

**EFEKTIVITAS TERAPI *BRANDT DAROFF*
TERHADAP PENURUNAN
GEJALA VERTIGO**

(Studi di Kelurahan Pejagan Bangkalan wilayah kerja Puskesmas Bangkalan)

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Untuk Melengkapi Sebagian Persyaratan
Menjadi Sarjana Keperawatan



Oleh :

RIKA MALIYA
NIM. 18142010074

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
STIKes NGUDIA HUSADA MADURA
2022**

HALAMAN PENGESAHAN

**EFEKTIVITAS TERAPI *BRANDT DAROFF*
TERHADAP PENURUNAN
GEJALA VERTIGO**

(Studi di Kelurahan Pejagan Bangkalan wilayah kerja Puskesmas Bangkalan)

NASKAH PUBLIKASI

Oleh :

RIKAMALIYA
NIM. 18142010074

Telah disetujui pada tanggal
Rabu, 31 Agustus 2022
Pembimbing

Zurvaty, S.Kep..Ns..M.Kes
NIDN 0702088002



EFEKTIVITAS TERAPI *BRANDT DAROFF* TERHADAP PENURUNAN GEJALA VERTIGO

(Studi di Kelurahan Pejagan Bangkalan wilayah kerja Puskesmas Bangkalan)

THE EFFECTIVENESS OF *BRAND DAROFF* THERAPY ON REDUCING VERTIGO SYMTOMPS

(Study in Pejagan Village Bangkalan the working area of the Bangkalan Health Center)

Rika Maliya¹, Zuryaty, S.Kep., Ns., M. Kes²

1) Mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Ngudia Husada Madura

2) Dosen Keperawatan STIKes Ngudia Husada Madura

*email: rikamaliya@icloud.com

Abstrak

Sistem keseimbangan ialah sistem yang dibutuhkan dalam kehidupan manusia. Gangguan keseimbangan akan menimbulkan berbagai keluhan, diantaranya rasa berputar yang kerap kali disebut vertigo. Adapun pengamatan ini bermaksud untuk menganalisis adanya pengaruh efektivitas terapi *brandt daroff* terhadap penurunan gejala vertigo. Desain pengamatan menerapkan *quasy experiment pre post test with control group desig*, variabel independent terapi *brandt daroff*, variabel dependent penurunan gejala vertigo. Sample dalam pengamatan ini yakni sebanyak 28 pasien vertigo. Dalam proses pengamatan mengambil sampel sebanyak 14 pasien vertigo golongan perlakuan dan 14 pasien vertigo golongan kontrol. Pengambilan sampel menerapkan metode *purposive sampling*. Instrumen pengamatan ini menerapkan kuesioner *Dizziness Handicap Inventory (DHI)*. Uji statistik yang dipakai adalah uji *paired-t test* dan “Uji Wilcoxon” dengan nilai kemaknaan $\alpha(0.05)$. Hasil uji statistik dengan *paired t-test* diperoleh hasil $0.000 < \alpha 0.05$ memperlihatkan bahwa ada perbedaan penurunan gejala vertigo sebelum dan sesudah diberikan terapi *brandt daroff* pada golongan perlakuan, “Uji Wilcoxon” hasil $0.043 < \alpha 0.05$ ada perbedaan penurunan gejala vertigo sebelum dan sesudah dilaksanakan terapi relaksasi nafas dalam. *uji independent t-test* diperoleh hasil $=0,001 < \alpha 0.05$ yang artinya ada pengaruh efektivitas terapi *brandt daroff* terhadap penurunan gejala vertigo. Dari pengamatan ini diharapkan bagi narasumber, keluarga, puskesmas atau rumah sakit untuk bisa mengaplikasikan terapi *brandt daroff* sebagai penanganan masalah pada pasien yang mengalami gejala vertigo.

Kata Kunci : Vertigo, Brandt Daroff

Abstract

The balance system is an important system in human life. Balance disorders will cause various complaints, including a sense of spinning which is often called vertigo. This plan is to analyze the effect of the effectiveness of *brandt daroff* therapy on reducing vertigo symptoms. This study design used a pre post *Quasi-experiment* test with control group design, the therapy of independent variable *Brandt Daroff*, the dependent variable on decreasing vertigo symptoms. There were 28 sample of vertigo patients in this study. In the research processes, there were 14 samples of vertigo patients in the treatment group and also 14 vertigo patients in the control group. The sampling method in this study is used purposive sampling. The instrument of this study used the *Dizziness Handicap Inventory* (DHI) questionnaire. The statistical test that used is the *paired-t* test and the *Wilcoxon test* with a significance value of (0.05). The results of statistical tests with *paired t-test* obtained results of $0.000 < 0.05$ showing that there is a difference in decreasing vertigo symptoms before and after being given *Brandt Daroff* therapy in the treatment group, "*Wilcoxon test* results $0.043 < 0.05$ there is a difference in decreasing vertigo symptoms before and after implementation deep breath relaxation therapy. independent t-test results obtained = $0.001 < 0.05$ which means that there is an effect of the effectiveness of *brandt daroff* therapy on reducing vertigo symptoms. This research is expected that narasumberts, families, health centers or hospitals can apply the *brandt daroff* therapy as a treatment for problems in patients who experience vertigo symptoms.

Keywords: *Vertigo, Brandt Daroff*



Pendahuluan

Rasa pusing seperti melayang serta lingkungan berputar merupakan ciri adanya gangguan pada sistem keseimbangan yang bisa disebut dengan *Benign Paroxysmal Positional Vertigo* (BPPV). Dengan adanya gangguan keseimbangan bisa mengakibatkan pasien mengalami risiko besar untuk terjatuh. (Hastuti, dkk 2017). Salah satu tanda adanya gangguan pada sistem vestibular yaitu pasien mengalami Mual muntah mengeluarkan keringat serta kolaps, tetapi masih dalam keadaan sadar. (Amin, dkk 2021)

Sistem yang bertanggung jawab dalam mempertahankan gerakan tubuh serta menjaga objek terus ada pada titik fokus tubuh saat bergerak ialah Sistem vestibuler. Penderita yang mengalami gangguan keseimbangan tidak akan mampu berdiri. (Rosi Mayasari & Galih Setia, 2020). Pandangan The Internasional Classification of Disease (ICD), jatuh ialah keadaan yang tidak diinginkan karena dapat menimbulkan cedera. (Hastuti, dkk 2017)

Tahun 2010 dan 2018 kejadian vertigo merupakan kejadian nomor 3 di Indonesia dimulai dari umur 40-50 tahun sebesar 50%.. (Mayasari & Setia Adi, 2020). Kejadian vertigo di Jerman pada umur 18-79 tahun sebesar 30%, serta 24% mengalami kelainan vestibuler. Pengamatan yang dilaksanakan di Prancis menemukan prevalensi terjadi sekitar 48%. Pada tahun 2017 vertigo terjadi sebesar 50% pada umur 75 tahun dengan keluhan yang paling sering ialah nyeri kepala. (Diah Nur Anggraini, 2021)

Analisis dari studi pendahuluan di wilayah "Puskesmas Bangkalan kabupaten Bangkalan" diperoleh data 2 tahun terakhir yakni 268 ditahun 2020 dan 260 pasien vertigo pada tahun 2021. Diperoleh data 3 bulan dimulai dari bulan Oktober 2021-Desember 2021 yakni 102 pasien vertigo. Dengan jumlah responden dibulan oktober sebanyak 41 orang, bulan November sebanyak 27 orang, dan bulan desember sebanyak 34 orang.

Dari 10 narasumber di wilayah Kerja Puskesmas Bangkalan diperoleh bahwa semuanya mengalami gejala vertigo dengan score dari yang paling ringan terdapat 2 orang dan yang paling berat 3 orang dan sisanya dengan gejala sedang 5 orang. Data tersebut memperlihatkan bahwa tingginya kejadian vertigo dengan tingkat gejala vertigo di wilayah Puskesmas Bangkalan.

Stress, mata Lelah makanan serta minuman tertentu yang mengandung kafein merupakan pemicu terjadinya vertigo. Vertigo terjadi bukan karena adanya perubahan dalam otak akan tetapi tegangnya selaput otak (pembuluh darah) akan mengakibatkan rasa nyeri pada kepala. (Fithriana, 2020). Waktu terjadinya kekambuhan pasien vertigo tidak bisa ditentukan, akibat terjadinya kekambuhan pada pasien vertigo harus ada factor penyebabnya. Gejala vertigo hampir setara dengan gejala mabuk Gerakan, namun gejala mabuk Gerakan ialah sebagai vertigo psikologis yang bisa disebabkan oleh rangsangan Gerakan (Sutarni, Rusdi & Abdul, 2019)

Vertigo sering kali disertai dengan mual serta kehilangan keseimbangan yang dapat terjadi dalam beberapa saat atau bahkan beberapa hari maka pasien kesulitan untuk tidur. Pasien vertigo akan merasakan lingkungannya berputar serta memperparah keluhan pada saat pasien mengalami perubahan posisi dan akan membaik jika mata tertutup. (Nataliswati Triyanti & Supono, 2018). Mual muntah pada vertigo harus segera ditangani akibat akan mengakibatkan dehidrasi sebagai komplikasi utama (Nataliswati Triyanti & Supono, 2018).

Dehidrasi sangatlah berbahaya bisa mengakibatkan terjadinya penurunan kemampuan kognitif maka membuat penderita kesulitan dalam berkonsentrasi, serta bisa berisiko terjadinya infeksi pada saluran kemih yang memebentuk batu ginjal. Cara efektif agarsaluran kemih tidak mengalami infeksi yakni dengan cara mengkonsumsi cairan dalam jumlah cukup dan tidak menahan air kemih. nyeri

kepala, Lelah sampai pingsan akan mengakibatkan kehilangan cairan sehingga akan Menurunkan kekuatan serta produktivitas kerja. (Sari & Nindya, 2017).

Penanganan yang bisa dilakukan pada vertigo dengan cara farmakologi dan nonfarmakologi maupun operasi. Terapi farmakologi yang biasa diberikan yakni golongan antihistamin dan benzodiazepin. Terapi non farmakologi yang bisa mengurangi atau menghilangkan gejala pada vertigo yakni terapi rehabilitas vestibular antara lain epley manuver, semount manuver dan brandt daroff. (Farida, 2017).

Keuntungan dalam terapi brandt daroff dari latihan fisik lainnya serta terapi farmakologi yakni lebih mempercepat proses kesembuhan dan kekambuhan pada vertigo tanpa obat-obatan (Indarwati, 2018). Latihan *brandt daroff* adalah latihan yang bisa dilaksanakan sendiri dirumah secara aman tanpa seorang ahli (Kurniati, 2017). Pandangan (Herlina dkk, 2017) yakni adanya perbandingan dengan orang yang diberi latihan brandt daroff dengan diberikan latihan *brandt daroff*. Terapi *brandt daroff* memiliki peran dalam menaikkan keseimbangan serta menurunkan risiko jatuh pada pasien *Benign Paroxysmal Positional Vertigo* (DHI) (Hastuti, dkk 2017).

Metode

Desain yang digunakan pada pengamatan ini ialah *Quasi experiment* dengan *pre – test and post – test with control group design*. Pengamatan ini variabel terapi *brandt daroff* terhadap gejala vertigo. Jumlah Populasi dalam pengamatan ini sebanyak 34 pasien vertigo dari rata - rata 3 bulan (bulan Oktober, November, Desember) di wilayah kerja “Puskesmas Bangkalan” yang di ambil sampel sebanyak 14 narasumber perlakuan dan 14 narasumber kontrol. Instrumen untuk pengamatan menerapkan SOP (Standart operasional prosedur) dan Kuesioner Dizziness Handicap Inventory (DHI)

Hasil

Tabel 1 berdasarkan karakteristik pasien

usia	Golongan Perlakuan		Golongan Kontrol	
	Frekuensi	Persentase	Frekuensi	Persentase
17-25 (Remaja Akhir)	1	7,1	4	28,6
26-35 (Dewasa Awal)	3	21,5	2	14,3
36-45 (Dewasa Akhir)	5	35,7	2	14,3
46-55 (Lansia Awal)	1	7,1	5	35,7
56-65 (Lansia Akhir)	4	28,6	1	7,1
jumlah	14	100	14	100
Pendidikan				
Dasar	6	42,9	7	50
Menengah	6	42,9	4	28,6
Tinggi	2	14,2	3	21,4
jumlah	14	100	14	100
Pekerjaan				
Ibu rumah tangga	4	28,6	4	28,6
Wiraswasta	4	28,6	4	28,6
PNS	1	7,1	1	7,1
Mahasiswa	3	21,4	3	21,4
Nelayan	2	14,3	2	14,3
jumlah	14	100	14	100
Jenis Kelamin				
Laki-laki	3	21,4	2	14,3
Perempuan	11	78,6	12	85,7
jumlah	13	100	14	100

Dari tabel 1 diketahui golongan usia pasien vertigo pada golongan perlakuan hampir setengahnya berusia 36-45 tahun sejumlah 5 (35,7%) dan pada golongan kontrol hampir setengahnya berusia 46-55 tahun sejumlah 5 (35,7%). Hampir setengah pendidikan dari pasien vertigo golongan perlakuan mempunyai riwayat pendidikan dasar sejumlah 6 (42,9%), menengah sejumlah 6 (42,9%) dan Setengah dari pasien vertigo golongan kontrol mempunyai riwayat pendidikan dasar sejumlah 7 (50,0%). Hampir setengah pekerjaan golongan perlakuan dan golongan kontrol diperoleh hasil yang setara yakni mempunyai riwayat pekerjaan wiraswasta dan ibu rumah tangga sejumlah 4 (28,6%). Dominan jenis kelamin dari pasien vertigo golongan perlakuan mempunyai jenis kelamin perempuan sejumlah 11 (78,6%) dan Dominan pasien vertigo pada golongan kontrol mempunyai jenis kelamin perempuan sejumlah 12 (85,7%).

Tabel 2 Perbedaan penurunan gejala vertigo sebelum dan sesudah diberikan terapi *brandt daroff*

kelompok perlakuan				
Responden	Pre-test	keterangan	Post-test	Keterangan
1	47	Sedang	34	Ringan
2	66	Berat	41	Sedang
3	47	Sedang	33	Ringan
4	62	Berat	37	Sedang
5	57	Berat	37	Sedang
6	51	Sedang	34	Ringan
7	48	Sedang	35	Ringan
8	46	Sedang	33	Ringan
9	42	Sedang	35	Ringan
10	47	Sedang	32	Ringan
11	48	Sedang	35	Ringan
12	51	Sedang	34	Ringan
13	63	Berat	41	Sedang
14	60	Berat	38	Sedang
Negative Ranks	14			
Positive Ranks	0			
Ties	0			
<i>p-value</i>	0.000			

Pada tabel 2 dari 14 pasien vertigo golongan perlakuan dengan diberikan terapi brandt daroff pada pasien vertigo menerapkan uji paired t-test diperoleh hasil adanya perbedaan penurunan gejala vertigo sebelum dan setelah diberikan terapi brandt daroff dengan hasil $0.000 < \alpha 0.05$ maka HI diterima artinya terdapat perbedaan penurunan gejala vertigo setelah diberikan terapi Brandt Daroff di “kelurahan pejagan Bangkalan wilayah kerja Puskesmas Bangkalan.”

Tabel 3 Perbedaan penurunan gejala vertigo sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksinafas dalam

Kelompok Kontrol				
Responden	Pre-test	Keterangan	Post-test	Keterangan
1	53	Sedang	35	Ringan
2	55	Berat	55	Berat
3	48	Sedang	48	Sedang
4	46	Sedang	46	Sedang
5	44	Sedang	44	Sedang
6	47	Sedang	35	Ringan
7	67	Berat	67	Berat
8	47	Sedang	47	Sedang
9	66	Berat	66	Berat
10	47	Sedang	34	Ringan
11	62	Berat	62	Berat
12	57	Berat	57	Berat
13	48	Sedang	38	Sedang
14	51	Berat	51	sedang
Negative Ranks	5			
Positive Ranks	0			
Ties	9			
<i>p-value</i>	0.043			

Pada tabel 3 dari 14 pasien vertigo golongan control dengan diberikan relaksasi nafas dalam pada pasien vertigo menerapkan “Uji Wilcoxon” diperoleh hasil bahwa adanya perbedaan penurunan gejala vertigo setelah diberikan relaksasi nafas dalam dengan hasil $0.043 < \alpha 0.05$ maka HI diterima artinya terdapat perbedaan sebelum dan setelah diberikan terapi Relaksasi Nafas dalam di “kelurahan pejagan Bangkalan Wilayah kerja Puskesmas Bangkalan

Table 4 Pengaruh efektivitas terapi *brandt daroff* terhadap penurunan gejala vertigo di Kelurahan Pejagan Bangkalan Wilayah Kerja Puskesmas Bangkalan

Responden	Kelompok perlakuan	Kelompok kontrol Terapi
	Terapi Brandt Daroff	Relaksasi Nafas Dalam
	post-test	post test
1	34	35
2	41	55
3	33	48
4	37	46
5	37	44
6	44	35
7	35	67
8	33	47
9	36	66
10	32	34
11	35	62
12	34	57
13	41	38
14	38	51

Uji Independen t-test
Asym-sig = 0.001

Berdasarkan tabel 4 menerapkan uji independen t-test diperoleh hasil bahwa ada perbedaan penurunan gejala vertigo antara golongan yang menerapkan terapi Brandt daroff dan golongan yang menerapkan terapi Relaksasi Nafas Dalam dengan nilai signifikansi $0.001 < \alpha 0.05$ maka HI diterima artinya adanya perbedaan antara golongan perlakuan dan golongan kontrol terhadap penurunan gejala vertigo di “kelurahan pejagan Bangkalan wilayah kerja Puskesmas Bangkalan.”

Pembahasan

Perbedaan penurunan gejala vertigo sebelum dan sesudah diberikan terapi *brandt daroff*

Pada pengamatan dari 14 narasumber setelah dilaksanakan perhitungan menerapkan paired t-test diperoleh hasil bahwa adanya perbedaan penurunan gejala vertigo sebelum dan sesudah diberikan terapi brandt daroff dengan hasil $p\text{-value } 0.000 < \alpha 0.05$ maka signifikasinya lebih kecil dari derajat kesalahan yang ditetapkan peneliti. Maka HI diterima yang artinya ada perbedaan penurunan gejala vertigo sebelum dan sesudah diberikan terapi Brandt Daroff di kelurahan pejagan Bangkalan wilayah kerja Puskesmas Bangkalan.

Pada gejala vertigo sebelum dilaksanakan terapi brandt daroff sebagian besar pasien vertigo mengalami gejala vertigo sedang dengan jumlah 10 pasien vertigo dan mengalami penurunan sesudah dilaksanakan terapi brandt daroff menjadi sebagian besar ringan dengan jumlah 10 pasien vertigo. Hal ini diperoleh bahwa terapi brandt daroff bisa mengurangi vertigo.

Faktor penyebab dari kekambuhan gejala vertigo salah satunya dipengaruhi oleh jenis kelamin dimana sesuai pengamatan yang dilaksanakan Dominan berjenis kelamin perempuan yakni sebanyak 11 pasien vertigo. Jenis kelamin bisa mempengaruhi terhadap kekambuhan pada gejala vertigo. Panadangan (Wahyudi:2012), hormon yang ada pada perempuan bisa berdampak pada kekambuhan gejala vertigo. Perubahan hormon yang terjadi pada wanita saat siklus menstruasi ataupun kehamilan mengalami peningkatan atau penurunan. Pada saat hormon estrogen dalam batas menurun bisa mempengaruhi kualitas tidur pada wanita, wanita cenderung susah tidur serta sebagian besar juga mengalami stress cukup signifikan. Jika dihubungkan dengan gejala vertigo, stress dan kurangnya waktu istirahat ialah salah satu faktor yang mempengaruhi kekambuhan pada vertigo.

Kekambuhan vertigo juga dipengaruhi oleh faktor pendidikan dimana dalam pengamatan yang dilaksanakan hampir setengah dari pasien vertigo berpendidikan dasar sejumlah 6 pasien vertigo dan pendidikan menengah sejumlah 6 pasien vertigo. Faktor pendidikan ialah salah satu hal yang penting dalam menangani penyakit vertigo. Panadangan (Hanafi,I & Richar,S.D:2018) mudahnya seseorang dalam menerima serta mengolah pesan pada saat penyampaian pesan bisa dilihat dari pengetahuannya semakin tinggi suatu Pendidikan maka akan semakin banyak pengetahuannya sehingga mempermudah dalam berkomunikasi.

Adapun penyebab lain dari kekambuhan gejala vertigo yakni salah satunya dipengaruhi oleh faktor pekerjaan dimana dalam pengamatan yang dilaksanakan hampir setengah dari pasien vertigo bekerja sebagai ibu rumah tangga dan wiraswasta yakni sebanyak 4 pasien vertigo. Pekerjaan bisa mempengaruhi kambuhnya keluhan vertigo bahkan bisa juga memperberat yang dialami penderita. Pada beberapa penderita vertigo, timbulnya serangan atau kambuhnya gejala berhubungan dengan kelelahan yang disebabkan oleh kegiatan atau kegiatan fisik yang lama atau mental serta pekerjaan yang menerapkan pikiran yang bisa memicu keadaan stress (Sri Sutarni,2019). Hal tersebut bisa mengakibatkan pusing dan nyeri kepala yang ialah salah satu dari gejala vertigo yang berdampak dari vasokonstriksi akibat adanya stress.

Vertigo ialah suatu gejala yang dimana seseorang mengalami perasaan seolah-olah benda disekitarnya berubah posisi yang diikuti dengan mual serta kehilangan keseimbangan. Vertigo bisa terjadi sementara bahkan berjam-jam namun bisa juga berlangsung ketika seseorang tersebut dalam posisi tidak bergerak sama sekali. Kelelahan, lesu, gangguan pada organ gastrointestinal, nyeri otot, hipertensi serta hipotensi merupakan pemicu terjadinya vertigo. Terdapat tindakan farmakologi dan non-farmakologi yang bisa

dipakai oleh seseorang yang mengalami vertigo. Salah satu terapi non farmakologi yakni terapi *brandt daroff* yang bisa mengurangi serta menghilangkan gejala vertigo. Latihan *brandt daroff* ini dilaksanakan untuk menyembuhkan gangguan sistem vestibuler seperti vertigo. Terapi *brandt daroff* mempunyai keuntungan yakni bisa mempercepat kesembuhan serta kekambuhan vertigo. (Nike Chusnul,dkk 2018).

Terapi *brandt daroff* ini dilaksanakan selama 2 minggu sebanyak 3 kali sehari yang dimana Gerakan diulang sampai 5 kali atau bisa juga dilaksanakan selama 3 minggu dengan latihan 2 kali sehari.(Sri Sutarni,2019). Panadangan pengamatan yang dilaksanakan (Nike Chusnul,dkk 2018) dengan analisa data menerapkan wilcoxon Sign Ranking Test dengan $\alpha = 0.05$. hasil pengamatan memperlihatkan adanya pengaruh pemberian terapi *brandt daroff* terhadap vertigo setelah dilaksanakan terapi 5-10 kali dalam sehari diperoleh nilai ($p \text{ value} = 0,000 < 0,05$). Rekomendasi hasil pengamatan ini adalah pasien yang sedang mengalami vertigo agar membiasakan melakukan terapi fisik *brandt daroff* yang dapat mengurangi sakit vertigo.

Peneliti berpandangan bahwa terapi *brandt daroff* sangat membantu dalam proses kesembuhan dan kekambuhan gejala vertigo di akibatkan terapi ini dilaksanakan secara berulang ulang dengan prosedur yang benar dan dilaksanakan pada jangka waktu yang cukup lama. Terapi *brandt daroff* juga sangat efektif, mudah dan juga melancarkan aliran darah ke otak maka tubuh menjadi rileks serta mengurangi stress. Hal ini dibuktikan dengan hasil pengamatan diatas bahwa pada pasien vertigo yang mengalami gejala vertigo sedang sebagian besar menurun menjadi gejala vertigo ringan dengan jumlah 10 pasien vertigo.

Perbedaan Penurunan Gejala Vertigo dan sesudah diberikan terapi relaksasi nafas dalam

Dari hasil pengamatan melalui 14 narasumber setelah dilaksanakan perhitungan menerapkan “Uji Wilcoxon” adanya perbedaan penurunan gejala vertigo sebelum dan setelah diberikan terapi relaksasi nafas dalam diperoleh $p\text{-value } 0.043 \leq \alpha 0.05$ maka signifikannya hampir mendekati derajat kesalahan yang telah ditetapkan peneliti. Maka H_1 diterima yang artinya terdapat perbedaan penurunan gejala vertigo sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi nafas dalam di kelurahan pejagan Bangkalan Wilayah kerja Puskesmas Bangkalan.

Pada gejala vertigo sebelum dilaksanakan terapi relaksasi nafas dalam sebagian besar pasien vertigo mengalami gejala vertigo sedang dengan jumlah 9 pasien vertigo dan sesudah dilaksanakan terapi relaksasi nafas gejala vertigo menurun menjadi hampir setengahnya sedang dengan jumlah 6 pasien vertigo. Hal ini membuktikan bahwa relaksasi nafas dalam membantu mengatasi sebagian gejala vertigo.

Faktor penyebab dari kambuhnya gejala vertigo salah satunya dipengaruhi oleh faktor usia dimana dalam pengamatan yang dilaksanakan hampir setengahnya berumur 46-55 tahun sejumlah 5 pasien vertigo. Sehingga hal ini memperlihatkan umur yang sangat beresiko mengalami vertigo yaitu golongan lanjut usia (45-70 tahun). Hasil pengamatan ini diperkuat oleh hasil pengamatan yang dilaksanakan (Samy & robert 2008) dalam kurniati 2017 kejadian vertigo serta gangguan keseimbangan adalah 5-10% akan mencapai 40% pada pasien yang berusia lebih tua dari 40 tahun.

Faktor penyebab dari kekambuhan gejala vertigo bisa juga dipengaruhi oleh jenis kelamin dimana dalam pengamatan yang dilaksanakan Dominanberjenis kelamin perempuan yakni sebanyak 12 pasien vertigo. Hal ini dibuktikan dari hasil pengamatan (gunadi,2021) bahwa mual muntah biasanya

lebih sering dialami perempuan daripada laki-laki yang ialah salah satu dari gejala vertigo.

Penyebab lain dari kekambuhan gejala vertigo yakni salah satunya dipengaruhi oleh faktor pekerjaan dimana dalam pengamatan yang dilaksanakan hampir setengah dari pasien vertigo bekerja sebagai ibu rumah tangga dan wiraswasta yakni sebanyak 4 pasien vertigo. Panadangan (kurniati, 2021) kegiatan pekerjaan antara yang tidak bekerja dengan yang bekerja tentunya ada perbedaan. Seseorang yang tidak memiliki aktivitas akan mempengaruhi keseimbangan yang dapat menimbulkan stress serta dapat memperlemah imunitas dalam tubuh sehingga tubuh mudah terserang penyakit. (Kurniati,2021).

Vertigo merupakan keluhan nomor tiga yang sering kali membawa pasien ke fasilitas Kesehatan, Sebagian besar orang mengalami vertigo karena faktor kelelahan serta kurangnya istirahat. Nyeri pada vertigo dapat diatasi dengan cara non-farmakologi ialah kunci awal dalam kenyamanan, dilihat dari biaya serta penggunaan non-farmakologi lebih ekonomis serta tidak memiliki efek samping jika dibandingkan dengan penggunaan farmakologi. Salah satu cara terapi non-farmakologi pada terapi relaksasi ialah tindakan internal individu terhadap nyeri dengan tindakan relaksasi mengenai relaksasi otot, nafas dalam, pijatan, pengalihan, meditasi dan perilaku. Nyeri kepala yang tidak segera ditangani menimbulkan dampak yaitu pasien kurang mampu dalam melakukan kegiatan rutin. Nyeri akan membatasi mobilisasi pasien dan bisa mengalami kesulitan dalam melakukan kegiatan.(Wike Ramadani, 2020)

Teknik relaksasi nafas dalam ialah Teknik menerapkan diafragma maka abdomen perlahan terangkat serta dada mengembang atau terangkat. Teknik dilaksanakan dengan cara bernafas secara lambat lalu ambil nafas lalu tahan secara maksimal setelah itu buang nafas secara perlahan. Tujuan dari teknik relaksasi nafas dalam ini mengurangi skala nyeri serta bisa meningkatkan ventilasi paru serta

meningkatkan aliran darah.(Wike Ramadani, 2020)

Panadangan pengamatan yang dilaksanakan oleh (Wike Ramadani, 2020) dibisakatkan sesudah dilaksanakan terapi relaksasi nafas dalam selama dua kali duapuluh empat jam Ny.S yakni data yang diperoleh pasien mengatakan pusing serta nyeri pada saat memindahkan posisi di bagian depan kepala skala nyeri menjadi tiga. Sedangkan data pasien setelah diperiksa yaitu tekanan darah pasien 150/90 mmHg, nadi 96 x/menit, pernafasan 20 x/menit serta suhu 36°C, pasien sudah dapat melaksanakan secara mandiri teknik relaksasi nafas dalam serta teknik distraksi.

Peneliti berpandangan jika terapi relaksasi nafas dalam membantu mengatasi sebagian dalam mengurangi kambuhnya gejala vertigo diakibatkan sebagian besar narasumber masih melakukan kegiatan yang berat, mengkonsumsi makanan yang mengandung kafein dan bersamaan dengan usia yang semakin bertambah.

Pengaruh Efektivitas Terapi *Brandt Daroff* Terhadap Penurunan Gejala Vertigo di Kelurahan Pejagan Bangkalan Wilayah Kerja Puskesmas Bangkalan

Pada hasil pengamatan menerapkan uji independent t-test setelah dilaksanakan intervensi ada perbedaan penurunan gejala vertigo antara golongan yang menerapkan terapi brandt daroff dan golongan yang menerapkan terapi relaksasi nafas dalam dengan nilai $P\text{-value } 0.001 \leq \alpha 0.05$ maka signifikannya lebih kecil dari derajat kesalahan yang ditetapkan oleh peneliti maka HI diterima artinya ada perbedaan penurunan gejala vertigo antara golongan yang menerapkan terapi brandt daroff dan golongan yang menerapkan terapi Relaksasi Nafas Dalam. Namun dari hasil untuk uji paired t-test pada golongan terapi brandt daroff memiliki nilai lebih kecil dari pada nilai relaksasi nafas dalam yang artinya ada perbedaan pengaruh yang signifikan antara

golongan terapi brandt daroff dan terapi relaksasi nafas dalam terhadap penurunan gejala vertigo.

Hal ini sesuai dengan pengamatan (Kurniati . 2017) bahwa ada perbedaan pada golongan yang diberikan terapi brand daroff dengan golongan yang tidak diberikan terapi. Vertigo adalah kunci awal yang menandakan adanya kerusakan atau adanya kesalahan pada sistem vestibuler yang biasanya bersamaan dengan gejala kelainan labirin. Gangguan pada otak kecil serta jumlah oksigen yang kurang bisa menjadi pemicu terjadinya vertigo (Hanafia, 2020). Mual muuntah sering dihubungkan dengan vertigo serta kehilangan keseimbangan yang berlangsung hanya sesaat ataupun berjam jam sampai berhari hari. Penanganan vertigo dilihat dari lamanya keluhan sehingga menimbulkan ketiknyamanan. Penanganan yang bisa diberikan yaitu farmakologi dan non-farmakologi bahkan operasi. Bentuk terapi non-farmakologi yang bisa mengurangi gejala vertigo yakni terapi *brandt daroff* dan epley manuver. Latihan *brandt daroff* mempunyai manfaat dan keuntungan dari terapi fisik lainnya yakni mempercepat kesembuhan pada vertigo serta mencegah kekambuhan tanpa harus mengkonsumsi obat-obatan. Terapi *brandt daroff* bisa dilaksanakan dengan aman tanpa didampingi seorang praktisi yang terlatih.(Gunadi, G. 2021)

Peneliti berpandangan bahwa pada golongan yang diberikan terapi *brandt daroff* bisa mengalami penurunan gejala vertigo akibat terapi *brandt daroff* yang dilaksanakan berulang ulang dalam jangka lama akan memberi pengaruh pada proses penyembuhan dan kekambuhan sedangkan untuk terapi relaksasi nafas dalam biasanya dipakai agar tubuh menjadi rileks dan tidak tegang serta mengurangi nyeri yang ada di vertigo.

Kesimpulan

- a. Terdapat perbedaan gejala vertigo sebelum dan sesudah diberikan terapi “brandt daroff di Kelurahan Pejagan Bangkalan wilayah kerja Puskesmas Bangkalan.”
- b. Terdapat perbedaan gejala vertigo sebelum dan sesudah diberikan terapi relaksasi nafas dalam di “Kelurahan Pejagan Bangkalan wilayah kerja Puskesmas Bangkalan.”
- c. Terdapat pengaruh efektivitas terapi “brandt daroff terhadap penurunan gejala vertigo di Kelurahan Pejagan Bangkalan wilayah kerja Puskesmas Bangkalan.”

Referensi

- Amin, M., & Lestari, Y.A. (2021). Pengalaman Pasien Vertigo Di Wilayah Kerja Puskesmas Lingkar Timur. *Jurnal Kesmas Asclepius*,2(1), 22-23
- Diah Nur Anggraini, W. E. (2021). Menganalisis Dampak Penggunaan Betahistine Mesilate Terhadap Pasien Gejala Vertigo Perifer Di Klinik Al Ma'som Cibularang. *Journal Sosial dan Sains*, 1-11.
- Dra.Dorce Tandung,M. (2021). Mencegah & Mengatasi Sakit Kepala. yogyakarta:Rapha Publishing.
- Farida.2017. Pengaruh Brandt Daroff Exercise Terhadap Keluhan Pusing Pada Lanjut Usia Dengan Vertigo.
- Fitriana,Shinta Nur and Gati,Hermawati.2020.Latihan Terapi Fisik Brandt Daroff Untuk Menurunkan Kejadian Vertigo Pada Lansia Melalui MediaPoster.Working Paper.Universitas Aisyiyah Surakarta.
- Gunadi, G. (2021). Pengaruh Posisi Brandy Daroff Terhadap Mual Muntah Pada Pasien Vertigo Di IGD Klinik Griya Medika Utama Karanganyar. Doctoral dissertation, Universitas Kusuma Husada Surakarta.
- Hanafia Nurjannah Aida.(2020).Pengaruh terapi Brandt Daroff Terhadap Gejala Vertigo Pada Pasien Vertigo Di Kelurahan Pejagan Gresik.Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.
- Hanafi, Chairul, and Abadi Sanosra. (2018). Pengaruh Motivasi Kerja, Iklim Organisasi Terhadap Komitmen Organisasi Dan Kinerja Dosen Pendidikan Guru Pendidikan Anak Usia Dini Ikip Pgri Jember. *Jurnal Sains Manajemen dan Bisnis Indonesia*.
- Hastuti Puji Tri, Rosa Elsey. M, Afandi. M. (2017). Pengaruh Latihan Brandt Daroff Terhadap Keseimbangan Dan Risiko Jatuh Pada Pasien Benign Paroximal Positional Vertigo Dirsud Dr. Soedono Madiun.*Jurnal Keperawatan Universitas Muhamammadiyah Yogyakarta*.
- Herlina,d.(2017).Efektivitas Latihan Brandt Daroff Terhadap Kejadian Vertigo Pada Subjek Penderita Vertigo. *Jurnal Kesehatan MedikaSaintika,STIKES syedza Saintika*.
- Hidayat,A.A.(2014). Metode Pengamatan Keperawatan dan Teknis Analisis Data.
- Indarwati,P.(2018).Perbedaan Pengaruh Latihan Brandt Daroff Dan RepositionTreatment (Crt) Pada Benign Paroxysmal Position Vertigo (Bppv) Di RSUD karanganyar. *Artikel Ilmiah*.
- Kurniati. (2017).Perbedaan Pengaruh Brandt Daroff dan Manuver Epley TerhadapPeningkatan Fungsional Pada Vertigo.Yogyakarta. *Jurnal Keperawatan Universitas Aisyiyah Yogyakarta*.
- Nursalam.(2013).Metodologi Pengamatan Ilmu Keperawatan:Pendekatan Praktik Edisi 3. Jakarta : Salemba Medika

Nursalam.(2014).Manajemen Keperawatan : Aplikasi Dalam Praktik Keperawatan Profesional.Jakarta : Salemba Medika

Nursalam.(2017).Metodologi Pengamatan Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis.Jakarta: Salemba Medika

Notoadmodjo.(2012).Metodologi Pengamatan Kesehatan.Jakarta: Rineka Cipta

Notoadmodjo.(2014). Ilmu Perilaku Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta

Putri, C. M., & Sidharta, B. (2016). Hubungan antara cedera kepala dan terjadinya vertigo di rumah sakit Muhammadiyah lamongan. Saintika Medika, 12(1), 1-6.

Ramadani Wike., Maksun, M., & Haryani, S. (2020). Pengelolaan Nyeri Akut Pada Ny. S Dengan Vertigo Di Ruang Alamanda RSUD Ungaran. Doctoral dissertation, Universitas Ngudi Waluyo.

Rosi Mayasari, Galih Setia Adi.(2020). Asuhan Keperawatan Pasien Benign Paroxysmal Positional Vertigo (BPPV) Dalam Pemenuhan Kebutuhan Aman Dan Keselamatan.

Sari, N, & Nindya, T.(2017).Hubungan Asupan Cairan,Status Gizi Dengan Status Hidrasi Pada Pekerja Di Bengkel Devisi General Eengineering PT Pal Indonesia. Media Gizi Indonesia,12(1).

Sri Sutarni,R.G. (2019).Bunga Rampai Vertigo. Yogyakarta: Gadjah Mada University Press.

Sugiyono.(2013). Metode Pengamatan Pendidikan Pendekatan Kuantitatif,Kualitatif dan R&D.Bandung:Alfabeta

Sugiyono. (2016). Metodologi Pengamatan Kuantitatif, Kualitatif dan R&D. Bandung: PT Alfabeta

Triyanti Nike, C.D.I, Nataliswati T, Supono.(2018). Pengaruh Pemberian Terapi Fisik Brandt Daroff Terhadap Vertigo Di Ruang UGD RSUD Dr.R Soedarsono Pasuruan. Jurnal

Keperawatan Terapan, Vol 4, No.1,Hal 59-64.

Wahyudi, H.A. (2012). Vertigo Dalam Medical Departemen vol. 39 No.10. Indonesia: PT. Kalbe Farma Tbk.