

PENGARUH TERAPI MINDFULNESS SPIRITUAL ISLAM PADA KUALITAS HIDUP PASIEN CHF (CONGESTIVE HEART FAILURE)

Gardha Rias Arsy¹, Mokamad Ansori², Biyanti Dwi Winarsih³, Sri Hindriyastuti⁴

^{1,2,3,4} Prodi S1 Keperawatan, Institut Teknologi Kesehatan Cendekia Utama Kudus

*Correspondence: Gardha Rias Arsy

Emali: gardarias051@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: Kualitas hidup CHF (*Congestive Heart Failure*) sangat penting dan merupakan perhatian khusus karena akan berdampak pada domain penting kualitas hidup pasien CHF diantaranya domain kesehatan fisik terdiri dari subdomain fisik dan fisiologi CHF (status kesehatan, gejala), intervensi medis perawatan kesehatan (efek samping obat, kejadian buruk, beban dalam minum obat dan lama pengobatan). Domain kesehatan mental pada pasien CHF yaitu psikologis dan emosional (depresi/ansietas, marah- marah, takut menularkan penyakit, persepsi sehat, dan spiritualitas) untuk itulah di berikan terapi mindfulness spiritual islam. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh terapi mindfulness spiritual islam pada kualitas hidup pasien CHF (*Congestive Heart Failure*) di RSI Sunan Kudus

Metode: Penelitian dilaksanakan di RSI Sunan Kudus menggunakan jenis rancangan dalam penelitian ini adalah Quasy-eksperimental dengan Desain penelitian yang digunakan *pre and post test* Dengan jumlah responden 23 dengan menggunakan Uji analisa Wilcoxon test.

Hasil: Hasil analisis statistik uji wilcoxon diperoleh p value = 0.002 lebih besar dari nilai tingkat kemaknaan $\alpha < 0.05$. maka H_a ditolak dan H_o diterima. Terdapat kenaikan kualitas hidup pada pasien CHF yang mendapatkan terapi mindfulness spiritual dari 39,1% menjadi 47,8%.

Kesimpulan: Terdapat pengaruh terapi mindfulness spiritual islam pada kualitas hidup pasien CHF di RSI Sunan Kudus. Perawat dapat mengimplementasikan terapi mindfulness spiritual islam untuk dijadikan tambahan terapi selain pengobatan farmakologi.

Kata kunci: *mindfulness* spiritual islam; kualitas hidup pasien; CHF

ABSTRACK

Background: *The quality of life of CHF (Congestive Heart Failure) is very important and is of special concern because it will have an impact on important domains of the quality of life of CHF patients including the physical health domain consisting of the physical and physiological subdomains of CHF (health status, symptoms), medical health care interventions (drug side effects, adverse events, burden in taking medication and duration of treatment). The mental health domains in CHF patients are psychological and emotional (depression/anxiety, anger, fear of transmitting disease, perception of health, and spirituality) for this reason, Islamic spiritual mindfulness therapy is given. The aim of this research is to determine the effect of Islamic spiritual mindfulness therapy on the quality of life of CHF (Congestive Heart Failure) patients at RSI Sunan Kudus.*

Method: *The research was carried out at RSI Sunan Kudus using the type of design in this research which was quasi-experimental with a research design used pre and post test with a total of 23 respondents using the Wilcoxon test analysis test.*

Results: *The results of statistical analysis of the Wilcoxon test obtained p value = 0.002 which is greater than the significance level value $\alpha < 0.05$. then H_a is rejected and H_o is*

accepted. There was an increase in quality of life in CHF patients who received spiritual mindfulness therapy from 39.1% to 47.8%.

Conclusion: There is an influence of Islamic spiritual mindfulness therapy on the quality of life of CHF patients at RSI Sunan Kudus. Nurses can implement Islamic spiritual mindfulness therapy as an additional therapy besides pharmacological treatment.

Keywords: Islamic spiritual mindfulness; patient quality of life; CHF

PENDAHULUAN

Penyakit gagal jantung kongestif merupakan suatu penyakit yang bersifat progresif dengan angka mortalitas maupun morbiditas yang tinggi di berbagai negara termasuk di Indonesia. Menurut *World Health Organization* (WHO, 2021) Penyakit kardiovaskular menjadi penyebab utama kematian secara global telah menewaskan 17,9 juta jiwa pada tahun 2019, sekitar 32% dari semua kematian global. Dari kematian tersebut 85% akibat serangan jantung dan stroke. Maka dari itu penyakit kardiovaskular menjadi salah satu fokus global yang intensif dalam upaya pencegahan serta pengobatan. Penyakit kardiovaskular dapat terjadi karena adanya gangguan pada jantung dan pembuluh darah (Organization, 2018). *American Heart Association* (AHA) menyebutkan bahwa angka kejadian CHF terus meningkat dari waktu ke waktu. Prevalensi di Amerika pada tahun 2015-2018 sekitar enam juta jiwa mengalami gagal jantung. Setiap wilayah memiliki prevalensi kejadian penyakit kardiovaskular berbeda-beda. Saat ini di Amerika 14,6% sedangkan Amerika Hispanik 8,2% dan Asia sekitar 7,7% (AHA, 2021). Gaya hidup yang kurang sehat tersebut muncul akibat kurangnya pengetahuan tentang pencegahan yang dialami oleh penderita gagal jantung sehingga berefek pada perilaku kepatuhan perawatan diri (Lahoz *et al.*, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Yunita dkk (2015) bahwa ada sekitar 46,7% pasien memiliki tingkat pengetahuan yang kurang baik terkait pencegahan komplikasi CHF (Yunita *et al.*, 2015).

World Health Organization (WHO) (2021) menyampaikan bahwa estimasi kematian pasien dengan penyakit kardiovaskular pada tahun 2019 sebanyak 17,9 juta dengan representasi 32% dari total kematian secara global dan 38% diantaranya disebabkan oleh penyakit gagal jantung. Negara Indonesia tercatat tinggi mengenai kasus gagal jantung kongestif. Prevalensi pada tiap daerahnya antara lain DKI Jakarta 1,9%, Jawa Barat 1,6%, Jawa Tengah 1,6%, DI Yogyakarta 2,0%, Jawa Timur 1,55% dan Banten 1,4% (Kemenkes, 2021). Untuk Rumah Sakit Islam Sunan Kudus didapatkan bahwa dalam tahun 2022 didapatkan bahwa data pasien CHF yaitu 355 responden. Penurunan perfusi jaringan, gangguan pertukaran gas, hipervolemi, hingga penurunan kemampuan kapasitas fungsional merupakan akibat dari penurunan curah jantung dan perfusi yang inadecuak (McDonagh *et al.*, 2021). Penyakit gagal jantung kongestif sering disebut sebagai salah satu penyebab alasan masuk rumah sakit berulang, memiliki kualitas hidup yang rendah, serta harapan hidup yang kurang (Siallagan, 2021). Pasien dengan penyakit gagal jantung memiliki gejala baik fisik maupun psikologis yang buruk hingga mempengaruhi kualitas hidup mereka (Soleimani *et al.*, 2020). Manifestasi fisik yang muncul pada pasien gagal jantung kongestif seperti dispnea (shortness of breath) ketika beraktifitas, edema ekstremitas, kelelahan (fatigue), takikardi, gangguan tidur, nyeri dada, dan lain sebagainya (Hajj *et al.*, 2020).

Semakin tinggi pengetahuan tentang gagal jantung akan mempengaruhi tingkat kualitas hidup yang lebih tinggi dan mengurangi rasa cemas dan gangguan pada psikologi pasien (Berge, Jan C van den *et al.*, 2022). Gangguan psikologis pada pasien dengan penyakit jantung yang dapat muncul antara lain adalah gejala depresi (Amini & Hudiawati, 2020). Menurut Rizal (2019) keadaan psikologis seseorang dapat dipengaruhi oleh kepribadian orang tersebut (Rizal, 2019). Kepribadian dapat didefinisikan sebagai pola

perilaku yang berhubungan dengan diri sendiri serta orang lain yang melekat dan terus ada (Kristinawati & Khasanah, 2019). Kualitas hidup pasien gagal jantung dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain umur, jenis kelamin, pekerjaan, pendidikan, dan derajat keparahan berdasarkan *New York Heart Assosiation* (NYHA). Keparahan penyakit atau fungsi fisik merupakan prediktor penting terhadap kualitas hidup pasien gagal jantung. Orang dengan gagal jantung menunjukkan kualitas hidup yang lebih rendah dibandingkan masyarakat umum lain yang disebabkan oleh adanya gejala yang progresif, kecacatan yang ditimbulkan dan seringnya menjalani perawatan di rumah sakit (AHA, 2021).

Kualitas hidup CHF (Congestive Heart Failure) sangat penting dan merupakan perhatian khusus karena akan berdampak pada domain penting kualitas hidup pasien CHF diantaranya domain kesehatan fisik terdiri dari subdomain fisik dan fisiologi CHF (status kesehatan, gejala), intervensi medis perawatan kesehatan (efek samping obat, kejadian buruk, beban dalam minum obat dan lama pengobatan). Domain kesehatan mental pada pasien CHF yaitu psikologis dan emosional (depresi/ansietas, marah-marah, takut menularkan penyakit, persepsi sehat, dan spiritualitas) (ARIANI, 2019). Penelitian Evelyn, G., (2021) pada pasien gagal jantung yang menunjukkan bahwa kualitas hidup pasien gagal jantung kronis berada pada level yang rendah. Hal ini menandakan kualitas hidup pasien gagal jantung secara umum memburuk. Hasil penelitian menjelaskan bahwa kualitas hidup pasien gagal jantung di RSUD Al Ihsan provinsi Jawa Barat sebagian besar memiliki kualitas hidup cukup (Evelyn, G., et al, 2021). Upaya untuk meningkatkan kualitas hidup pasien yang berada di rumah sakit, peneliti menyarankan kepada petugas kesehatan untuk memberikan beberapa pilihan terapi yaitu terapi dzikir, guidei imagery, terapi murottal Al-Qur'an dan terapi Mindfulness Spiritual Islam.

Mindfulness merupakan suatu latihan agar seseorang menyadari tentang kondisi sehingga mampu membuat tujuan dan fokus dalam menyelesaikan masalah yang dihadapi melalui perubahan perilaku untuk meningkatkan kapasitas dalam menghadapi masalah. Intervensi Mindfulness Spiritual Islam merupakan salah satu intervensi non farmakologis keperawatan dengan menggunakan pendekatan spiritual Islam yang bertujuan untuk mengatasi masalah psikologis dan gangguan jiwa, seperti kecemasan, stress, dan depresi (Asiah et al., 2019). Mindfulness Spiritual Islam merupakan terapi yang mengadopsi teori keperawatan adaptasi Callista Roy, dimana berfokus pada psikologis dengan pemberian motivasi kemudian timbul kesadaran dan penerimaan akan kondisinya. Model konsep dan teori Roy menekankan pada aspek fisik dan psikis sehingga terbentuk perilaku adaptif (Rohmawati & Helmi, 2020).

Pada penelitian Munif et al., (2019) didapatkan bahwa Mindfulness Spiritual Islam efektif dalam mengurangi stres pada mahasiswa keperawatan yang mengerjakan tugas akhir (Munif et al., 2019). Hal tersebut juga didukung oleh penelitian Safitri et al., (2021) di dapatkan Mindfulness Spiritual Islam efektif menurunkan kecemasan persalinan di masa pandemi COVID-19 dengan nilai p value 0,001 (Santjaka & Safitri, 2021). Terdapat perbedaan yang signifikan penggunaan Mindfulness Spiritual Islam dengan skor kecemasan 200% lebih tinggi dibandingkan dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang persiapan persalinan. Sedangkan pada penelitian Munif et al., (2019) didapatkan hasil penelitian setelah diberikan terapi mindfulness spiritual Islam menunjukkan bahwa rata-rata tingkat kecemasan siswa pada kelompok intervensi menurun dari $20,6 \pm 2,97$ menjadi $11,4 \pm 5,81$ setelah intervensi. Sedangkan pada kelompok kontrol rerata tingkat kecemasan siswa sedikit menurun dari $19,7 \pm 2,82$ menjadi $17,8 \pm 5,01$. Dari data tersebut dapat disimpulkan Mindfulness Spiritual Islam lebih efektif untuk mengatasi kecemasan (Munif et al., 2019)

Hasil survey pendahuluan pada RSI Sunan Kudus didapatkan bahwa pada bulan Juni- Agustus 2023 didapatkan pasien CHF yaitu 90 responden, peneliti mengambil 10 responden, dari ke 10 responden 7 diantaranya mengalami kualitas hidup buruk karena

sudah tidak bisa melakukan apa saja. Sedangkan di rumah sakit hanya di berikan edukasi penyemangat untuk sembuh saja Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian Pengaruh terapi *mindfulness* spiritual islam pada kualitas hidup pasien CHF (*Congestive Heart Failure*) di RSI Sunan Kudus.

METODE

Jenis penelitian ini adalah *Pra-eksperimental* atau eksperimen semu yang bertujuan untuk mengetahui ada tidaknya akibat dari suatu yang dikenakan pada subjek yang diselidiki (Sugiyono, 2018). Desain penelitian yang digunakan pre and post test yaitu membandingkan hasil sebelum intervensi dan sesudah intervensi. Pengaruh terapi *mindfulness spiritual islam* pada kualitas hidup pasien CHF di ICU RSI Sunan Kudus. Analisa data pada penelitian ini menggunakan Uji analisa Wilcoxon test.

HASIL

a. Kualitas hidup pasien CHF sebelum dan sesudah diberikan terapi *mindfulness* spiritual Islam

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Kualitas hidup pasien CHF sebelum dan sesudah diberikan terapi *mindfulness* spiritual Islam

Kualitas hidup	Sebelum		Setelah	
	F	%	F	%
Baik	9	39.1	11	47.8
Kurang baik	14	60.9	12	52.2
Total	23	100.0	23	100.0

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui distribusi frekuensi kualitas hidup pasien CHF sebelum diberikan *mindfulness* spiritual islam yaitu yang kurang baik 14 responden (60.9%) dan yang baik 9 responden (39.1%), setelah diberikan *mindfulness* spiritual islam yaitu yang kurang baik 12 responden (52.2%) dan yang baik 11 reesponden (47.8%)

b. Hasil analisa pengaruh terapi *mindfulness* spiritual islam terhadap kualitas hidup pasien CHF di RSI Sunan Kudus sebagai berikut

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kualitas hidup pasien CHF sebelum dan sesudah diberikan terapi *mindfulness* spiritual islam

Kualitas hidup	Sebelum		Setelah		Hasil uji wilcoxon
	F	%	F	%	
Baik	9	39.1	11	47.8	0.002
Kurang baik	14	60.9	12	52.2	
Total	23	100.0	23	100.0	

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui distribusi frekuensi kualitas hidup pasien CHF sebelum diberikan *mindfulness* spiritual islam yaitu yang kurang baik 14 responden (60.9%) dan yang baik 9 responden (39.1%), setelah diberikan *mindfulness* spiritual islam yaitu yang kurang baik 12 responden (52.2%) dan yang baik 11 reesponden (47.8%).

Hasil analisis statistik uji *wilcoxon* diperoleh *p value* = 0.002 lebih kecil dari nilai tingkat kemaknaan $\alpha < 0.05$. maka H_a diterima dan H_0 ditolak. Hal ini dapat ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh terapi *mindfulness* spiritual islam terhadap kualitas hidup pasien CHF di RSI Sunan Kudus.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian dapat diketahui distribusi frekuensi kualitas hidup pasien CHF sebelum diberikan *mindfulness* spiritual islam yaitu yang kurang baik 14 responden (60.9%) dan yang baik 9 responden (39.1%). Kualitas hidup CHF sangat penting dan merupakan perhatian khusus karena akan berdampak pada domain penting kualitas hidup pasien CHF diantaranya domain kesehatan fisik terdiri dari subdomain fisik dan fisiologi CHF (status kesehatan, gejala), intervensi medis perawatan kesehatan (efek samping obat, kejadian buruk, beban dalam minum obat dan lama pengobatan). Domain kesehatan mental pada pasien CHF yaitu psikologis dan emosional (depresi/ansietas, marah-marah, takut menularkan penyakit, persepsi sehat, dan spiritualitas) (ARIANI, 2019).

Hasil diatas sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan terhadap pasien gagal jantung kongestif di Kota Surakarta, didapatkan bahwa pasien gagal jantung memiliki kualitas hidup yang buruk (Widadi, S. Y et al., 2024). Kualitas hidup sebagian besar pasien 74,6% sangat buruk. Sebanyak 76,1% pasien gagal jantung tidak puas dengan kesehatan mereka . Pasien gagal jantung mengalami sakit fisik yang parah atau masalah yang menghalangi mereka untuk melakukan apa yang seharusnya mereka lakukan. Pasien gagal jantung membutuhkan perawatan medis yang konstan (Costa et al., 2020). Sedangkan menurut Pudiarifanti dkk (2015) faktor lain yang dapat mempengaruhi kualitas hidup pasien gagal jantung yaitu fraksi ejeksi, penggunaan obat, kepatuhan pasien, dan taraf ekonomi (Pudiarifanti et al., 2015)

Menurut asumsi peneliti Pasien gagal jantung memang memiliki kecenderungan untuk memiliki kualitas hidup kurang baik karena kualitas hidup pasien gagal jantung akan menurun seiring dengan peningkatan kekambuhan serangan jantung. Pada pasien gagal jantung yang menunjukkan bahwa kualitas hidup pasien gagal jantung kronis berada pada level yang rendah. Hal ini menandakan kualitas hidup gagal jantung secara umum memburuk. Untuk meningkatkan kualitas hidup pasien yang berada di rumah sakit peneliti menyarankan kepada petugas kesehatan untuk memberikan beberapa terapi yaitu, terapi *Mindfulness* Spiritual Islam.

Hasil penelitian dapat diketahui distribusi frekuensi kualitas hidup pasien CHF setelah diberikan *mindfulness* spiritual islam yaitu yang kurang baik 12 responden (52.2%) dan yang baik 11 reesponden (47.8%) Intervensi *Mindfulness* Spiritual Islam merupakan salah satu intervensi non farmakologis keperawatan dengan menggunakan pendekatan spiritual islam yang bertujuan untuk mengatasi masalah psikologis dan gangguan jiwa, seperti kecemasan, stress, dan depresi (Asiah et al., 2019)

Mindfulness Spiritual Islam merupakan terapi yang mengadopsi teori keperawatan adaptasi Callista Roy, dimana berfokus pada psikologis dengan pemberian motivasi kemudian timbul kesadaran dan penerimaan akan kondisinya. Model konsep dan teori Roy menekankan pada aspek fisik dan psikis sehingga terbentuk perilaku adaptif (Rohmawati & Helmi, 2020). Pada penelitian Munif et al., (2019) didapatkan bahwa *Mindfulness* Spiritual Islam efektif dalam mengurangi stres pada mahasiswa keperawatan yang mengerjakan tugas akhir (Munif et al., 2019). Hal tersebut juga didukung oleh penelitian Safitri et al., (2021) di dapatkan *Mindfulness* Spiritual Islam efektif menurunkan kecemasan persalinan di masa pandemi COVID-19 dengan nilai p value 0,001 (Santjaka & Safitri, 2021). Terdapat perbedaan yang signifikan penggunaan *Mindfulness* Spiritual Islam dengan skor kecemasan 200% lebih tinggi dibandingkan dengan pemberian pendidikan kesehatan tentang persiapan persalinan.

Menurut Analisa peneliti terdapat kenaikan 2 responden yang awal dari kurang baik menjadi baik, hal ini dikarenakan proses pelaksanaan *Mindfulness* Spiritual Islam yang cenderung banyak responden yang kurang maksimal dalam *Mindfulness* Spiritual Islam dikarenakan banyak Langkah-langkah yang harus dilakukan.

Hasil analisa menggunakan uji wilcoxon diperoleh p value = 0.002 lebih kecil dari nilai tingkat kemaknaan $\alpha < 0.05$. maka H_a diterima dan H_o ditolak. Mindfulness spiritual Islam merupakan sebagai suatu latihan yang melibatkan Allah Subhanahu wa Ta'ala sebagai Tuhan yang Maha kuasa dalam setiap proses (mengingat Allah Subhanahu wa Ta'ala) dengan tujuan membantu individu untuk secara sadar memahami kondisi atau pengalaman yang dihadapi bukan sebagai kebetulan tetapi peristiwa dibuat oleh Allah Subhanahu wa Ta'ala (Dwidiyanti et al., 2019). Seseorang menerima kondisi yang dialami dengan penuh lapang dada, menemukan maksud serta tujuan dan cara untuk memecahkan masalah yang dihadapi sesuai dengan aturan Islam. Individu yang mindful melakukan sesuatu dengan penuh kesadaran dan berusaha meningkatkan kemampuan mereka untuk menyelesaikan masalah (Dwidiyanti et al., 2019).

Dalam pemberian Mindfulness spiritual Islam terbukti cukup efektif dalam merubah kondisi individu menjadi lebih baik. Hal ini Mindfulness spiritual Islam mengandung niat atau tujuan yang jelas, attention, perhatian, sikap penerimaan (keterbukaan), Muhasabah Diri serta Target sehat mandiri. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Dwidiyanti et al., (2019) bahwa mindfulness spiritual Islam dapat meningkatkan kemandirian spiritual. Pernyataan tentang kebahagiaan dan ketenangan individu yang menjalani terapi mindfulness spiritual Islam juga didukung oleh penelitian yang dilakukan Ningrum (2016) bahwa Mindfulness dengan pendekatan Islami juga terbukti dapat meningkatkan kebahagiaan dan sejalan pula dengan Parrot (2017) bahwa mindfulnes Islami akan menjadikan individu mendapatkan perasaan yang menenangkan. Kesimpulan dari penelitian ini adalah dengan Mindfulness spiritual Islam pada pasien CHF pasien akan merasa lebih rileks dan menenangkan hati sehingga bisa meningkatkan kualitas hidup, Hal ini dapat ditarik kesimpulan bahwa ada "pengaruh terapi mindfulness spiritual islam terhadap kualitas hidup pasien CHF di RSI Sunan Kudus.

SIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan kualitas hidup pasien CHF sebelum diberikan *mindfulness* spiritual islam yaitu yang kurang baik 14 responden (60.9%) dan yang baik 9 responden (39.1%), setelah diberikan *teraphy mindfulness* spiritual islam mengalami kenaikan yaitu yang kurang baik 12 responden (52.2%) dan yang baik 11 responden (47.8%). Hal tersebut dapat dijadikan landasan dalam pemberian terapi pendamping pada pasien CHF di ICU selain terapi farmakologi dan terapi medis lainnya.

DAFTAR RUJUKAN

- Amini, F. N., & Hudiyawati, D. (2020). *Gambaran Kepribadian Tipe D Pada Pasien Dengan Gagal Jantung*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Ariani, S. (2019). *Hubungan Kepatuhan Minum Obat Dengan Kualitas Hidup Pasien Tuberkulosis Paru Di Wilayah Kerja Puskesmas Sumpersari Kabupaten Jember*.
- Asiah, A., Dwidiyanti, M., & Wijayanti, D. Y. (2019). *Pengaruh Intervensi Mindfulness Spiritual Islam Terhadap Tingkat Depresi Pada Pasien Di Rsjd Dr. Amino Gondohutomo Provinsi Jawa Tengah*. Diponegoro University.
- AHA. (2021). Heart disease & stroke statistical update fact sheet global burden of disease. *American Heart Association: Dallas, TX, USA*.
- Berge, Jan C van den., Vark, Laura C van., Postmus, Douwe., Utens, Elisabeth M W J., Hillege, Hans L., Boersma, Eric., Lesman-Leegte, Ivonne., & Akkerhuis, K Martijn. (2022) Determinants of quality of life in acute heart failure patients with and without comorbidities: a prospective, observational study, *European Journal of Cardiovascular Nursing*, 21(3), 205–212, <https://doi.org/10.1093/eurjcn/zvab061>
- Costa, L. L., Islam, M. S., Anowar, M. N., & Latif, M. A. (2020). Quality of life of chronic heart failure patients. *Open Journal of Nursing*, 10(9), 831–857.

- <https://doi.org/10.4236/ojn.2020.109058>
- Dwidiyanti, M., Wiguna, R. I., Fahmi, A. Y., Munif, B., & Ningsih, H. E. W. (2019). *The Art of Mindfulness Spiritual Islam* (1st ed.). UNDIP Press.
- Evelyn, G., Feradwiyanti, R., & Rismayanti, R. (2021). Faktor – Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Pasien Gagal Jantung Kronik Dirsud Karawang. *Jurnal Inovasi Penelitian*, 2(2), 775-784. <https://doi.org/10.47492/jip.v2i2.2803>
- Hajj, J., Mathelier, H., Drachman, B., & Laudanski, K. (2020). Sleep quality, fatigue, and quality of life in individuals with heart failure. *The Journal for Nurse Practitioners*, 16(6), 461–465. <https://doi.org/10.1016/j.nurpra.2020.03.002>
- Kemendes, R. I. (2021). Profil Kesehatan Indonesia 2020. *Kementrian Kesehatan Republik Indonesia*, 139. <https://www.kemkes.go.id/id/profil-kesehatan-indonesia-2021>
- Kristinawati, B., & Khasanah, R. N. (2019). Hubungan Pelaksanaan Edukasi dengan Kemampuan Self Care Management Pasien Gagal Jantung. *Prosiding University Research Colloquium*, 496–503.
- Lahoz, R., Proudfoot, C., Fonseca, A. F., Loefroth, E., Corda, S., Jackson, J., ... Studer, R. (2021). Caregivers of Patients with Heart Failure: Burden and the Determinants of Health-Related Quality of Life. *Patient Preference and Adherence*, 15, 1153–1164. <https://doi.org/10.2147/PPA.S297816>
- McDonagh, T. A., Metra, M., Adamo, M., Gardner, R. S., Baumach, A., Böhm, M., Burri, H., Butler, J., Čelutkienė, J., Chioncel, O., Cleland, J. G. F., Coats, A. J. S., Crespo-Leiro, M. G., Farmakis, D., Gilard, M., Heymans, S., Hoes, A. W., Jaarsma, T., Jankowska, E. A., Lainscak, M., ... ESC Scientific Document Group (2021). 2021 ESC Guidelines for the diagnosis and treatment of acute and chronic heart failure. *European heart journal*, 42(36), 3599–3726. <https://doi.org/10.1093/eurheartj/ehab368>
- Munif, B., Poeranto, S., & Wiji Utami, Y. (2019). *Effects of islamic spiritual mindfulness on stress among nursing students*. *Nurse Media Journal of Nursing*, 9(1), 69-77. <https://doi.org/10.14710/nmjn.v9i1.22253>
- Widadi, S. Y., Ramdani, H. T., & Ibrahim, D. Y. (2024). Gambaran Kualitas Hidup dan Perawatan Diri Pada Pasien Gagal Jantung Kongestif Rawat Inap Di Rumah Sakit dr Slamet Garut. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(3), 5739–5763. <https://doi.org/10.31004/innovative.v4i3.11067>