

**PENGARUH *HOME BASED EXERCISE TRAINING* TERHADAP
TOLERANSI AKTIVITAS PADA PASIEN GAGAL JANTUNG
DI RUANG ICCU: *LITERATUR REVIEW***

KARYA ILMIAH AKHIR NERS



DISUSUN OLEH:

MARLIANI DWI ASTUTI, S.Kep

1911102412053

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KESEHATAN DAN FARMASI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

2020

**PENGARUH *HOME BASED EXERCISE TRAINING* TERHADAP
TOLERANSI AKTIVITAS PADA PASIEN GAGAL JANTUNG
DI RUANG ICCU: *LITERATUR REVIEW***

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan sebagai salah satu syarat memperoleh gelar Ners Keperawatan



DISUSUN OLEH:

Marliani Dwi Astuti, S.Kep

1911102412053

**PROGRAM STUDI PROFESI NERS
FAKULTAS KESEHATAN DAN FARMASI
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

2020

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Marliani Dwi Astuti

NIM : 1911102412053

Program Studi : Profesi Ners

Judul KIA-N : Pengaruh *Home Based Exercise Training* terhadap Toleransi

Aktivitas pada Pasien Gagal Jantung di Ruang ICCU: *Literature review*

Menyatakan bahwa karya ilmiah akhir yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilan alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Samarinda, 02 Agustus 2020



Marliani Dwi Astuti, S.Kep
1911102412053

LEMBAR PERSETUJUAN

PENGARUH *HOME BASED EXERCISE TRAINING* TERHADAP
TOLERANSI AKTIVITAS PADA PASIEN GAGAL JANTUNG
DI RUANG ICCU: *LITERATUR REVIEW*

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

DI SUSUN OLEH :

Marliani Dwi Astuti, S.Kep

1911102412053

Disetujui untuk diujikan

Pada tanggal, Agustus 2020

Pembimbing



Ns. Bachtiar Safrudin., M.Kep., Sp.Kep.Kom

NIDN: 1112118701

Mengetahui,

Koordinator MK. Elektif



Ns. Siti Khoiroh Muflihin., M.Kep

NIDN: 1115017703

LEMBAR PERSETUJUAN

PENGARUH *HOME BASED EXERCISE TRAINING* TERHADAP
TOLERANSI AKTIVITAS PADA PASIEN GAGAL JANTUNG
DI RUANG ICCU: *LITERATUR REVIEW*

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

DI SUSUN OLEH :

Marliani Dwi Astuti, S.Kep
1911102412053

Diseminarkan dan Diujikan
Pada tanggal, 06 Agustus 2020

Penguji I



Ns. Elisda H. Pakpahan, S.Kep
NIP. 19810922011012001

Penguji II



Ns. Taufik Septiawan., M.Kep
NIDN : 1111098802

Penguji III



Ns. Bachtiar S., M.Kep., Sp.Kep.Kom
NIDN : 1112118701

Mengetahui,
Ketua Program Studi Profesi Ners




Ns. Dwi Rahmah Fitriani, M.Kep
NIDN. 1119097601

Kata Pengantar



Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya kepada kita sebagai hamba-Nya atas kekuatan, kesehatan dan kesempatan sehingga penyusunan karya ilmiah akhir ners ini dapat terselesaikan. Karya ilmiah akhir ners *literature review* ini yang berjudul “Pengaruh *Home Based Exercise Training* terhadap Toleransi Aktivitas pada Pasien Gagal Jantung di Ruang ICCU”. Shalawat serta salam senantiasa tercurahkan kepada baginda Rasulullah Nabi Muhammad SAW, keluarga, sahabatnya serta pengikutnya hingga akhir zaman.

Penulis dapat menyelesaikan penyusunan Karya ilmiah akhir ners *literature review* ini merupakan suatu pengalaman pembelajaran yang sangat berharga. Dalam kesempatan kali ini penulis ingin mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya atas bantuan yang telah diberikan berupa bimbingan, ide-ide, tenaga, maupun motivasi dan semangat kepada :

1. Prof. Dr. Bambang Setiaji, M.S selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
2. Ghozali M.H., M.Kes, Ph. D selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan dan Farmasi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
3. Ns. Dwi Rahmah Fitriani., M.Kep selaku Program Studi Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
4. Ns. Siti Khoiroh M., M.Kep selaku koordinator mata kuliah elektif.
5. Ns. Bachtiar Safrudin, M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku pembimbing sekaligus penguji III yang telah menyediakan waktu selama proses pengajuan judul,

bimbingan Karya Ilmiah Akhir Ners hingga terselesaikannya karya ilmiah akhir ners ini.

6. Ns. Elisda H Pakpahan, S.Kep selaku penguji I dalam sidang Karya Ilmiah Akhir Ners
7. Ns. Taufik S., M.Kep selaku penguji II dalam sidang Karya Ilmiah Akhir Ners
8. Seluruh Bapak/Ibu Dosen Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur yang telah banyak membimbing dan memberikan ilmu pengetahuan kepada penulis.
9. Kedua orang tua dan adik tercinta Bapak Marhan, Ibu Rusmini dan Marditiya yang tiada henti-hentinya memberikan semangat, dukungan, motivasi, doa dan perhatiannya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir ners ini.
10. Teman – teman sejawat profesi Ners yang tidak dapat saya sebutkan satu persatu, terimakasih telah memberikan semangat dan bantuan yang begitu besar.

Semoga segala kebaikan yang telah diberikan mendapatkan pahala dari Allah SWT. Dalam penusunan karya tulis ilmiah ini. Oleh karena itu, dengan lapang dada penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun agar bermanfaat untuk semua pihak khususnya dalam lingkup kesehatan.

Samarinda, Agustus

2020

Penulis

Pengaruh *Home Based Exercise Training* terhadap Toleransi Aktivitas pada Pasien Gagal Jantung di Ruang ICCU: *Literature Review*

Marliani Dwi Astuti¹, Bachtiar Safrudin²

INTISARI

Latar Belakang: *Home-based exercise training* (HBET) adalah pilihan latihan fisik dan alternatif pada solusi rendahnya partisipasi pasien dalam mengikuti latihan fisik yang bertujuan untuk mempertahankan dan meningkatkan latihan pada pasien. Latihan fisik sendiri bermanfaat dalam meningkatkan kemampuan pasien dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Latihan ini meliputi: tipe, intensitas, durasi, dan frekuensi tertentu sesuai dengan kondisi pasien.

Tujuan Penelitian: Untuk mengetahui pengaruh *Home Based Exercise* terhadap Toleransi Aktivitas pada Pasien Persiapan Pulang di Ruang ICCU.

Metode Penelitian: Desain yang digunakan adalah *literature review*, artikel dikumpulkan dengan menggunakan databased google scholar, pubmed dan research gate. Kriteria artikel yang digunakan adalah terbitan tahun 2015-2020, dan menggunakan Bahasa Indonesia dan Bahasa Inggris.

Hasil Penelitian: Berdasarkan dari 10 artikel yang telah direview didapatkan hasil bahwa *home based exercise training* dapat membantu meningkatkan kapasitas fungsional yaitu toleransi aktivitas pada pasien dengan gagal jantung.

Kesimpulan: *Home based exercise training* dapat membantu meningkatkan kapasitas fungsional yaitu toleransi aktivitas pada pasien dengan gagal jantung.

Kata kunci: *Home based exercise training*, toleransi aktivitas, ruang ICCU.

¹ Mahasiswa Profesi Ners Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

² Dosen Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

The Effect of Home Based Exercise Training toward Activity Tolerance on Patient Heart

Failure in ICCU Ward: Literature Review

Marliani Dwi Astuti¹, Bachtiar Safrudin²

ABSTRACT

Background: Home-based exercise training (HBET) an option of physical exercise and alternative on solution for the lack of patients participation to follow physical exercise which aimed to maintain and improve training on patients. Physical exercise itself was useful to improve patients ability to do daily activities. This training included: type, intensity, duration, and frequency based on patients condition.

Research Aim: To understand the effect of Home Based Exercise toward Activity Tolerance on Patient Discharge in ICCU Ward.

Research Method: The design used was literature review, articles were collected by using databased google scholar, pubmed and research gate. Articles criteria which used were published in 2015-2020, and it used Indonesian and English.

Research Result: Based on 10 articles which were reviewed, there were obtained that home exercise training could assist to improve functional capacity which was activity on patients with heart failure.

Conclusion: Home based exercise training could assist to improve functional capacity which was activity tolerance on patients with heart failure.

Keywords: Home based exercise training, activity tolerance, ICCU ward.

¹ Nursing Student at Muhammadiyah University of East Borneo

² Nursing professors at Muhammadiyah University of East Borneo

DAFTAR ISI

Halaman judul	i
Halaman pernyataan keaslian penelitian	ii
Halaman persetujuan	iii
Halaman pengesahan	iv
Kata pengantar	v
Instisari	vii
Abstract	viii
Daftar isi	ix
Daftar tabel	xi
Daftar lampiran	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar belakang	1
B. Perumusan masalah	4
C. Tujuan penulisan	4
D. Manfaat penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Konsep teori jantung	7
B. Persiapan pasien pulang	12
C. Intoleransi aktivitas	17
D. Home based exercise training	24
E. Literature review	32
BAB III METODE PENELITIAN	37
A. Rancangan penelitian	37

B. Cara pengumpulan data	37
C. Kata kunci yang digunakan	39
D. Jumlah artikel yang dibutuhkan	39
E. Kriteria inklusi eksklusi	41
F. Seleksi studi dan penilaian kualitas.....	41
G. Research appraisal checklist	42
BAB IV PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	47
A. Research appraisal checklist	47
B. Hasil dan analisis	50
C. Pembahasan	56
BAB V PENUTUP	62
A. Kesimpulan	62
B. Saran	62

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Flow gram

Tabel 3.2 Appraisal checklist

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Biodata peneliti

Lampiran 2 : SOP Home Based Exercise Training

Lampiran 3 : Lembar Konsul