dr. Sardjito Hospital. **Methods :** Case study involving two patients with CHF. Instruments in the form of SOP rhythmic breath distraction therapy. Measurement of pain intensity with Numeric Rating Scale (NRS). Rhythmic breath distraction therapy is performed once a day and if pain. **Results :** Nursing problems in both patients are acute pain related to physiological injury agents and acute pain related to physical injury agents, after the intervention of rhythmic breath distraction therapy once a day and if it hurts, the nursing problem is resolved with a decrease in pain intensity in both patients. **Discussion :** The results of this study are in line with previous research which explains if rhythmic breath distraction therapy can reduce pain intensity because it inhibits pain stimuli when a person receives sufficient sensory input, thus causing inhibition of pain impulses to the brain. **Conclusion :** Rhythmic breath distraction therapy can reduce pain intensity in patients with CHF.

**Keywords :** *Rhythmic Breath Distraction, Pain, Congestive Heart Failure*

<sup>1</sup> Student of Professional Nursing Education Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

<sup>2,3</sup> Lecturer of Nursing Department of Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

PENERAPAN TERAPI DISTRAKSI NAPAS RITMIK DALAM  
PEMENUHAN KEBUTUHAN RASA AMAN NYAMAN NYERI  
PADA PASIEN *CONGESTIVE HEART FAILURE* (CHF) DI  
RUANG WISNUMURTI RSUP DR.SARDJITO

M.Wijihan Adi Saputra<sup>1</sup>, Harmilah<sup>2</sup>, Ida Mardalena<sup>3</sup>  
<sup>1,2,3</sup> Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta  
Jl. Tatabumi No.3 Banyuraden, Gamping, Sleman  
Email : muhammadwijihan@gmail.com

**ABSTRAK**

**Latar Belakang :** *Congestive Heart Failure* adalah sebuah kondisi dari kardiovaskuler dimana jantung tidak bisa memompa darah secara adekuat untuk memenuhi kebutuhan metabolisme dari jaringan tubuh. Manajemen untuk mengurangi nyeri yang dapat dilakukan adalah distraksi napas ritmik. Kelebihan dari terapi distraksi napas ritmik yaitu kesederhanaannya, biaya rendah, non-invasif, keamanan, dan pengaplikasian jangka panjang. **Tujuan :** Mampu menerapkan terapi distraksi napas ritmik untuk mengurangi nyeri dalam asuhan keperawatan pemenuhan kebutuhan rasa aman nyaman nyeri pada pasien dengan CHF di ruang Wisnumurti RSUP Dr. Sardjito. **Metode :** Studi kasus yang melibatkan dua pasien dengan CHF. Instrumen berupa SOP terapi distraksi napas ritmik. Pengukuran intensitas nyeri dengan *Numeric Rating Scale (NRS)*. Terapi distraksi napas ritmik dilakukan satu kali sehari dan jika nyeri. **Hasil :** Masalah keperawatan pada kedua pasien adalah nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisiologis dan nyeri akut berhubungan dengan agen pencedera fisik, setelah dilakukan intervensi terapi distraksi napas ritmik satu kali sehari dan jika nyeri, masalah keperawatan teratasi dengan terjadi penurunan intensitas nyeri pada kedua pasien. **Pembahasan :** Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang menjelaskan jika terapi distraksi napas ritmik dapat menurunkan intensitas nyeri karena menghambat stimulus nyeri ketika seseorang menerima masukan sensori yang cukup, sehingga menyebabkan terhambatnya impuls nyeri ke otak. **Kesimpulan :** Terapi distraksi napas ritmik dapat menurunkan intensitas nyeri pada pasien dengan CHF

**Kata Kunci :** Distraksi Napas Ritmik, Nyeri, *Congestive Heart Failure*

<sup>1</sup> Mahasiswa Pendidikan Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

<sup>2,3</sup> Dosen Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta