

## INTERVENSI INOVASI *BACK MASSAGE* TERHADAP KELELAHAN PADA PASIEN DI RUANG *INTENSIVE CARDIAC CARE UNIT* RSUD AJI MUHAMMAD PARIKESIT TENGGARONG

Ramla<sup>1)</sup>, Thomas Ari Wibowo<sup>1)</sup>, Zulmah Astuti<sup>1)</sup>, Fitroh Asyadi<sup>1)</sup>

<sup>1)</sup> Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur,  
Jl. Ir. H. Juanda No.15, Sidodadi, Kec. Samarinda Ulu, Kota Samarinda, Kalimantan Timur 75124

\*E-mail korespondensi : [ramlahla58@gmail.com](mailto:ramlahla58@gmail.com)

### ABSTRAK

**Latar belakang:** *Congestive Heart Failure* juga dikenal sebagai gagal jantung, terjadi ketika jantung tidak mampu memompa darah dalam jumlah yang cukup untuk memenuhi kebutuhan oksigen jaringan, sehingga memerlukan peningkatan tekanan jantung yang tidak normal. Pijat punggung merupakan salah satu bentuk manajemen keperawatan yang dapat digunakan untuk meringankan kelelahan pasien gagal jantung dan gejala lainnya. Tujuan dari pijat punggung, suatu teknik manipulasi jaringan lunak, adalah membantu mempercepat proses penyembuhan berbagai penyakit dengan cara mengendurkan otot, meningkatkan sirkulasi darah, meningkatkan kelenturan, dan menghilangkan rasa sakit. **Tujuan:** Menganalisis pada pasien di Unit Perawatan Jantung Intensif (ICCU), RSUD Aji Muhammad Parikesit Tenggarong dengan CHF yaitu Inovatif Pijat Punggung **Metode:** Analisa praktik ini dengan metode studi kasus dengan asuhan keperawatan. Sampel adalah pasien yang didiagnosa medis CHF dengan kelelahan di ruang ICCU. **Hasil penelitian:** Berdasarkan pelaksanaan inovasi *Back Massage* selama 3 hari dengan durasi 5 menit setiap intervensi, didapatkan penurunan skor kelelahan didapatkan hasil rata-rata hari ke 1 sampai hari 3 yaitu 2,6. **Kesimpulan:** Berdasarkan evaluasi setelah dilakukan tindakan terapi *Back Massage* menunjukkan bahwa terjadi penurunan pada skor kelelahan dari skor kelelahan berat menjadi kelelahan sedang. Hal ini signifikan terhadap penderita gagal jantung yaitu diagnosa CHF.

**Kata Kunci :** *Back Massage*, CHF, Kelelahan.

### ABSTRACT

**Background:** *Congestive Heart Failure*, also known as heart failure, occurs when the heart is unable to pump sufficient blood to meet tissue oxygen needs, resulting in an abnormal increase in heart pressure. Back massage is a form of nursing management that can be used to relieve heart failure patients' fatigue and other symptoms. The purpose of back massage, a soft tissue manipulation technique, is to help speed up the healing process for various diseases by relaxing muscles, increasing blood circulation, increasing flexibility, and eliminating pain. **Objective:** To analyze patients in the Intensive Cardiac Care Unit (ICCU), RSUD Aji Muhammad Parikesit Tenggarong with CHF, namely Innovative Back Massage. **Method:** Analyze this practice using the case study method with nursing care. The samples were patients who had a medical diagnosis of CHF with fatigue in the ICCU room. **Research results:** Based on the implementation of the Back Massage innovation for 3 days with a duration of 5 minutes for each intervention, a decrease in fatigue scores was obtained, the average result for days 1 to 3 was 2.6. **Conclusion:** Based on the evaluation after the Back Massage therapy was carried out, it showed that there was a decrease in the fatigue score from a severe fatigue score to moderate fatigue. This is significant for heart failure sufferers, namely a diagnosis of CHF.

**Keywords:** CHF, Back Massage, Fatigue.

## A. PENDAHULUAN

*Congestive Heart Failure* atau gagal jantung yaitu Transmisi jantung untuk memompa darah dalam jumlah yang cukup untuk melakukan metabolisme guna memenuhi kebutuhan oksigen jaringan, sehingga memerlukan peningkatan tekanan abnormal pada jantung untuk memenuhi kebutuhan metabolisme jaringan, dikenal dengan istilah gagal jantung kongestif atau gagal jantung. Perubahan irama jantung seperti bradikardia atau takikardia yang menyebabkan pasien mengeluh jantung berdebar kencang merupakan tanda dan gejala umum CHF. Dengan asumsi terjadi perubahan preload maka pasien akan mengeluh cepat lelah meskipun tidak melakukan olahraga yang berat terjadi edema dan terjadi distensi vena jugularis. Perubahan afterload dan pasien akan mengalami sesak napas, tekanan darah rendah, dan waktu pengisian kapiler lebih lama dari dua detik. Selain itu, pasien sering mengalami kegelisahan dan kecemasan akibat kekurangan oksigen dan gagal jantung (Tim Pokja DPP PPNI SDKI, 2017).

Pasien gagal jantung sering kali mengalami kelemahan, kelelahan, dan sulit tidur (takikardia dan sesak napas dapat terjadi saat istirahat atau saat beraktivitas, yang merupakan keluhan yang sering dialami pasien gagal jantung). Karena potensinya menurunkan produktivitas dan meningkatkan morbiditas, kelelahan merupakan masalah yang signifikan bagi pasien gagal jantung. Memang penyakit jantung menjadi penyebab utama kematian (Kurniawan, 2021).

Pijat punggung dapat digunakan sebagai bagian dari manajemen pengobatan untuk meringankan gejala kelelahan dan kelelahan pasien gagal jantung. Teknik manipulasi jaringan lunak yang disebut " pijat " atau " pijat punggung " digunakan untuk membantu mempercepat proses penyembuhan berbagai penyakit dengan mengendurkan otot, meningkatkan sirkulasi darah, meningkatkan transkripsi, dan mengurangi rasa sakit.

Selain itu, relaksasi diharapkan dapat menyebabkan pembuluh darah melebar sehingga berdampak pada penurunan resistensi perifer dan secara langsung menurunkan beban kerja jantung. Sekresi agen vasoaktif menyebabkan pembuluh darah membesar dan jumlah agen tersebut akan meningkat ketika tubuh dalam keadaan rileks (Nugraha, 2017). Akibat peningkatan kadar endorfin dan serotonin di otak, pemijatan punggung akan menyebabkan pembuluh darah melebar, otot menjadi rileks, dan kondisi psikologis membaik. Meskipun jantung mengalami penurunan kontraktilitas dan curah jantung pada fase ini, namun sirkulasi ke jaringan sistemik akan membaik (Kurniawan, 2021). Rasa lelah akan hilang dengan sirkulasi yang lebih baik. Agar jaringan memperoleh energi, katabolisme dan glukoneogenesis akan berlangsung dengan sukses. Jika pasien melakukan aktivitas sesuai toleransinya, maka strategi peningkatan tingkat energi tubuh secara langsung akan mengurangi kelelahan pasien (Nugraha, 2017).

Menurut Rizkiana (2019), pijat punggung memiliki banyak manfaat bagi kesehatan tubuh manusia, antara lain kemampuannya meningkatkan sirkulasi dan aliran darah ke seluruh tubuh pada sistem kardiovaskular. Penerapan pijat punggung yang relatif mudah, sederhana, dan murah merupakan strategi yang berguna untuk mengatasi rasa lelah. Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk menulis Karya Ilmiah Akhir Perawat (KIA-N) yang berjudul " Analisis Keperawatan Pada Pasien CHF dengan menggunakan Intervensi Inovasi Back Massage Terhadap kelelahan di Unit Intensive Cardiac Care Unit (ICCU) RSUD Aji Muhammad Parikesit Tenggarong.

## B. METODE PENELITIAN

Satu orang pasien yang menerima perawatan di ICCU karena CHF menjadi subjek penelitian ini. Penelitian ini dilaksanakan di RSUD AM Parikesit Tenggarong selama tiga hari dan dilakukan satu kali per hari pada shift dinas dimulai pada tanggal 10, 11 dan 12 Juni 2024 di ruang ICCU. Pelaksanaannya yaitu dengan wawancara dengan pasien terkait tingkat intoleran aktivitas nya setelah dilakukan *back massage* dan kemudian diukur menggunakan skala kelelahan FAC (*Fatigue Assessment Scale*) dan studi rekam medis mengenai kondisi pasien terkait status klinisnya yang di pantau per jam.

## C. HASIL PENELITIAN

Setelah dilakukan intervensi *Back Massage* tanggal 10 Juni – 12 Juni 2024, didapatkan hasil yang signifikan. Berikut merupakan catatan hasil yang didapatkan selama setelah pemberian intervensi inovasi dan diukur menggunakan skala kelelahan FAC (*Fatigue Assessment Scale*) dan didapatkan hasil sebagai berikut :

Hari Tanggal dan Jam Intervensi Inovasi	Skor Kelelahan Sebelum Intervensi Inovasi	Skor Kelelahan Setelah Intervensi Inovasi	Penurunan skor kelelahan
Senin 10/06/2024	40	38	2
Selasa 11/06/2024	37	34	3
Rabu 12/06/2024	32	29	3
<b>Rata-Rata</b>			2,6

Berdasarkan pelaksanaan inovasi *Back Massage* selama 3 hari dengan durasi 5 menit setiap intervensi, didapatkan penurunan skor kelelahan pada hari pertama sebelum diberikan intervensi skor kelelahan berat : 40 setelah diberikan intervensi skor kelelahan berat : 38 terdapat penurunan 2 angka. Pada hari kedua sebelum dilakukan intervensi skor kelelahan berat : 37 setelah diberikan intervensi skor kelelahan sedang : 34 terdapat penurunan 3 angka. Setelah itu pada hari ketiga, sebelum dilakukan intervensi didapatkan skor kelelahan sedang : 32 dan setelah dilakukan intervensi skor kelelahan sedang : 29 terdapat penurunan 3 angka. Dan didapatkan hasil rata-rata hari ke 1 sampai hari 3 yaitu 2,6. Pasca tindakan terapi *back massage*, intervensi menunjukkan bahwa skor kelelahan berubah dari skor kelelahan berat menjadi kelelahan sedang. Hal ini signifikan terhadap penderita gagal jantung khususnya diagnosis CHF.

#### D. PEMBAHASAN

Hal ini sesuai dengan temuan sebuah penelitian (Maharani, 2024). Para peneliti sampai pada kesimpulan bahwa skor kelelahan responden menurun dari sedang menjadi ringan setelah dilakukan *back massage*. Hal ini terlihat pada saat pemeriksaan yaitu responden yang diberi *back massage* merasa lebih baik dan nyaman serta merasa tidak terlalu lelah. Selain itu, responden melaporkan merasa punggungnya rileks setelah di *massage*. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di RSUD Empat Lawang yang mendapat pijat punggung memiliki skor kelelahan lebih rendah. Hal ini terlihat dari hasil analisis nilai univariat dimana rata-rata skor kelelahan sebelum mendapat *back massage* adalah 28,90 dan hasil bivariat setelah dilakukan *back massage* menunjukkan nilai ( $p=0,000@$ ). Kesimpulan dari penelitian adalah skor kelelahan pasien gagal jantung dipengaruhi oleh *back massage*.

Penulis berasumsi bahwa terapi *back massage* dapat menurunkan skor kelelahan pada pasien CHF berdasarkan teori dan hasil penelitian sebelumnya yang mendukung intervensi baru. Hal ini sesuai dengan temuan studi (Nugraha, 2017) bahwa relaksasi menyebabkan pembuluh darah membesar sehingga menurunkan resistensi perifer dan secara langsung mengurangi beban kerja jantung. Sekresi zat vasoaktif menyebabkan pembuluh darah melebar, dan jumlah zat vasoaktif yang dilepaskan akan meningkat saat tubuh dalam keadaan rileks. Pelaksanaan intervensi inovasi ini dilakukan selama 3-5 menit, sebelum dilakukan pemijatan pasien di minta mengisi lembar observasi skor kelelahan dengan membantu membacakan pasien.

Teknik non farmakologi untuk mengurangi rasa lelah dan menstimulasi langsung reseptor parasimpatis di area punggung sehingga pasien merasa rileks merupakan salah satu alternatif pendekatan terhadap masalah kelelahan, kelemahan, dan sesak napas pasien CHF. Selain dapat menggunakan obat-obatan, untuk memastikan bahwa pasien tidak selalu berkonsentrasi pada pengobatan farmakologis, hal ini merupakan upaya suportif dan kombinasi tindakan penutupan mandiri. Ketika pasien dan keluarganya kembali ke rumah, diharapkan mereka bisa menerapkannya sendiri.

Jika terjalin hubungan terapeutik antara perawat dan pasien—termasuk penyedia layanan kesehatan lainnya—masalah yang muncul selama perawatan pasien dapat teratasi. Pengobatan alternatif yang digunakan dalam hal ini yaitu terapi pijat punggung menyebabkan pasien merasakan perasaan nyaman dan rileks serta menyebabkan skor kelelahan menurun pada hari pertama sebelum membaik pada hari ketiga. Penerapan intervensi pada pasien menunjukkan perubahan signifikan dalam toleransi aktivitas pasien CHF.

Dengan berdasar teori dan hasil penelitian sebelumnya yang membantu intervensi inovasi pencipta, pencipta berharap pengobatan pijat punggung dapat menurunkan skor kelemahan pada pasien yang didiagnosis menderita CHF. Hal ini sesuai dengan penelitian (Nugraha, 2017) bahwa dengan relaksasi, pembuluh darah diharapkan melebar sehingga mempunyai efek mengurangi penyumbatan pinggirannya yang hanya akan mengurangi beban jantung. Pembesaran pembuluh darah vena terjadi karena pelepasan zat-zat vasoaktif yang jumlahnya akan meningkat jika tubuh dalam keadaan rileks.

## E. KESIMPULAN

Setelah terapi Pijat Punggung, intervensi inovatif menunjukkan bahwa skor kelelahan berubah dari skor kelelahan berat menjadi kelelahan sedang. Hal ini signifikan terhadap penderita gagal jantung yaitu diagnosa CHF. Oleh karna itu, pemberian intervensi *back massage* pasien dengan CHF mengalami perubahan pada skor skala kelelahan sehingga dapat diaplikasikan pada pasien lainnya.

## F. UCAPAN TERMA KASIH

Saya berterima kasih kepada dosen pembimbing Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur (UMKT) yang telah memberi dukungan selama menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners (KIA-N).

## G. REFERENSI

Agung, R., DV, D. C., Abdiana, R., Handayani, R., & IBP, N. (2020). Analisis Faktor Risiko Pasien Gagal Jantung Dengan Reduced Ejection Fraction Di RSUD DR. H. Abdul Moeloek Provinsi Lampung. 18(1), 22-26.

Andrianto. (2019). Buku Ajar Kegawatdaruratan Kardiovaskuler Berbasis Standar Basional Pendidikan Profesi Dokter 2019.

Asmirajanti, M.(2020).Modul Anatomi Fisiologi.Universitas Esa Unggul, 0-148.

Barus, Y. R. (2017). Perbedaan Kelelahan Kerja Ditinjau dari Shift Kerja pada Karyawan PT. Tirta Alpin Makmur

Budiono & Pertami, Maret. 2016. *Konsep Dasar Keperawatan*. Bumi Medika Jakarta

Dian P. (2019) Asuhan Keperawatan pasien *Congestive Heart Failure* (CHF) dalam pemenuhan kebutuhan oksigenasi. Diploma thesis, STIKes Kusuma Husada Surakarta

Dinarti dan Yuli M. (2017). Bahan Ajar Keperawatan: Dokumentasi Keperawatan. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia

Doenges, M. E., Moorhouse, M. F., & Murr, A. C. (2014). *Nursing Care Plans : Guidelines for Individualizing Client Care Across the Life Span*. USA : David Company

Fikriana, Riza. 2018. *Sistem Kardiovaskuler*. 1st ed. ed. Invalindiant Candrawonata. Yogyakarta: Dee Publish.

Hastomo dan Saputro. (2021). Asuhan Keperawatan pada Pasien *Congestive Heart Failure* (CHF) dengan Kebutuhan Oksigenasi. *Jurnal Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Kusuma Husada Surakarta* Ongkowijaya, J., & Wantania, F. E. (2016). Hubungan Hiperurisemia Dengan Kardiomegali Pada Pasien Gagal Jantung Kongestif. 4, 0-5.

Kasron. (2016). *Buku Ajar Keperawatan Sistem Kardiovaskuler*. Jakarta : CV. Trans Info Media

Kemenkes, R. I. (2021). *Penyakit Jantung Koroner Didominasi Masyarakat Kota*.

Kemenkes. (2019). Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Tata Laksana Gagal Jantung. Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor Hk.01.07/Menkes/4801/2021.

Kemenkes RI. (2019). *Risikesdas 2018*. Kementerian Kesehatan RI. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Kurniawan, M. A. A., Fitri, N. L., & Nurhayati, S. (2021). Penerapan Massage Punggung Terhadap Skor Kelelahan Pasien Gagal Jantung Di Ruang Jantung Rsud Jend. Ahmad Yani Kota Metro Tahun 2021. *Jurnal Cendikia Muda*, 2(3), 331-340.

Lestari, M. I. (2021). Anatomi Jantung dan Pembuluh Darah.

Linasari, N. (2021). 'Implementation of semi fowler 450 position on sleep quality of heart failed patients in metro city', *Cendekia Muda*, 1, pp. 467-477

Maharani, E., Novitasari, D., & Fitrizah, M. K. (2024). PENGARUH PIJAT PUNGGUNG TERHADAP SKOR KELELAHAN PADA PASIEN GAGAL JANTUNG DIRUMAH SAKIT UMUM DAERAH KABUPATEN EMPAT LAWANG. *Journal of Public Health Science*, 1(1), 52-59.

Michelle, Andrea (2016). Macam-macam manfaat pijat punggung bagi Kesehatan.

Muzaki A., Yuli A. (2020). Penerapan Posisi Semi Fowler Terhadap Ketidakefektifan Pola Nafas Pada Pasien *Congestive Heart Failure* (CHF). *Nursing Science Journal (NSJ)*, 1(1), 19-24.

Ninik Nurhazanah, F. (2023). *ASUHAN KEPERAWATAN PADA PASIEN CONGESTIVE HEART FAILURE YANG DILAKUKAN TINDAKAN TERAPI PIJAT PUNGGUNG DI RUANG KENANGA BLUD RSU KOTA BANJAR* (Doctoral dissertation, POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA).

Nurasihtoh, F. U., Wahyuni, L., & Wicaksono, A. (2022). *Asuhan Keperawatan Gerontik Pada Penderita Diabetes Melitus Dengan Defisit Pengetahuan Tentang Pencegahan Komplikasi di UPT Puskesmas Tarik Kabupaten Sidoarjo* (Doctoral dissertation, PERPUSTAKAAN UNIVERSITAS BINA SEHAT PPNI MOJOKERTO).

Nugraha, B. A., Pebrianti, S., & Platini, H. (2018). Gambaran kelelahan pada pasien gagal jantung. *Journal Medika Cendikia*, 5(01), 16-21.

Nugraha, B. A. (2016). *Fatigue* pada pasien gagal jantung. *Journal Medika Cendikia*, 3(01), 58-67.

Nugraha, B. A., Fatimah, S., & Kurniawan, T. (2017). Pengaruh pijat punggung terhadap skor kelelahan pasien gagal jantung. *Jurnal Keperawatan Padjadjaran*, 5(1).

Nurkhalis, & Adista, R. J. (2020). Manifestasi Klinis dan Tatalaksana Gagal. Jantung. *Jurnal Kedokteran Nanggroe Medika*, 3(3), 36-46



Ongkowijaya, J., & Wantania, F. E. (2016). Hubungan Hiperurisemia Dengan Kardiomegali Pada Pasien Gagal Jantung Kongestif. 4, 0-5.

Perhimpunan Dokter Spesialis Kardiovaskular Indonesia. (2020). Pedoman Tatalaksana Gagal Jantung Edisi Kedua. PERKI.

Pokja, T., & SDKI, D. P. (2017). Standar Intervensi Keperawatan Indonesia. *Jakarta Selatan: Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.*

PPNI, T. (2017). Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia Definisi dan Indikator Diagnostik Edisi 1. *Dewan Pengurus Pusat PPNI. <https://doi.org/10.1093/molbev/msj087>.*

Ramli, D., & Karani, Y. (2018). Anatomi dan Fisiologi Kompleks Mitral. *Jurnal Kesehatan Andalas, 7*, 103-112.

Ramatiana F. dan Clara H. (2019). Asuhan Keperawatan Pada Pasien Tn.A Dengan Congestive Heart Failure. *Buletin Kesehatan Publikasi Bidang Kesehatan Vol 3 No 1*

Rehatta, Margarita. (2019). Anestesiologi dan Terapi Intensif . Buku Teks Kati-Perdatin. Jakarta : Gramedia Pustaka Utama

RSAMP. (2024). RSUD Aji Muhammad Parikesit. SIMRS.

Sari, F. R., Inayati, A., & Dewi, N. R. (2023). Penerapan hand-held fan terhadap dyspnea pasien gagal jantung di Ruang Jantung RSUD Jend. Ahmad Yani Kota Metro. *Jurnal Cendikia Muda, 3(3)*, 323-330.

Sari, I. I., Hastuti, Y. D., & Suhartini, S. (2023). LITERATUR REVIEW: PENGARUH BACK MASSAGE PADA PASIEN CONGESTIVE HEART FAILURE (CHF). *Bengawan Nursing Journal, 1(01)*, 5-12

Santoso, D., Sawiji, Oktantri, H., & Septiwi, C. (2022). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN FATIGUE PADA PASIEN GAGAL GINJAL KRONIK YANG MENJALANI HEMODIALISA DI RSUD DR.SOEDIRMAN KEBUMEN, *Jurnal Imah Kesehatan Keperawatan, 18(1)*. 60-70.

Sidarta, E. P., & Sargowo, D. (2018). Karakteristik pasien gagal jantung di RS BUMN di Kota Malang. *Cermin Dunia Kedokteran, 45(9)*, 657-660.

Sihombing, J. P., Hakim, L., Andayani, T. M., & Irijanto, F. (2018). Validasi Kuesioner Skala Kelelahan FACIT pada Pasien Penyakit Ginjal Kronis yang Menjalani Hemodialisis Rutin Validation of Indonesian Version of FACIT *Fatigue Scale Questionnaire in Chronic Kidney Disease (CKD) Patients with Routine Hemodialysis. Jurnal Farmasi Klimik ndonesia, 5(4)* <https://doi.org/10.15416/ijcp.201654.231>

Siregar, W. F. BR. (2020). Perbedaan Karakteristik Pasien Chf (Chronic Heart Failure) Pada Usia Dewasa Dan Usia Lanjut Serta Hubungannya Dengan Kematian Selama Perawatan. Skripsi Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara

Suarni, L., & Apriyani, H. (2017). *Metodologi Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Panasea.

Timurawan, A. (2017). ANATOMI TUBUH MANUSIA. wilis.

Tim Pokja, S. D. K. I. (2018). DPP PPNI. *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia, 1*.

Turer, C. B., Brady, T. M., & De Ferranti, S. D. (2018). Obesity, hypertension, and dyslipidemia in childhood are key modifiable antecedents of adult *cardiovascular* disease: a call to action. *Circulation, 137*(12), 1256-1259.

World Health Organization. (2020). Cardiovascular disease. [http://www. who. int/cardiovascular\\_diseases/en/](http://www.who.int/cardiovascular_diseases/en/).

Yulia, N. (2020). Modul Anatomi Fisiologi: Anatomi dan Fisiologi Sistem Cardiovascular Organ Jantung. 0-16