

**CASE REPORT : EFFORTFUL SWALLOW EXERCISE TERHADAP KEMAMPUAN
MENELAN PADA PASIEN STROKE NON HEMORAGIK
DI RUANG INTENSIVE CARE UNIT
RUMAH SAKIT SWASTA
DI YOGYAKARTA**

Martha Merlyanti Saputri¹, Tri Wahyuni Ismoyowati²

¹ Mahasiswa Prodi Pendidikan Ners, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

² Dosen Prodi Pendidikan Ners, STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: Stroke merupakan disfungsi pada otak, diakibatkan adanya penyumbatan atau pecah pembuluh darah di otak. Manifestasi klinis yang sering dijumpai adalah gangguan menelan yang beresiko menyebabkan aspirasi *pneumonia*. Oleh karena itu, diperlukan sebuah intervensi, salah satunya dengan latihan menelan menggunakan teknik *Effortful Swallow*. Berdasarkan studi awal, didapatkan dari 10 pasien dengan CVA Non Hemoragik, sebanyak 2 pasien mengalami gangguan menelan. **Tujuan:** Untuk memberikan gambaran tindakan *Effortful Swallow Exercise* terhadap kemampuan menelan serta untuk memberi asuhan keperawatan secara komprehensif pada pasien stroke dengan gangguan menelan di Ruang ICU 2 Rumah Sakit Swasta di Yogyakarta. **Hasil:** Hasil pengkajian Ny. N berusia 64 tahun, didapatkan kesulitan menelan dan hasil skrining disfagia <250 cc tersedak. Kemudian dilakukan intervensi *Effortful Swallow Exercise* tanggal 19-21 Februari 2024, yang dilakukan 2 kali dalam sehari dengan durasi 15 menit menggunakan instrumen MBSS, didapatkan pasien mengalami peningkatan kemampuan menelan pada hari ketiga implementasi, dimana pasien mampu untuk menghabiskan 1 porsi bubur saring tanpa tersedak. **Kesimpulan :** Terapi *Effortful Swallow Exercise* mampu untuk meningkatkan kemampuan menelan pada pasien stroke. **Saran:** Dapat dijadikan sebagai salah satu intervensi mandiri keperawatan dalam menangani pasien stroke dengan gangguan menelan.

Kata Kunci : *Effortful Swallow Exercise*–Kemampuan Menelan–Stroke Non Hemoragik–Gangguan Menelan

ABSTRACT

Background: Stroke is a dysfunction in the brain, which is caused by blockage or rupture of blood vessels in the brain. The clinical manifestation that is often encountered is swallowing disorders that are at risk of causing aspiration pneumonia. Therefore, an intervention is needed, one of which is by swallowing exercises using the *Effortful Swallow* technique. Based on the initial study, obtained from 10 patients with Non-Hemorrhagic CVA, as many as 2 patients experienced swallowing disorders. **Objective:** To provide an overview of *Effortful Swallow Exercise* actions on swallowing ability and to provide comprehensive nursing care for stroke patients with swallowing disorders in ICU 2 of a Private Hospital in Yogyakarta. **Results:** The results of the assessment of Mrs. N aged 64 years, found difficulty swallowing food and the results of screening dysphagia <250 cc choking. Then an *Effortful Swallow Exercise* intervention was carried out on February 19-21, 2024, which was carried out 2 times a day with a duration of 15 minutes using the MBSS instrument, it was found that patients experienced an increase in swallowing ability on the third day of implementation, where patients were able to finish 1 portion of filter porridge without choking. **Conclusion:** *Effortful Swallow Exercise* therapy is able to improve swallowing ability in stroke patients. **Suggestion:** Can be used as one of the nursing independent interventions in dealing with stroke patients with swallowing disorders.

Keywords: *Effortful Swallow Exercise*–Swallowing Ability–Non Hemorrhagic Stroke–Swallowing Disorder

PENDAHULUAN

Stroke merupakan penyebab kematian kedua dan salah satu penyebab utama kecacatan di dunia, yang disebabkan karena aliran darah yang menuju ke otak terganggu, dikarenakan adanya penyumbatan atau pecahnya pembuluh darah di otak, sehingga mengalami iskemik dan infark. Menurut data dari *World Health Organization* (WHO) (2021), setiap tahunnya terdapat 13,7 juta orang dengan stroke, dan sebanyak 5,5 juta orang meninggal karena mengalami stroke. Menurut data *Institute for Health Metrics and Evaluation* (IHME) (2023), bahwa stroke merupakan penyebab kematian pertama di Indonesia pada tahun 2019. Berdasarkan hasil data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) (2018), bahwa kompilasi diagnosis medis menunjukkan prevalensi stroke di Daerah Istimewa Yogyakarta tertinggi kedua setelah Kalimantan Timur (14,7%) yaitu sebesar 14,6%. Berdasarkan studi awal, didapatkan dari 10 pasien dengan CVA Non Hemoragik, dan sebanyak 2 pasien mengalami gangguan menelan. Gangguan menelan beresiko menyebabkan aspirasi *pneumonia*. Oleh karena itu, diperlukan sebuah intervensi, salah satunya dengan latihan menelan dengan menggunakan teknik *Effortful Swallow Exercise*.

LAPORAN KASUS

Pasien kelolaan bernama Ny. N berusia 64 tahun. Pasien didiagnosa CVA *Non Hemoragik*. Ny. N masuk rumah sakit pada hari Minggu tanggal 18 Februari 2024. Pengkajian pada tanggal 19 Februari 2024 pukul 10.30 WIB, melalui wawancara langsung dengan pasien dan keluarga, kemudian melakukan pemeriksaan fisik *head to toe*, didapatkan hasil Ny. N mengeluh ekstremitas sebelah kiri terasa lemas, dengan kekuatan otot 4. Pasien juga mengeluh pusing dan lemas, pasien mengeluh sulit untuk menelan makanan yang masuk. Saat dilakukan pemeriksaan fisik didapatkan kekuatan ekstremitas sebelah kiri menurun dengan nilai 4. Kemudian saat dilakukan *screening disfagia* < 250 cc pasien tersedak, pasien terpasang NGT ukuran no.16 dan kateter ukuran no. 16. Pada pemeriksaan MSCT-*Head Scan* didapatkan hasil *Lacuner infark multiple* di *thalamus dextra* dan di lobus sinistra *cerebellum*, kemudian hasil pemeriksaan foto *rontgent thorax* didapatkan hasil tampak adanya *cardiomegaly*. Hasil pemeriksaan tanda-tanda vital didapatkan tekanan darah 158/92 mmHg. Nilai skala Morse didapatkan hasil 55 yang dikategorikan resiko tinggi jatuh. Adapun hasil pemeriksaan laboratorium didapatkan hasil Lekosit 8,61 ribu/mm³, Eosinofil 0,2%, Segmen Neutrofil 81,0%, Limfosit 14,5%, Limfosit Total $1,3 \times 10^3/\mu\text{L}$, Ratio Neutrofil Limfosit 5,39%, *Cholesterol LDL (Direct)* 205,5 mg/dl, Kalium 3,46 mmol/L. ADL tergantung total, saat dilakukan pemeriksaan fisik didapatkan rambut lepek dan berminyak, kuku kotor dan panjang serta gigi kotor. Dalam hasil pengkajian tersebut

kemudian dilanjutkan untuk dilakukan analisis data maka setelah dilakukan analisis data dapat ditetapkan terdapat 9 diagnosis keperawatan pada Ny. N, salah satunya adalah gangguan menelan. Intervensi yang akan dilakukan terkait dengan diagnosa tersebut adalah melatih kekuatan otot menelan dengan menggunakan teknik *Effortful Swallow Exercise*, yang dilakukan 2 kali dalam sehari dengan durasi 15 menit menggunakan instrumen MBSS.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Setelah dilakukan asuhan keperawatan pada pasien Ny. N dengan CVA *Non Hemoragik* pada tanggal 19-21 Februari 2024 dengan masalah keperawatan utama gangguan menelan di ruang *ICU 2*, intervensi yang akan dilakukan terkait dengan diagnosa tersebut adalah melatih kekuatan otot menelan dengan menggunakan teknik *Effortful Swallow Exercise*. Kemudian implementasi *Effortful Swallow Exercise* dilakukan pada tanggal 19-21 Februari 2024, dengan latihan 2 kali sehari, yaitu pagi dan sore hari sebanyak 5-8 kali per sesi latihan dengan durasi 15 menit, dan didapatkan hasil sebagai berikut :

Tabel 1. Observasi Hari Pertama Pelaksanaan *Effortful Swallow Exercise*

No.	Tanggal/Hari	Latihan 1		Latihan 2	
		<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>	<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>
1.	19 Februari 2024	11.25 WIB <250 cc pasien tersedak 1 kali (1 sdt air)	1.45 WIB Suapan ke-4 & 7 pasien tersedak.	14.10 WIB 8 kali suapan, pasien tidak tersedak	14.53 WIB 8 kali suapan, pasien tidak tersedak

Sumber: Data primer 2024

Pada hari pertama pada tanggal 19 Februari 2024 dilakukan dua kali intervensi yang dimulai pukul 11.25 WIB, pada latihan pertama didapatkan hasil pada suapan ke-4 & 7 pasien tersedak. Kemudian pukul 14.53 WIB dilakukan latihan kedua, didapatkan 8 kali suapan pasien tidak tersedak.

Tabel 7. Observasi Hari Kedua Pelaksanaan *Effortful Swallow Exercise*

No.	Tanggal/Hari	Latihan 1		Latihan 2	
		<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>	<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>
1.	20 Februari 2024	07.30 WIB 5 kali suapan pasien tidak tersedak.	08.10 WIB Suapan ke-4 bubur saring pasien tersedak	13.45 WIB 8 kali suapan, pasien tidak tersedak	14.53 WIB 8 kali suapan, pasien tidak tersedak

Sumber: Data primer 2024

Kemudian pada hari kedua juga dilakukan dua kali intervensi yaitu tanggal 20 Februari 2024 yang dimulai pukul 07.30 WIB, pada latihan pertama didapatkan suapan ke-4 bubur saring pasien tersedak. Kemudian pukul 13.45 WIB dilakukan latihan kedua, didapatkan 8 kali suapan pasien tidak tersedak.

Tabel 3. Observasi Hari Ketiga Pelaksanaan *Effortful Swallow Exercise*

No.	Tanggal/Hari	Latihan 1		Latihan 2	
		<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>	<i>Pre Test</i>	<i>Post Test</i>
1.	21 Februari 2024	07.30 WIB 8 kali suapan pasien tidak tersedak.	08.10 WIB Suapan ke-4 bubur saring pasien tersedak	13.45 WIB 5 kali suapan, pasien tidak tersedak	14.53 WIB 8 kali suapan, pasien tidak tersedak

Sumber: Data primer 2024

Pada hari ketiga juga dilakukan dua kali intervensi yaitu tanggal 21 Februari 2024 yang dimulai pukul 10.22 WIB, pada latihan pertama didapatkan hasil pasien mampu menghabiskan 1 porsi bubur saring tanpa tersedak. Kemudian pukul 10.47 WIB dilakukan latihan kedua, didapatkan pasien mampu menghabiskan 1 porsi bubur saring tanpa tersedak.

Salah satu komplikasi stroke adalah dapat menyebabkan gangguan sensorik, salah satunya adalah menurunnya kemampuan menelan. Akibat adanya penyumbatan yang terjadi pada batang otak dan kerusakan pada saraf N.V, N.VII, N.IX, N.X dan N.XII, sehingga menyebabkan terganggunya impuls pada saraf menelan (Guyton & Hall, 2016)

Disfagia adalah istilah medis dari gangguan menelan. Gangguan menelan merupakan salah satu diagnosis keperawatan. Gangguan menelan merupakan kondisi ketidaknormalan fungsi mekanisme proses menelan yang dapat dikaitkan dengan adanya defisit struktur ataupun fungsi oral, faring, serta esofagus. Disfagia pada pasien stroke akut terjadi karena adanya kehilangan kontrol pada *central nervous system* terhadap fungsi menelan dan adanya inkoordinasi serta disfungsi otot-otot faring.

Menurut analisa peneliti, adanya gangguan menelan pada Ny. N, dikarenakan adanya kematian sel dan jaringan di *thalamus* sebelah kanan, dibuktikan dengan hasil MSCT-*Head scan* didapatkan hasil adanya *lacuner infark multiple* di *thalamus dextra*, dimana *thalamus* berperan sebagai pemancar sinyal untuk otak dan sistem saraf, dan jika terjadi kerusakan pada *thalamus* akan menyebabkan terjadinya

gangguan sinyal saraf pada otak untuk menjalankan tugasnya, khususnya saraf di N.V, N.VII, N.IX, N.X dan N.XII yang menyebabkan adanya gangguan menelan.

Berdasarkan dari beberapa rumusan diagnosa yang telah didapatkan dari pengkajian Ny. N, salah satunya adalah diagnosa gangguan menelan, dan intervensi yang akan dilakukan terkait dengan diagnosa tersebut adalah melatih kekuatan otot menelan dengan menggunakan teknik *Effortful Swallow Exercise*.

Menurut *American Speech Language Hearing Association* (2019), bahwa *Effortful Swallow* mampu meningkatkan gerakan dasar lidah posterior untuk memfasilitasi pembersihan bolus. Pasien diinstruksikan untuk menelan dan mendorong dengan lidah ke langit-langit yang keras. Terapi ini dilakukan pada pasien stroke yang diskriminasi terlebih dahulu kemudian menunjukkan bahwa hasil skrining disfagia positif, kooperatif dengan kesadaran *compos mentis*, serta mampu mengikuti perintah, bersedia menjadi responden, serta memiliki kemampuan batuk secara mandiri. Sedangkan terapi ini tidak boleh dilakukan pada pasien yang mengalami penurunan kesadaran, tidak kooperatif, memiliki retensi sputum. Intervensi ini akan dilakukan selama 10 hari. Setiap hari dilakukan 2 sesi latihan, yang akan dilaksanakan 30 menit di pagi hari dan 30 menit di siang hari (Tumanggor, Meszadana 2023)

Pada penelitian Hee-Su Park *et al.* (2019), disebutkan bahwa pemberian latihan menelan dengan teknik *effortful swallow* menunjukkan peningkatan yang signifikan pada fungsi menelan. Pemberian intervensi teknik *effortful swallow* juga efektif untuk meningkatkan kekuatan lidah

Menurut analisis peneliti, berdasarkan hasil latihan menelan teknik *Effortful Swallow Exercise* yang dilakukan selama 3 hari berturut-turut dapat meningkatkan kekuatan otot menelan pasien, dimana pasien di hari ketiga mampu makan 1 porsi bubur saring tanpa tersedak. Maka latihan menelan teknik *Effortful Swallow Exercise* yang dilakukan pada Ny. N dapat meningkatkan kekuatan otot menelan pada Ny. N.

KESIMPULAN

Setelah dilakukan terapi menelan dengan teknik *Effortful Swallow Exercise* pada tanggal 19-21 Februari 2024, didapatkan Ny. N di hari ketiga mampu makan 1 porsi bubur saring tanpa tersedak.

Maka latihan menelan teknik *Effortful Swallow Exercise* yang dilakukan pada Ny. N dapat meningkatkan kekuatan otot menelan pada Ny. N.

SARAN

1. STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Hasil penelitian ini bisa digunakan sebagai bahan dan referensi di perpustakaan sehingga dapat dibaca oleh semua mahasiswa STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta untuk meningkatkan ilmu pengetahuan dan referensi penelitian selanjutnya.

2. Bagi Pasien

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan bagi Ny. N untuk melatih kekuatan otot menelan dengan melakukan terapi menelan, salah satunya teknik *Effortful Swallow Exercise*.

3. Bagi Ruang ICU 2 Rumah Sakit Bethesda Yogyakarta

Dengan adanya hasil penelitian ini diharapkan akan menambah referensi dan pengetahuan dalam memberikan asuhan keperawatan pada pasien CVA Non Hemoragik dengan masalah utama gangguan menelan dengan intervensi keperawatan terapi menelan dengan teknik *Effortful Swallow Exercise*.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya dapat menggunakan hasil intervensi ini sebagai sumber data dasar dalam melakukan intervensi selanjutnya yang berkaitan dengan intervensi terapi menelan dengan teknik *Effortful Swallow Exercise* dalam meningkatkan kekuatan otot.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Ny. N dan keluarga yang telah bersedia menjadi pasien kelolaan asuhan keperawatan, dosen pembimbing akademik dan pembimbing klinik yang telah memberikan bimbingan dan dukungan selama proses pembuatan karya ilmiah akhir ini, serta seluruh perawat dan karyawan Ruang ICU 2 dan Ruang Galilea 4 Syaraf yang telah memberikan dukungan dan juga membantu peneliti untuk memperoleh informasi terkait Ruang ICU 2.

DAFTAR PUSTAKA

Guyton & Hall. (2016). Buku Ajar Fisiologi Kedokteran. Elsevier Singapore Pte Ltd

- Hagnyonowati H. (2016). *Penatalaksanaan Gizi pada Pasien Stroke dengan Disfagia* (3rd ed.). Medica Hosp J Clin Med.
- Herdman, T. H. (2015). Nanda International Inc. *Diagnosis Keperawatan Definisi & Klasifikasi 2015-2017*. (T. Herdman & S. Kamitsuru (eds.); 10th ed.). EGC.
- Hee-Su Park *et al.* (2019). *Tongue strengthening exercise is effective in improving the oropharyngeal muscles associated with swallowing in community-dwelling older adults in South Korea*. *Medicine*, 98(40), 1–5. <https://doi.org/10.1097/MD.00000000000017304>
- Herdman, T. H. (2015). Nanda International Inc. *Diagnosis Keperawatan Definisi & Kementrian Kesehatan RI*. (2018). RISKERDAS. Available at: https://kesmas.kemkes.go.id/assets/upload/dir_519d41d8cd98f00/files/Hasil-risikesdas2018_1274.pdf (Accessed: 15 January 2024). *Klasifikasi 2015-2017*. (T. Herdman & S. Kamitsuru (eds.); 10th ed.). EGC.
- Kemkes. (2018). *Apa itu Stroke ?* -Direktorat P2PTM. P2ptm.Kemkes.Go.Id. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/stroke/apa-itu-stroke>
- IHME. (2023). Indonesia. <https://www.healthdata.org/indonesia>
- Tumanggor, Meszadana (2023). LATIHAN MENELAN TERHADAP KEMAMPUAN MENELAN PASIEN STROKE YANG MENGALAMI DISFAGIA. *Journal of Telenursing (JOTING)* Volume 5, Nomor 1.
- WHO. (2021). *World Stroke Day*. WHO. Retrieved 06 April from <https://www.who.int/southeastasia/news/detail/28-10-2021-world-stroke-day>
- Vose A., Nonnenmacher J, Singer ML, Fernandez MG. (2014). *Dysphagia management in Acute and Sub-acute Stroke*. *Current Physical Medicine and Rehabilitation Reports*. 2014;2(4):197-206.