



**EFEKTIFITAS *HOME HEART WALK* TERHADAP DERAJAT  
KELELAHAN PADA PENDERITA GAGAL  
JANTUNG DI JAKARTA  
2015**

**OLEH : YANTI ANGGRAINI ARITONANG**

**NIM : 2013-01-016**

**PROGRAM STUDI MAGISTER KEPERAWATAN  
MEDIKAL BEDAH  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SINT CAROLUS  
JAKARTA 2015**



**EFEKTIFITAS *HOME HEART WALK* TERHADAP DERAJAT  
KELELAHAN PADA PENDERITA GAGAL  
JANTUNG DI JAKARTA  
2015**

**OLEH : YANTI ANGGRAINI ARITONANG**

**NIM : 2013-01-016**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SINT CAROLUS  
JAKARTA 2015**



**EFEKTIFITAS *HOME HEART WALK* TERHADAP DERAJAT  
KELELAHAN PADA PENDERITA GAGAL  
JANTUNG DI JAKARTA  
2015**

**Penelitian ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk  
memperoleh gelar  
MAGISTER KEPERAWATAN**

**OLEH : YANTI ANGGRAINI ARITONANG  
NIM : 2013-01-016**

**PROGRAM STUDI MAGISTER KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN SINT CAROLUS  
JAKARTA 2015**

## **PERNYATAAN KEASLIAN**

Saya, yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Yanti Anggraini Aritonang

NIM : 201301016

Program studi : Magister Keperawatan Medikal Bedah

Menyatakan bahwa tesis ini adalah benar merupakan hasil karya sendiri dan sepanjang pengetahuan dan keyakinan saya tidak mencantumkan tanpa pengakuan bahan-bahan yang telah dipublikasikan sebelumnya atau ditulis oleh orang lain atau sebagian bahan yang pernah diajukan untuk gelar atau ijazah STIK Sint Carolus atau perguruan tinggi lainnya.

Apabila pada masa yang akan datang diketahui bahwa pernyataan ini tidak benar adanya, saya bersedia menerima sanksi yang diberikan dengan segala konsekuensinya. Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Jakarta, 11 Agustus 2015

(Yanti Anggraini Aritonang)

## **ORIGINALTY STATEMENT**

I, who sign below:

Name :Yanti Anggraini Aritonang

NIM :201301016

Major :Master of medical and surgical nursing

Hereby declare that this thesis is my own work and to the best of my knowledge it contains no materials previously or written by another person or substantial proportions of material which have been accepted for the award of any other degree or diploma at STIK Sint Carolus or any other educational institution, except where due acknowledgement is made in the thesis. If in the future there's something wrong in my thesis, I will get consequence.

*Jakarta, Agustus 11<sup>st</sup> 2015*

(Yanti Anggraini Aritonang)

## **PERNYATAAN PERSETUJUAN**

### **EFEKTIFITAS *HOME HEART WALK* TERHADAP DERAJAT KELELAHAN PADA PENDERITA GAGAL JANTUNG DI JAKARTA 2015**

Tesis

Telah Disetujui Dan Diuji Dihadapan Tim Penguji Tesis  
Program Studi Magister Keperawatan Medikal Bedah **STIK Sint Carolus**

**Jakarta, 11 Agustus 2015**

Pembimbing Metodologi

Pembimbing Materi

(Dr.drg.Irene Adyatmaka)

(Ni Luh Widani, M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.MB)

Mengetahui :

Ketua Program Studi Magister Keperawatan Medikal Bedah

(Emiliana Tarigan, SKp.,MKes)

## LEMBAR PENGESAHAN

Tesis ini diajukan oleh :

Nama : Yanti Anggraini Aritonang

NIM : 2013 01 016

Program Studi : Magister Keperawatan Medikal Bedah

JudulTesis :Efektifitas *Home Heart Walk* Terhadap Derajat Kelelahan Pada Penderita Gagal Jantung Di Jakarta

**Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Magister Keperawatan Medikal Bedah pada Program Studi S-2 Keperawatan, STIK Sint Carolus, Jakarta.**

### TIM PENGUJI

Pembimbing : Ni Luh Widani, M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.MB (.....)

Pembimbing :Dr.drg.Irene Adyatmaka (.....)

Penguji :Fitriani Suprpti, MAN (.....)

Ditetapkan di : STIK Sint Carolus Jakarta

Tanggal : 11 Agustus 2015

**HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TESIS UNTUK  
KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai sivitas akademik STIK Sint Carolus, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Yanti Anggraini Aritonang

NIM : 2013 01 016

Program Studi : S-2 Keperawatan

Jenis Karya : Tesis

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada STIK Sint Carolus **Hak Bebas Royalti Non-eksklusif (*Non-exclusive Royalty-Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul :

Efektifitas *Home Heart Walk* Terhadap Derajat Kelelahan Pada Penderita Gagal Jantung Di Jakarta

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Non-eksklusif ini STIK Sint Carolus berhak menyimpan, mengalih media /formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*),merawat dan mempublikasikan tesis saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis / pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 11 Agustus 2015

Yang menyatakan

(Yanti Anggraini Aritonang)



## KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmatnya, penulis dapat menyelesaikan tesis ini. Penulisan tesis ini dilakukan dalam rangka memenuhi salah satu syarat untuk mencapai gelar Magister Keperawatan pada Program Studi Magister Keperawatan Medikal Bedah STIK Sint Carolus. Penulis menyadari, bahwa tanpa bantuan dan bimbingan dari berbagai pihak, dari masa perkuliahan sampai pada penyusunan tesis ini, sangatlah sulit bagi penulis untuk menyelesaikan tesis ini. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada :

- (1) Ibu Asnet Leo Bunga, SKp., M.Kes selaku Ketua STIK Sint Carolus dan Ibu Emiliana Tarigan, SKp., M.Kes selaku KaProdi S2 STIK Sint Carolus yang telah memberikan kesempatan dan dukungan moral ke penulis dalam menyelesaikan tesis;
- (2) DR.drg.Irene Adyatmaka selaku pembimbing metodologi dan Ni Luh Widani, M.Kep.,Ns.,Sp.Kep.MB selaku pembimbing materi serta Fitriana Suprpti, MAN selaku penguji yang telah menyediakan waktu, tenaga, dan pikiran untuk mengarahkan penulis dalam penyusunan tesis ini;
- (3) Pihak Rumah Sakit Umum Pelayanan Nasional (RSUPN) Dr. Cipto Mangunkusumo dan Rumah Sakit PGI Cikini yang telah banyak membantu dalam usaha memperoleh data yang penulis perlukan;
- (4) Brant Aritonang dan Netty Silalahi (orang tua), Yoana Sartika Aritonang (adik) dan keluarga besar Aritonang-Silalahi yang telah membantu penulis dalam dukungan material, moral dan spiritual;
- (5) Gereja Masehi Advent Hari Ketujuh Jemaat Garuda yang telah membantu penulis dalam dukungan moral dan spiritual;
- (6) Teman S2 Keperawatan angkatan III yang telah banyak membantu penulis dalam menyelesaikan tesis ini.

Akhir kata, penulis berharap Tuhan Yang Maha Esa berkenan membalas segala kebaikan semua pihak yang telah membantu dalam proses tesis ini. Semoga tesis ini membawa manfaat bagi pengembangan ilmu keperawatan.

Jakarta, 11 Agustus 2015

Yanti Anggraini Aritonang

**MAGISTER KEPERAWATAN MEDIKAL BEDAH  
PROGRAM STUDI PASCASARJANA SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
SINT CAROLUS**

Tesis, 11 Agustus 2015

**YANTI ANGGRAINI ARITONANG**

**Efektifitas *Home Heart Walk* Terhadap Derajat Kelelahan Pada Penderita Gagal Jantung Di Jakarta**

151 halaman + 21 tabel + 3 gambar + 5 skema + 13 lampiran

**ABSTRAK**

Gagal jantung merupakan keadaan fisiologis ketika jantung tidak bisa memompa darah yang cukup dalam memenuhi kebutuhan metabolik tubuh. Angka kejadian penderita gagal jantung ada 839 orang di RSUPN. Dr. Cipto Mangunkusumo. Keluhan utama penderita gagal jantung adalah kelelahan. Prevelensi kelelahan didapatkan 43,1% di RS Cleveland Ohio. Salah satu intervensi menurunkan kelelahan adalah *Home Heart Walk (HHW)*. Tujuan dari penelitian mengetahui efektifitas *HHW* terhadap derajat kelelahan pada penderita gagal jantung. Penelitian ini menggunakan design *Pra Eksperimen One Group Pretest- Posttest Design*, di RSUPN Dr Cipto Mangunkusumo & RS PGI Cikini selama Mei–Juli 2015, sebanyak 50 responden dengan gagal jantung *functional class 2 & 3*, dengan purposive sampling. Hasil didapatkan mayoritas usia pada lansia lanjut (44%), jenis kelamin laki-laki (64%), IMT normal (50%), klasifikasi gagal jantung *functional class* dua (76%). Sebelum intervensi *HHW*, mayoritas tekanan darah sistolik & diastolik berada pada kategori prehipertensi masing-masing (36% dan 40%), denyut nadi normal (90%), *respiratory rate tachypnea* (80%), derajat kelelahan pada skala 5 (52%) dan nilai rata-rata jarak tempuh 202,44 meter. Sesudah intervensi *HHW*, mayoritas tekanan darah sistolik & diastolik menjadi normal masing-masing (48%), denyut nadi menjadi normal (100%), *respiratory rate* menurun menjadi kategori normal (88%), derajat kelelahan menurun pada skala 3 (50%) & nilai rata-rata jarak tempuh meningkat menjadi 254,76 meter. Hasil uji menunjukkan terdapat perbedaan bermakna derajat kelelahan sebelum & sesudah intervensi *HHW* ( $p= 0.000$ ), terdapat hubungan *respiratory rate* terhadap derajat kelelahan dengan ( $p= 0.043$ ) & terdapat pengaruh *HHW* terhadap derajat kelelahan dengan ( $p=0.000$ ); tetapi tidak terdapat hubungan usia, jenis kelamin, IMT, klasifikasi gagal jantung, tekanan darah sistolik & diastolik, denyut nadi & jarak tempuh terhadap derajat kelelahan ( $p>0.05$ ). Kesimpulan *HHW* dapat menurunkan derajat kelelahan pada penderita gagal jantung selama enam minggu dan direkomendasikan untuk perawat agar dapat mengajarkan latihan *HHW* dan memotivasi penderita gagal jantung untuk latihan mandiri.

Kata kunci: *Home Heart Walk*; Derajat Kelelahan; Penderita Gagal Jantung.

Daftar Pustaka: 81 (2000-2015)

## MASTER OF NURSING IN MEDICAL SURGERY

### GRADUATE PROGRAM MASTER IN HIGH SCHOOL OF HEALTH SCIENCE SINT CAROLUS

Thesis, 11 Agustus 2015

**YANTI ANGGRAINI ARITONANG**

#### **The Effectiveness Of *Home Heart Walk* Towards Fatigue's Degree In Heart Failure's Patients In Jakarta**

151 pages + 21 tables + 3 pictures +5 schemes+ 13 attachments

#### ABSTRAC

Heart failure is a physiologic state in which the heart cannot pump enough blood to meet the metabolic needs of the body. The incident of heart failure recorded in Dr. Cipto Mangunkusumo's hospital is 839. The major symptom of heart failure is fatigue. Prevalance of fatigue in Cleveland Ohio Hospital is 43,1%. One intervention to reduce fatigue is *Home Heart Walk (HHW)*. The aim of this research was to determine the effectiveness of *HHW* toward the degree of fatigue in heart failure's patients. This research used Pre Experiment One Group Pretest-Posttest design, in Dr. Cipto Mangunkusumo & PGI Cikini hospital during Mey-July 2015, 50 respondents with heart failure functional class 2 & 3 patients, and purposive sampling. The results showed majority of the respondents are elderly (44%), male (64%), with normal BMI (50%), and 76% of them in class 2 on functional classification of heart failure. Before *HHW*'s intervention, the majority of systolic & diastolic blood pressures were in the category of prehypertension respectively (36% and 40%), all respondents performed normal pulse rates (90%), tachypnea respiratory rates (80%) and experiencing fatigue on scale 5 (52%), with the average of walking distance was at 202,44 meters. After *HHW*'s intervention, the majority of systolic and diastolic blood pressure were in the normal category (48%), all respondents performed normal pulse rate (100%), respiratory rate decreased to normal category (88%), the degree of fatigue decreased to moderate fatigue on scale 3 (50%) and the average of walking distance was increased into 254,76 meters. The test results showed there was significant difference in the degree of fatigue before and after *HHW*'s intervention ( $p=0,000$ ), there is a relationship between respiratory rate and the degree of fatigue ( $p=0,043$ ), there are significant effect of *HHW* to the fatigue degree ( $p=0,000$ ); but there was no correlation between age, sex, BMI, classification of heart failure, blood pressure, pulse rate and walking distance with the degree of fatigue ( $p>0,05$ ). The conclusion is *HHW* can reduce the degree of fatigue in heart failure patients during six weeks; then it is recommended for nurses to teach *HHW* and motivate patient to have self-exercise.

Keywords: *Home Heart Walk*; Fatigue's Degree; Heart Failure Patients  
Bibliography: 81 (2000-2015)

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
PERNYATAAN KEASLIAN .....	iv
ORIGINALTY STATEMENT .....	v
PERNYATAAN PERSETUJUAN .....	vi
LEMBAR PENGESAHAN.....	vii
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TESIS.....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
ABSTRAK.....	x
ABTRACT.....	xi
DAFTAR ISI .....	xii
DAFTAR TABEL .....	xv
DAFTAR SKEMA .....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xviii
DAFTAR GAMBAR .....	xix
1. PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Perumusan Masalah .....	8
1.3 Tujuan Penelitian .....	8
1.4 Manfaat Penelitian .....	9
1.5 Ruang Lingkup .....	10
2. TINJAUAN PUSTAKA.....	11
2.1 Penyakit Gagal Jantung .....	11
2.1.1 Pengertian Gagal Jantung.....	11
2.1.2 Anatomi dan Fisiologi.....	11
2.1.3 Etiologi.....	13
2.1.4 Patofisiologi.....	14
2.1.5 Manifestasi Klinis.....	17
2.1.6 Klasifikasi Gagal Jantung.....	18
2.1.7 Penatalaksanaan.....	19
2.1.8 Rehabilitasi Jantung.....	21
2.2 Kelelahan .....	24
2.2.1 Pengertian.....	24
2.2.2 Mekanisme.....	24
2.2.3 Pertanyaan Pengkajian.....	24
2.2.4 Faktor- Faktor Yang Mempengaruhi Kelelahan.....	25
2.2.5 Tindakan Menurunkan Kelelahan.....	38
2.2.6 Penilaian Derajat Kelelahan.....	40
2.3 <i>Home Heart Walk</i> .....	41
2.3.1 Pengertian.....	41
2.3.2 Perbedaan <i>Home Heart Walk</i> & Latihan Jalan Enam Menit .....	42
2.3.3 Fisiologi <i>Home Heart Walk</i> Mengurangi Kelelahan.....	42
2.3.4 Tujuan dan Manfaat.....	43
2.3.5 Indikasi.....	46
2.3.6 Kontraindikasi .....	46
2.3.7 Faktor- Faktor Mempengaruhi Hasil Jarak Tempuh Latihan Jalan 6 Menit .....	46

2.3.8 Teknik Pelaksanaan Latihan <i>Home Heart Walk</i> .....	47
2.3.9 Protap Pelaksanaan <i>Home Heart Walk</i> .....	50
2.4 Teori Keperawatan <i>Dorothea Orem</i> .....	53
2.4.1 Metode Bantuan Perawatan Orem .....	54
2.4.2 Jurnal Penelitian <i>Self Care</i> .....	54
2.5 Kerangka Teori .....	56
2.6 Penelitian Terkait .....	57
2.6.1 Tony Suharsono (2011).....	57
2.6.2 Jannis V. Papatthasioul, Elena Ilieval, Blagoi Marianov (2012).....	58
2.6.3 Robert O. Crapoo, Richard Casaburi, Allan L. Coates, Paul L. Enright, Nail. R. Macintyre, Roy T. Mackay, Doughlas Johnsons, Jack S. Wanger, R. Jorge Zeballos, Vera Bittner & Carl Mottram (2002) .....	59
2.6.4 Chen- Lin Chien, Chii-Ming Lee, Yen- Wen Wu, Tzu- An Chen & Ying- Tai Wu (2008).....	59
2.6.5 Herbert F. Jelineki, Tjomas Collins, Megan Smith & Hosen Kiat (2014) ...	60
2.6.6 Nur Basuki, Sugeng (2007).....	61
3. KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS DAN DEFINISI VARIABEL .....	62
3.1 Kerangka Konsep .....	62
3.2 Hipotesis .....	64
3.3 Definisi Operasional .....	65
4. METODE PENELITIAN .....	74
4.1 Rancangan Penelitian .....	74
4.2 Populasi dan Sampel .....	75
4.2.1 Populasi .....	75
4.2.2 Sampel .....	75
4.3 Tempat Penelitian .....	78
4.4 Waktu Penelitian.....	79
4.5 Etika Penelitian.....	79
4.5.1 Prinsip Kebebasan .....	79
4.5.2 Prinsip Kerahasiaan .....	80
4.5.3 Prinsip Kebebasan Dari Ketidaknyamanan .....	80
4.5.4 Prinsip Bermanfaat .....	81
4.5.5 Prinsip Terhindar dari Membahayakan atau Cedera.....	81
4.5.6 Prinsip Keadilan.....	82
4.6 Alat Pengumpulan Data.....	83
4.6.1 Lembaran Obeservasi Latihan <i>Home Heart Walk</i> .....	83
4.6.2 Tensimeter Air Raksa Yang Sudah Dikalibrasi.....	83
4.6.3 Timbangan & Alat Ukur Tinggi.....	83
4.6.4 Alat Yang Dibutuhkan Selama Latihan.....	84
4.6.5 Lembaran Catatan Jarak Tempuh Responden.....	84
4.7 Prosedur Pengumpulan Data.....	84
4.7.1 Prosedur Administrasi .....	85
4.7.2 Prosedur Pelaksanaan .....	85
4.8 Teknik Analisis Data.....	88
4.8.1 Urutan Pengolahan Data Dengan Komputer .....	88
4.8.2 Penentuan Uji Statistik .....	90

5. HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	92
5.1 Gambaran Proses Pelatihan <i>Quality Circle</i> .....	92
5.1.1 Gambaran Umum Penelitian.....	92
5.1.2 Gambaran Lokasi Penelitian.....	92
5.2 Analisa Univariat: Kataristik Responden .....	93
5.2.1 Variabel Usia .....	93
5.2.2 Variabel Jenis Kelamin.....	95
5.2.3 Variabel IMT .....	97
5.2.4 Variabel Klasifikasi Gagal Jantung .....	99
5.2.5 Variabel Tekanan Darah Sistolik & Diastolik .....	100
5.2.6 Variabel Denyut Nadi .....	104
5.2.7 Variabel <i>Respiratory Rate</i> .....	107
5.2.8 Variabel Derajat Kelelahan .....	109
5.2.9 Variabel Jarak Tempuh .....	110
5.2.10 Perbedaan Data Subjektif & Data Objektif.....	112
5.3 Analisis Bivariat.....	113
5.3.1 Uji Distribusi Data.....	113
5.3.2 Perbedaan Derajat Kelelahan Sebelum & Sesudah Intervensi <i>Home Heart Walk</i> .....	115
5.3.3 Variabel Hubungan Faktor <i>Counfounding</i> Terhadap Derajat Kelelahan .....	118
5.3.4 Perhitungan Permaknaan <i>Home Heart Walk</i> .....	132
5.4 Keterbatasan Penelitian.....	136
5.4.1 Perbedaan Fasilitas Rumah Sakit.....	136
5.4.2 Perbedaan Responden.....	136
5.4.3 Perbedaan Dukungan Keluarga .....	136
5.5 Implikasi Hasil Penelitian.....	137
5.5.1 Bagi Pengembangan Pelayanan Keperawatan.....	137
5.5.2 Bagi Peneliti Selanjutnya.....	137
6. Kesimpulan Dan Saran.....	139
6.1 Kesimpulan.....	139
6.2 Saran.....	140
6.2.1 Untuk Perkembangan Pelayanan Perawat Seluruh Rumah Sakit.....	140
6.2.2 Untuk Instansi Pendidikan .....	141
6.2.3 Untuk Penelitian Selanjutnya .....	141
6.2.4 Untuk Penderita Gagal Jantung.....	141
DAFTAR PUSTAKA .....	143
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Klasifikasi Stadium Penderita Gagal Jantung.....	18
Tabel 2.2	Klasifikasi Kemampuan Latihan Fisik.....	21
Tabel 2.3	Perbedaan <i>Home Heart Walk</i> & Latihan Jalan Enam Menit .....	42
Tabel 3.1	Definisi Operasional .....	65
Tabel 5.1	Distribusi Usia Responden Gagal Jantung Di Jakarta Tahun 2015.....	93
Tabel 5.2	Frekuensi Usia Responden Gagal Jantung Di Jakarta Tahun 2015 .....	94
Tabel 5.3	Distribusi Jenis Kelamin Responden Gagal Jantung Di Jakarta Tahun 2015.....	95
Tabel 5.4	Distribusi IMT Responden Gagal Jantung Di Jakarta Tahun 2015 .....	97
Tabel 5.5	Frekuensi IMT Responden Gagal Jantung Di Jakarta Tahun 2015 .....	97
Tabel 5.6	Frekuensi Klasifikasi Gagal Jantung Responden Gagal Jantung Di Jakarta Tahun 2015.....	99
Tabel 5.7	Distribusi Tekanan Darah Sistolik & Diastolik Responden Gagal Jantung Di Jakarta Tahun 2015... ..	100
Tabel 5.8	Frekuensi Tekanan Darah Sistolik & Diastolik Responden Gagal Jantung Di Jakarta Tahun 2015.....	100
Tabel 5.9	Distribusi Denyut Nadi Responden Gagal Jantung Di Jakarta Tahun 2015 .....	104
Tabel 5.10	Frekuensi Denyut Nadi Responden Gagal Jantung Di Jakarta Tahun 2015.....	105
Tabel 5.11	Distribusi <i>Respiratory Rate</i> Responden Gagal Jantung Di Jakarta Tahun 2015.....	107
Tabel 5.12	Frekuensi <i>Respiratory Rate</i> Responden Gagal Jantung Di Jakarta Tahun 2015 .....	107
Tabel 5.13	Distribusi Derajat Kelelahan Responden Gagal Jantung Di Jakarta Tahun 2015.....	109
Tabel 5.14	Distribusi Jarak Tempuh Responden Gagal Jantung Di Jakarta Tahun 2015 .....	111
Tabel 5.15	Perbedaan Derajat Kelelahan Responden Gagal Jantung Di Jakarta Tahun 2015 .....	112

Tabel. 5.16	Uji Kolmogrov Smirnov Dan Shapiro Wilks Responden Gagal Jantung Di Jakarta .....	114
Tabel 5.17	Perbedaan Derajat Kelelahan & <i>Respiratory Rate</i> Sebelum & Sesudah <i>Home Heart Walk</i> .....	116
Tabel 5.18	Perbedaan Derajat Kelelahan Sebelum & Sesudah Home Heart Walk....	117
Tabel 5.19	Uji Hubungan <i>Home Heart Walk</i> , Usia, Jenis Kelamin, IMT, Klasifikasi Gagal Jantung, Tekanan Darah Sistolik & Diastolik, Denyut Nadi, Respiratory Rate & Jarak Tempuh Terhadap Derajat Kelelahan Sesudah Intervensi <i>Home Heart Walk</i> .....	120
Tabel 5.20	Uji Kolmogrov Smirnov Derajat Kelelahan & <i>Respiratory Rate</i> Responden Gagal Jantung Di Jakarta .....	133
Tabel 5.21	Permaknaan <i>Home Heart Walk</i> Pada Responden Gagal Jantung Di Jakarta	134



## DAFTAR SKEMA

Skema 2.1	Kerangka Teori Implikasi <i>Home Heart Walk</i> Terhadap Derajat Kelelahan..	56
Skema 3.1	Kerangka Konsep Penelitian.....	63
Skema 4.1	Rancangan Penelitian <i>Pre-test</i> dan <i>Post-test</i> .....	74
Skema 4.2	Rancangan Penelitian Uji Beda Awal dan Akhir Derajat Kelelahan Sebelum dan Sesudah Intervensi <i>Home Heart Walk</i> .....	75
Skema 4.3	Populasi dan Sampel Penelitian .....	78
Skema 4.5	Skema Alur Penelitian .....	88

## DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 : Rancangan Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 : Penjelasan Penelitian
- Lampiran 3 : Lembar Persetujuan
- Lampiran 4 : Lembaran Observasi Data Responden
- Lampiran 5 : Lembaran Observasi Latihan *Home Heart Walk*
- Lampiran 6 : Lembaran Observasi Pelaksanaan Penelitian *Home Heart Walk (Pre-Test)*
- Lampiran 7 : Lembaran Observasi Pelaksanaan Penelitian *Home Heart Walk (Post Test)*
- Lampiran 8 : Lembaran Catatan Jarak Tempuh Responden
- Lampiran 9 : Pedoman Latihan Pemanasan Pada Penderita Gagal Jantung
- Lampiran 10 : Prosedur Pengukuran Tekanan Darah
- Lampiran 11 : Prosedur Pengukuran Denyut Nadi & *Respiratory Rate*
- Lampiran 12 : Prosedur Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 13 : Surat- surat Dalam Proses Penelitian

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Bagian Jantung Manusia.....	12
Gambar 2.2	Ilustrasi Latihan <i>Home Heart Walk</i> .....	49
Gambar 2.3	<i>Modified The Borg Scale Perceveid Exertion</i> .....	50