



# fitbit

by Google

## Petunjuk Penggunaan Aplikasi EKG Fitbit

Versi AW

129-0517-01  
10 September 2024

# Daftar Isi

---

## **Glosarium**

## **Indikasi Penggunaan**

## **Deskripsi Produk**

## **Perhatian**

## **Ekspektasi**

Cara kerja aplikasi EKG Fitbit

## **Peringatan dan Tindakan Pencegahan Umum**

## **Petunjuk Pengoperasian**

Menginstal aplikasi EKG Fitbit

Melakukan penilaian

Membatalkan penilaian

Melihat hasil Anda

Menghapus hasil Anda

Menghapus dan Memulihkan aplikasi EKG Fitbit

## **Pemecahan masalah**

Tidak meyakinkan: Detak jantung tinggi

Tidak meyakinkan: Detak jantung rendah

Tidak meyakinkan: Tidak mendapatkan pembacaan yang bagus

## **Studi Klinis**

## **Informasi Penyakit dan Perawatan Diri**

Apa yang dimaksud dengan fibrilasi atrium?

Tanda-tanda Anda mungkin menderita fibrilasi atrium

Gaya hidup dan faktor lainnya

Kemungkinan opsi pengobatan

## **Informasi untuk Dokter**

## **Persyaratan Layanan**

## **Informasi Bantuan Pengguna**

# Glosarium

---

## A

---

### **Fibrilasi atrium (AFib)**

Fibrilasi atrium (AFib) adalah jenis irama jantung yang tidak teratur, terjadi saat bilik atas jantung berdetak di luar irama.

## D

---

### **Detak jantung**

Detak jantung adalah jumlah berapa kali jantung Anda berkontraksi (berdetak) dalam satu menit. Detak jantung sering dinyatakan sebagai denyut per menit (bpm).

## E

---

### **Elektrokardiogram (EKG)**

Elektrokardiogram (EKG) adalah pengujian yang mengukur aktivitas listrik jantung Anda.

## F

---

### **Produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan**

Untuk Aplikasi EKG Fitbit, produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan termasuk jam pintar Fitbit, pelacak Fitbit, dan produk afiliasi Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan seperti seri Google Pixel Watch.

## N

---

### **Irama sinus normal**

Irama sinus normal adalah irama jantung yang normal.

## S

---

### **Seri Google Pixel Watch**

Istilah kolektif yang merujuk pada Google Pixel Watch, Google Pixel Watch 2, dan Google Pixel Watch 3.

# Indikasi Penggunaan

---

## **Amerika Serikat\*:**

Aplikasi EKG Fitbit adalah aplikasi medis seluler dan hanya merupakan software yang dimaksudkan untuk digunakan dengan produk Fitbit yang dapat dipakai di pergelangan tangan untuk membuat, merekam, menyimpan, mentransfer, dan menampilkan elektrokardiogram (EKG) saluran tunggal yang secara kualitatif mirip dengan EKG Lead I. Aplikasi EKG Fitbit menentukan adanya fibrilasi atrium (AFib) atau irama sinus pada bentuk gelombang yang dapat diklasifikasikan. Fungsi deteksi AFib tidak direkomendasikan bagi penderita aritmia lain yang diketahui.

Aplikasi EKG Fitbit dimaksudkan untuk penggunaan bebas (OTC). Data EKG yang ditampilkan oleh aplikasi ini dimaksudkan untuk digunakan sebagai informasi saja. Jangan menafsirkan atau mengambil tindakan klinis berdasarkan output perangkat tanpa berkonsultasi dengan tenaga kesehatan yang berkualifikasi. Bentuk gelombang EKG dimaksudkan untuk melengkapi klasifikasi irama untuk tujuan membedakan AFib dari irama sinus normal. Aplikasi ini tidak dimaksudkan untuk menggantikan metode diagnosis atau pengobatan tradisional. Aplikasi EKG Fitbit tidak dimaksudkan untuk digunakan oleh orang yang berusia di bawah 22 tahun.

## **Di luar Amerika Serikat\*\* (EU/EEA/Inggris Raya):**

Aplikasi EKG Fitbit dimaksudkan untuk memungkinkan pengguna merekam bentuk gelombang yang mirip dengan EKG lead tunggal yang kemudian diklasifikasikan sebagai irama sinus atau fibrilasi atrium (AFib) pada bentuk gelombang yang dapat diklasifikasikan. EKG dan klasifikasi irama tidak direkomendasikan untuk pengguna dengan aritmia lain yang diketahui. Aplikasi EKG Fitbit ditujukan untuk digunakan di rumah oleh orang awam berusia 22 tahun ke atas.

*\*Indikasi Penggunaan Amerika Serikat berlaku di Amerika Serikat, India, dan wilayah AS berikut: Samoa Amerika, Puerto Riko, Guam, Kepulauan Virgin AS*

*\*\*Indikasi Penggunaan di luar Amerika Serikat berlaku untuk negara berikut: Negara Uni Eropa tempat aplikasi EKG Fitbit tersedia: Jerman, Irlandia, Spanyol, Prancis, Belanda, Swedia, Italia, Belgia, Polandia, Austria, Republik Ceko, Portugal, Rumania, dan Luksemburg.*

*Negara di luar Uni Eropa termasuk: Inggris Raya, Swiss, Kanada, Selandia Baru, Afrika Selatan, Norwegia, Chile, Hong Kong, Singapura, dan Australia.*

*Panduan pengguna ini tersedia di [support.google.com](https://support.google.com) dalam bahasa lokal untuk negara yang tercantum di atas.*

*Negara lainnya akan ditambahkan setelah mendapatkan izin regulasi.*

*Beberapa produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan mungkin hanya tersedia di wilayah tertentu yang tercantum di atas.*

# Deskripsi Produk

---

Aplikasi medis yang hanya merupakan software EKG Fitbit digunakan untuk membuat dan merekam EKG, yang mirip dengan EKG lead tunggal, saat Anda membuka aplikasi EKG Fitbit dan mengikuti petunjuk pada produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan. Aplikasi EKG Fitbit secara kualitatif mirip dengan EKG Lead I karena dapat digunakan untuk membedakan AFib dan

irama sinus normal; yang tidak dimaksudkan untuk tujuan diagnostik. Aplikasi adalah alat pemeriksaan cepat yang menganalisis rekaman dan menyajikan hasilnya. Data EKG dapat digunakan untuk aplikasi non-klinis, seperti menyediakan perkiraan detak jantung. Rekaman EKG disimpan untuk sementara di aplikasi EKG pada produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan sampai data disinkronkan ke akun Anda; setelah itu Anda dapat melihat hasil Anda di aplikasi Fitbit pada ponsel atau tablet.

Anda dapat menemukan data aplikasi EKG Fitbit di kartu EKG di bagian Penilaian kesehatan pada tab Anda di aplikasi Fitbit. Kartu ini juga digunakan untuk orientasi, menampilkan hasil sebelumnya, mengeksplor laporan, dan data non-perangkat medis lainnya.

## Perhatian

---

Fitur ini belum diuji dan tidak dimaksudkan untuk digunakan pada orang yang berusia di bawah usia 22 tahun, atau mereka yang menggunakan alat pacu jantung, defibrilator internal, atau perangkat jantung lainnya.

## Ekspektasi

---

### Cara kerja aplikasi EKG Fitbit

Irama yang dihasilkan jantung Anda dapat dideteksi menggunakan sensor listrik pada produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan. Data ini dianalisis untuk melihat tanda-tanda AFib, irama jantung yang tidak teratur.

Sensor listrik berada di bagian belakang produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan dan pada bingkai logam di sekitar layar (Fitbit Charge 5, Fitbit Charge 6, Fitbit Sense, dan Fitbit Sense 2) atau kenop jam (seri Google Pixel Watch). Saat sensor ini bersentuhan dengan kulit Anda dan aplikasi EKG Fitbit terbuka, sensor dan aplikasi ini akan merekam sinyal listrik dari jantung Anda.

Biasanya, bilik atas dan bawah jantung bekerja sama. Saat jantung berada dalam kondisi AFib, bilik atas berkontraksi secara tidak teratur. Hal ini meningkatkan risiko serangan jantung, pembekuan darah, stroke, dan kondisi jantung lainnya.

Jika menderita AFib, jantung mungkin kadang berdetak teratur dan kadang tidak teratur, sehingga sulit untuk dideteksi. Meskipun penilaian ini tidak dapat mendiagnosis AFib, Anda dapat menggunakannya langsung dari pergelangan tangan Anda. Hasil Anda dapat membantu melakukan percakapan yang lebih baik dengan dokter.

### Hasil yang mungkin Anda lihat

#### Irama Sinus Normal

Irama jantung Anda tampak normal. Irama jantung tidak menunjukkan tanda-tanda AFib, irama jantung yang tidak teratur.

#### Fibrilasi Atrium

Irama jantung Anda menunjukkan tanda-tanda AFib, irama jantung yang tidak teratur. AFib dapat menimbulkan efek kesehatan serius. Anda harus menghubungi dokter.

## Tidak meyakinkan

Jika detak jantung Anda di atas 120 bpm atau di bawah 50 bpm, aplikasi EKG Fitbit tidak dapat menilai irama jantung Anda.

Ada berbagai kemungkinan alasan Anda mendapatkan hasil yang tidak meyakinkan, tetapi yang menjadi penyebab umum biasanya adalah terlalu banyak bergerak selama penilaian, tidak meletakkan tangan Anda di atas meja, atau aritmia lainnya.

Untuk mengetahui informasi selengkapnya, lihat [Pemecahan masalah](#).

## Peringatan dan Tindakan Pencegahan Umum

---

**JANGAN** mengubah pengobatan Anda tanpa berkonsultasi dengan dokter terlebih dahulu. Hasil aplikasi EKG Fitbit mungkin tidak akurat bagi orang-orang yang mengonsumsi obat atau zat yang memengaruhi detak jantung atau aliran darah.

**JANGAN** menggunakan produk ini sebagai ganti pengobatan yang diresepkan oleh dokter Anda. Jantung berdebar dan sesak napas dapat menjadi gejala AFib, tetapi beberapa orang tidak mengalami gejala apa pun. AFib dapat diobati, jadi makin cepat Anda mendeteksinya, makin cepat pula Anda dan dokter Anda dapat menanganinya.

Jika Anda mengalami gejala apa pun yang berkaitan dengan AFib atau merasa khawatir, konsultasikan dengan dokter Anda. Hasil negatif palsu atau positif palsu yang keliru karena kesalahan pengguna atau perangkat mungkin terjadi. Orang yang mendapatkan hasil negatif palsu mungkin akan menunda mencari perawatan medis dan mengalami gejala AFib yang berkepanjangan. Orang yang mendapatkan hasil positif palsu dapat melakukan pengujian tambahan yang tidak perlu atau membuat perubahan fisik atau perilaku yang tidak tepat. Untuk mengetahui informasi selengkapnya tentang akurasi aplikasi EKG Fitbit, baca [Studi Klinis](#).

**JANGAN** gunakan hasil sebagai diagnosis klinis AFib.

**JANGAN** gunakan untuk pemantauan irama jantung mandiri secara real-time atau berkelanjutan.

Produk ini **TIDAK DAPAT** mendeteksi serangan jantung, pembekuan darah, stroke, atau kondisi jantung lainnya.

Penilaian yang dilakukan oleh produk ini **BUKAN** diagnosis.

Produk ini **BELUM** diuji pada ibu hamil.

Produk ini **TIDAK** dimaksudkan untuk digunakan dalam situasi klinis.

**JANGAN** menafsirkan atau mengambil tindakan klinis hanya berdasarkan hasil penilaian tanpa berkonsultasi dengan tenaga kesehatan yang berkualifikasi.

**JANGAN** melakukan pembacaan EKG saat produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan berada di luar suhu operasional atau rentang kelembapan yang dinyatakan dalam panduan pengguna untuk perangkat tersebut.

**JANGAN** melakukan pembacaan saat sedang terendam dalam air.

Jika menderita AFib, jantung Anda mungkin kadang berdetak teratur dan kadang tidak teratur, sehingga sulit untuk dideteksi, sekalipun di ruang praktik dokter.

Pakai produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan sesuai dengan petunjuk. **CATATAN:** Aplikasi EKG Fitbit hanya dapat digunakan pada produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan, kompatibel, dan telah disambungkan ke akun Anda. Untuk mengetahui informasi selengkapnya tentang produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan dan kompatibel dengan aplikasi EKG Fitbit, lihat [Apa yang dimaksud dengan aplikasi EKG Fitbit?](#) Aksesori pihak ketiga belum divalidasi dengan aplikasi EKG Fitbit dan tidak boleh digunakan. Untuk mengetahui informasi selengkapnya tentang cara memakai produk dan aksesori Google yang dipakai di pergelangan tangan, lihat [Cara memakai Pixel Watch dan menyesuaikan ukuran tali jam](#). Untuk produk dan aksesori Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan, lihat [Bagaimana cara memakai perangkat Fitbit?](#)

Untuk tujuan keamanan, sebaiknya kelola kontrol dan kepemilikan perangkat seluler serta produk konsumen yang kompatibel dan dipakai di pergelangan tangan untuk mencegah akses yang tidak sah ke data kesehatan Anda. Baca petunjuk produsen perangkat seluler Anda untuk mengaktifkan fungsi kode sandi guna mencegah akses yang tidak sah. Selain itu, amankan akun Fitbit Anda dengan sandi kuat. Untuk mengetahui informasi selengkapnya, lihat [Bagaimana cara mengubah atau mereset sandi Fitbit?](#) Jika tersedia di produk konsumen yang dipakai di pergelangan tangan, sebaiknya aktifkan penguncian perangkat. Untuk mengetahui informasi selengkapnya, lihat [Bagaimana cara menggunakan penguncian perangkat di perangkat Fitbit?](#)

Jika Anda merasa produk ini melanggar hukum apa pun, atau mengancam seseorang, laporkan ke produsen dan otoritas kesehatan setempat. Ini adalah pemberitahuan kepada pengguna dan/atau pasien bahwa setiap insiden serius yang terjadi terkait dengan perangkat ini harus dilaporkan kepada produsen dan otoritas yang berwenang di Negara Anggota tempat pengguna dan/atau pasien berada.

## Petunjuk Pengoperasian

---

### Menginstal aplikasi EKG Fitbit

Jika aplikasi EKG Fitbit belum diinstal pada produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan, download aplikasi.

#### Fitbit Charge 5, Fitbit Charge 6, Fitbit Sense, dan Fitbit Sense 2

1. Dekatkan perangkat Fitbit Anda, lalu ketuk ikon perangkat dari tab Hari ini di aplikasi Fitbit  > gambar perangkat Anda.
2. Ketuk **Galeri** > tab **Aplikasi**.
3. Di daftar aplikasi, ketuk **EKG** > **Instal**.

#### Seri Google Pixel Watch

1. Di aplikasi Play Store  pada jam pintar atau ponsel, telusuri aplikasi EKG Fitbit. Jika Anda menggunakan Play Store di ponsel, pastikan perangkat disetel ke jam pintar Anda.
2. Ketuk aplikasi **EKG Fitbit**  > **Instal**.
3. Buka aplikasi EKG Fitbit  di jam pintar Anda. Jika Anda belum menyiapkan aplikasi Fitbit di ponsel, Anda akan diminta untuk melakukannya. Ikuti petunjuk untuk menginstal dan login ke aplikasi Fitbit di ponsel Anda.

Untuk mengetahui informasi selengkapnya tentang ketersediaan aplikasi EKG Fitbit di wilayah Anda, lihat [fitbit.com/ecg](https://fitbit.com/ecg).

Aplikasi EKG Fitbit hanya dapat digunakan pada produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan, kompatibel, dan telah disambungkan ke akun Anda. Aplikasi EKG Fitbit saat ini tersedia di Fitbit Sense (yang menjalankan Fitbit OS 5.0+), Fitbit Sense 2, Fitbit Charge 5 (yang menjalankan CU 1.2+), Fitbit Charge 6, dan seri Google Pixel Watch. Untuk mengetahui informasi selengkapnya, lihat [Apa yang dimaksud dengan aplikasi EKG Fitbit?](#)

## Melakukan penilaian

Sebelum Anda melakukan pembacaan pertama:

1. Buka aplikasi Fitbit di ponsel atau tablet Anda, dan login ke akun Fitbit Anda jika Anda belum melakukannya.
2. Dari tab Anda di aplikasi Fitbit, temukan kartu EKG di bagian Penilaian kesehatan. Ketuk **Siapkan** dan ikuti petunjuknya. Setelah menyelesaikan pengantar Penilaian Irama Jantung, Anda dapat melakukan pembacaan EKG.

Untuk melakukan pembacaan EKG:

1. Pakai perangkat Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan dengan pas, tetapi dengan posisi yang nyaman. Pakai dengan jarak selebar jari di atas tulang pergelangan tangan Anda. Bagian belakang produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan harus menempel erat pada kulit Anda. Untuk mengetahui informasi selengkapnya, lihat [Bagaimana cara memakai perangkat Fitbit?](#)
2. Duduk dan buka aplikasi EKG pada produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan.
3. Ikuti petunjuk pada produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan untuk memulai penilaian.
4. Letakkan jari Anda pada produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan seperti yang ditunjukkan di layar. Saat penilaian berlangsung, duduklah diam dengan kaki di lantai dan lengan bawah serta pergelangan tangan bertumpu pada permukaan yang kokoh di depan Anda. Tetap tenang dan rileks, bernapaslah dengan teratur. Terus tahan titik kontak tersebut sampai hitung mundur selesai. Hindari menyentuh bagian lain dari produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan atau pergelangan tangan Anda.
5. Saat hasil Anda muncul, geser ke atas untuk melihat laporan lengkapnya. Perhatikan bahwa seri Google Pixel Watch harus terhubung ke LTE atau WiFi untuk menyinkronkan data EKG Anda ke aplikasi Fitbit.

## Membatalkan penilaian

Untuk membatalkan penilaian kapan saja, tekan tombol di Fitbit Sense dan Fitbit Sense 2, tekan kenop jam di seri Google Pixel Watch, atau geser ke kanan di Fitbit Charge 5 dan Fitbit Charge 6. Hasil hanya diberikan setelah menyelesaikan pembacaan dan analisis data EKG selama 30 detik. Jika Anda membatalkan penilaian sebelum prosesnya selesai, hasilnya tidak akan tersedia.

## Melihat hasil Anda

Setelah menyelesaikan Penilaian Irama Jantung dan data dianalisis, Anda akan melihat salah satu hasil berikut:

- Irama sinus normal: Irama jantung Anda tampak normal. Ketuk **Pelajari lebih lanjut** untuk mengetahui informasi selengkapnya, atau ketuk **Selesai** untuk keluar dari penilaian.
- Fibrilasi atrium: Irama jantung Anda menunjukkan tanda-tanda AFib. Sebaiknya hubungi dokter Anda. Ketuk **Pelajari lebih lanjut** untuk mengetahui informasi selengkapnya, atau ketuk **Selesai** untuk keluar dari penilaian.

- Tidak meyakinkan: Detak jantung terlalu rendah, terlalu tinggi, atau aplikasi EKG Fitbit tidak bisa mendapatkan pembacaan yang bagus. Ketuk **Ulangi** untuk mencoba lagi, atau ketuk **Selesai** untuk keluar dari penilaian. Untuk mengetahui informasi selengkapnya terkait alasan Anda menerima hasil ini, lihat [Pemecahan masalah](#).

Saat Anda membuka aplikasi Fitbit, hasil Anda akan ditransfer dari produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan ke aplikasi Fitbit, dan dapat dilihat dari ponsel atau tablet. Perhatikan bahwa seri Google Pixel Watch harus terhubung ke LTE atau Wi-Fi untuk menyinkronkan data EKG ke aplikasi Fitbit. Untuk melihat hasil Anda nanti, seperti saat membuat janji temu dengan penyedia layanan kesehatan Anda:

1. Dari tab Anda di aplikasi Fitbit, temukan kartu EKG di bagian Penilaian kesehatan. Ketuk **Lihat histori** untuk melihat daftar semua hasil Anda sebelumnya.
2. Ketuk hasil sebelumnya untuk melihat detail selengkapnya. Hasil ditampilkan dengan tanggal dan waktu saat diambil pada produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan yang kompatibel. Dalam setiap hasil, ketuk **Ekspor sebagai PDF untuk dokter Anda** untuk mendownload laporan. Anda akan menerima notifikasi saat laporan Anda siap. Sebaiknya gunakan aplikasi Adobe Acrobat Reader versi terbaru untuk membuka laporan.

Catatan: Jika produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan tidak dapat mengukur detak jantung Anda, hasil EKG mungkin akan menampilkan garis putus-putus yang menunjukkan rata-rata detak jantung Anda biasanya. Ikuti petunjuk di Tidak meyakinkan: Tidak mendapatkan pembacaan yang bagus untuk mengulang penilaian.

Lihat [Apa yang dimaksud dengan aplikasi EKG Fitbit?](#) untuk mengetahui informasi selengkapnya tentang Penilaian Irama Jantung.

## Menghapus hasil Anda

1. Dari tab Anda di aplikasi Fitbit, temukan kartu EKG di bagian Penilaian kesehatan. Ketuk **Lihat histori** untuk melihat daftar semua hasil Anda sebelumnya.
2. Ketuk hasil yang ingin dihapus. Geser ke bagian bawah halaman, lalu ketuk **Hapus hasil**.

## Menghapus dan Memulihkan aplikasi EKG Fitbit

Untuk menghapus aplikasi EKG Fitbit:

### Fitbit Charge 5, Fitbit Charge 6, Fitbit Sense, dan Fitbit Sense 2

1. Dari tab Hari Ini di aplikasi Fitbit, ketuk ikon perangkat  > produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan.
2. Ketuk **Galeri**.
3. Di daftar aplikasi yang diinstal pada jam Anda, temukan aplikasi **EKG** dan ketuk aplikasi.
4. Ketuk **Uninstal**.

Anda dapat menginstal ulang aplikasi kapan saja dari Galeri Fitbit. Untuk mengetahui informasi selengkapnya tentang cara menghapus, menginstal, dan mengelola aplikasi, lihat [Bagaimana cara menginstal dan mengelola aplikasi di perangkat Fitbit?](#)

### Seri Google Pixel Watch

1. Di jam pintar Anda, buka aplikasi Play Store .

2. Ketuk **Aplikasi Saya**.
3. Di daftar aplikasi yang diinstal di jam, temukan aplikasi **EKG Fitbit** dan ketuk aplikasi.
4. Ketuk **Uninstal**.

## Pemecahan masalah

---

Ada 3 jenis hasil yang tidak meyakinkan yang mungkin Anda terima setelah mengikuti penilaian:

### Tidak meyakinkan: Detak jantung tinggi

Jika detak jantung Anda di atas 120 bpm, aplikasi EKG Fitbit tidak dapat mengakses irama jantung Anda. Detak jantung bisa tinggi karena berbagai alasan, seperti:

- Baru menyelesaikan latihan
- Stres
- Gugup
- Alkohol
- Dehidrasi
- Infeksi
- AFib, atau aritmia lainnya

Pelajari lebih lanjut dari [American Heart Association](https://www.escardio.org/) atau dengan membuka situs European Society of Cardiology [<https://www.escardio.org/>].

### Tidak meyakinkan: Detak jantung rendah

Jika detak jantung Anda di bawah 50 bpm, aplikasi EKG Fitbit tidak dapat menilai irama jantung Anda. Detak jantung bisa rendah karena berbagai alasan, seperti:

- Minum obat-obatan tertentu seperti beta-blocker atau pemblokir saluran kalsium
- Melakukan olahraga kebugaran aerobik yang luar biasa
- Aritmia lainnya

Pelajari lebih lanjut dari [American Heart Association](https://www.escardio.org/) atau dengan membuka situs European Society of Cardiology [<https://www.escardio.org/>].

### Tidak meyakinkan: Tidak mendapatkan pembacaan yang bagus

Ada berbagai kemungkinan alasan Anda mendapatkan hasil yang tidak meyakinkan, tetapi penyebab umumnya adalah:

- Terlalu banyak bergerak selama pembacaan
- Tidak meletakkan tangan di atas meja
- Memakai perangkat terlalu longgar
- Pernapasan tidak teratur atau berat
- Memakai perangkat di pergelangan tangan selain yang ditentukan
- Berada di dekat peralatan elektronik, karena hal ini dapat mengganggu pembacaan

Jika aplikasi EKG Fitbit tidak bisa mendapatkan pembacaan yang bagus, coba tips pemecahan masalah berikut:

- Pastikan Anda duduk dan santai.
- Letakkan lengan Anda di atas meja saat melakukan penilaian dan jangan bergerak.
- Pastikan produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan dipakai pada pergelangan tangan yang Anda pilih saat memulai penilaian.
- Tahan jari Anda pada produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan selama penilaian. Hindari menyentuh bagian lain dari produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan atau pergelangan tangan Anda yang lain.
- Pastikan produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan pas. Pakai perangkat dengan nyaman, tidak terlalu longgar atau terlalu ketat. Pakai perangkat dengan jarak selebar jari di atas tulang pergelangan tangan Anda. Bagian belakang produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan harus menempel erat pada kulit Anda. Untuk mengetahui informasi selengkapnya, lihat [Bagaimana cara memakai perangkat Fitbit?](#)
- Pastikan tidak ada gangguan kontak elektroda dengan kulit (rambut, perhiasan, pakaian, dll.)
- Jika Anda baru saja mengenakan produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan, elektrodanya mungkin perlu dihangatkan agar sesuai dengan suhu kulit Anda. Elektroda berada di samping tampilan jam untuk produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan, dan di bagian bawah perangkat untuk seri Google Pixel Watch. Cobalah untuk mengulang penilaian di lain waktu.
- Hindari melakukan penilaian jika Anda baru saja menyelesaikan latihan karena napas yang berat dan peningkatan detak jantung setelah latihan dapat menyulitkan untuk mendapatkan hasil yang baik.
- Jauhkan dari peralatan elektronik lain untuk mencegah gangguan.
- Jika kulit Anda kering, sedikit losion yang dioleskan ke jari dan pergelangan tangan dapat membantu elektroda mendapatkan hasil pembacaan yang baik.
- Pastikan produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan dan pergelangan tangan Anda bersih serta kering. Air atau keringat dapat mengganggu pembacaan. Jika Anda baru saja mencuci tangan, berenang, mandi, atau berkeringat, bersihkan dan keringkan produk Fitbit yang dipakai di pergelangan tangan. Lihat [fitbit.com/productcare](https://www.fitbit.com/productcare) untuk mengetahui petunjuk pemakaian dan perawatan.

Lakukan penilaian kembali untuk mencoba lagi. Jika Anda mendapatkan hasil yang tidak meyakinkan berulang kali, atau merasa tidak enak badan, konsultasikan dengan penyedia layanan kesehatan Anda.

Untuk mengetahui pemecahan masalah sinkronisasi, lihat [Mengapa perangkat Fitbit saya tidak dapat disinkronkan?](#) Untuk mengetahui pemecahan masalah pelacakan detak jantung, lihat [Faktor apa yang dapat memengaruhi pembacaan detak jantung saya di perangkat Fitbit?](#)

## Studi Klinis

---

Sebuah studi klinis dilakukan untuk memvalidasi kemampuan algoritma software EKG Fitbit untuk mengklasifikasikan irama jantung sebagai fibrilasi atrium (AFib) dan irama sinus (SR) dari bentuk gelombang yang mirip dengan EKG Lead I, dan mengonfirmasi kemampuan software untuk menghasilkan bentuk gelombang yang mirip dengan Lead I dari EKG 12 lead.

472 subjek, dengan dan tanpa riwayat diagnosis AFib, direkrut dan didaftarkan untuk berpartisipasi dari 9 lokasi di Amerika Serikat. Subjek yang memenuhi syarat menjalani proses skrining 10 detik menggunakan EKG lead 12. Subjek dengan riwayat AFib menjalani proses skrining untuk AFib dengan satu dokter yang berkualifikasi dan ditetapkan dalam grup AFib. Subjek tanpa riwayat AFib menjalani proses skrining untuk SR dan ditetapkan ke grup SR.

Selanjutnya, 440 subjek menjalani pengujian Aplikasi EKG Fitbit dan EKG 12 lead secara bersamaan selama 30 detik. Algoritma software Aplikasi EKG Fitbit mampu 98,7% mengidentifikasi penderita AFib dengan benar dan 100% mengidentifikasi penderita SR dengan benar.

Jika dibandingkan secara kualitatif, misalnya ketika bentuk gelombang dari EKG lead 12 dan Aplikasi EKG Fitbit dibandingkan secara visual untuk mengklasifikasikan AFib dan SR, bentuk gelombang lead tunggal Aplikasi EKG Fitbit dianggap 95,0% mirip dengan Lead I dari bentuk gelombang EKG 12 Lead.

Jika dibandingkan secara kuantitatif, misalnya ketika amplitudo gelombang R dibandingkan antara EKG 12 lead dan Aplikasi EKG Fitbit, amplitudo gelombang R EKG Fitbit rata-rata 2,4 mm lebih besar daripada puncak gelombang R 12 lead referensi. Hal ini disebabkan karena EKG 12 lead ditempatkan pada bagian torso tubuh subjek selama studi klinis, bukan di pergelangan tangan.

Tidak ada efek samping yang diamati selama studi klinis.

## Informasi Penyakit dan Perawatan Diri

---

### Apa yang dimaksud dengan fibrilasi atrium?

Fibrilasi atrium (AFib) adalah jenis irama bilik atas jantung (atrium) yang tidak teratur. Biasanya, bilik atas berkontraksi secara teratur untuk memindahkan darah ke bilik bawah. Jika menderita AFib, bilik atas akan berkontraksi secara tidak teratur, yang menyebabkan beberapa darah bergerak perlahan di bilik atas. Darah yang bergerak lambat ini dapat menggumpal, yang meningkatkan risiko stroke dan masalah kesehatan yang berhubungan dengan jantung.

### Tanda-tanda bahwa Anda mungkin menderita fibrilasi atrium

Beberapa penderita AFib tidak mengalami gejala apa pun, tetapi penderita lain mungkin mengalami:

- Detak jantung tidak teratur
- Jantung berdebar
- Pening
- Kelelahan yang ekstrem
- Sesak napas
- Nyeri dada

Pelajari lebih lanjut dari [CDC](https://www.cdc.gov) atau dengan membuka situs European Society of Cardiology [<https://www.escardio.org/>].

### Gaya hidup dan faktor lainnya

Faktor risiko untuk AFib mencakup:

- Usia lanjut
- Tekanan darah tinggi
- Obesitas

- Keturunan Eropa
- Diabetes
- Gagal jantung
- Penyakit jantung iskemik
- Hipertiroidisme
- Penyakit ginjal kronis
- Konsumsi alkohol berat
- Pembesaran bilik di sisi kiri jantung

Pelajari lebih lanjut dari [CDC](https://www.cdc.gov/) atau dengan membuka situs European Society of Cardiology [<https://www.escardio.org/>].

## Kemungkinan opsi pengobatan

Konsultasikan dengan penyedia layanan kesehatan Anda sebelum melakukan perubahan gaya hidup yang drastis atau perubahan pada pengobatan Anda. Kemungkinan opsi pengobatan termasuk:

- Obat-obatan
- Operasi
- Perubahan gaya hidup

Pelajari lebih lanjut dari [CDC](https://www.cdc.gov/) atau dengan membuka situs European Society of Cardiology [<https://www.escardio.org/>].

## Informasi untuk Dokter

---

Panduan dokter tersedia. Buka [support.google.com/fitbit](https://support.google.com/fitbit) atau hubungi (877) 623-4997.

## Persyaratan Layanan

---

Fitbit merancang produk dan alat yang membantu Anda mencapai sasaran kesehatan dan kebugaran, serta memberdayakan dan menginspirasi Anda agar hidup lebih sehat dan aktif. Persyaratan Layanan (“Persyaratan”) berlaku pada akses dan penggunaan Layanan Fitbit oleh Anda. “Layanan Fitbit” mencakup perangkat kami, termasuk firmware, aplikasi, software, situs yang ada di <https://www.fitbit.com>, API, produk, dan layanan terkait.

Jika Anda menggunakan perangkat dan layanan Fitbit dengan Akun Google, maka Anda harus tunduk pada Persyaratan Layanan Google dan Persyaratan Layanan Tambahan Fitbit. Jika Anda tinggal di Wilayah Ekonomi Eropa, Inggris Raya, atau Swiss, Persyaratan ini merupakan perjanjian antara Anda dan Google Ireland Limited Gordon House, Barrow Street Dublin 4, Ireland. Jika Anda tinggal di wilayah lain, Persyaratan ini merupakan perjanjian antara Anda dan Google LLC, 1600 Amphitheatre Parkway, Mountain View, California 94043 U.S.A.

Jika Anda menggunakan perangkat dan layanan Fitbit dengan Akun Fitbit, maka Anda harus tunduk pada Persyaratan Layanan Fitbit. Jika Anda tinggal di Wilayah Ekonomi Eropa, Inggris Raya atau Swiss, Persyaratan ini adalah perjanjian antara Anda dan Fitbit International Limited, sebuah perusahaan Irlandia dengan kantor terdaftar di 76 Lower Baggot Street, Dublin 2, Ireland. Jika Anda tinggal di tempat lain, Persyaratan ini adalah perjanjian antara Anda dan Fitbit LLC, 215 Fremont Street, San Francisco, CA 94105 U.S.A.

Jika Persyaratan ini menyebutkan “Google”, “Fitbit”, “kami”, atau “milik kami”, hal tersebut merujuk pada pihak yang ada dalam perjanjian Anda, yang menyediakan Layanan Fitbit kepada Anda.

Anda harus menyetujui Persyaratan ini agar dapat membuat akun Fitbit dan mengakses atau menggunakan Layanan Fitbit. Jika Anda tidak memiliki akun, Anda menyetujui Persyaratan ini dengan menggunakan bagian apa pun dari Layanan Fitbit. Jika Anda tidak menyetujui ketentuan ini, jangan membuat akun atau menggunakan Layanan Fitbit.

Informasi tambahan terkait Persyaratan ini dapat dibaca dengan membuka Persyaratan Layanan Google atau [Persyaratan Layanan Fitbit](#).

## Informasi Bantuan Pengguna

---

Dokumen ini adalah untuk SKU: FB 603, versi 2.0 atau yang lebih baru.



Fitbit LLC

215 Fremont Street  
San Francisco, CA 94105  
United States

Khusus India:  
199 Fremont Street  
14th Floor  
San Francisco, CA 94105  
United States  
[www.fitbit.com](http://www.fitbit.com)

### **Perwakilan Resmi Uni Eropa**

Emergo Europe  
Westervoortsedijk 60  
6827 AT Arnhem  
The Netherlands



### **Perwakilan Resmi Swiss**

MedEnvoy Switzerland  
Gotthardstrasse 28  
6302 Zug  
Switzerland



### **Sponsor Australia**

Emergo Australia  
Level 20 Tower II  
Darling Park  
201 Sussex Street  
Sydney, NSW 2000  
Australia

### **Importir India**

Morulaa HealthTech Pvt Ltd

Plot No.38, First Floor, Rajeswari Street, Santhosh Nagar,  
Kandanchavdi, Chennai – 600096, India  
No. Lisensi Impor: IMP/MD/2022/000760



### Simbol Peralatan



Tanda  
CE



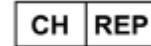
Baca Petunjuk  
Penggunaan



Produsen



Perwakilan Resmi  
Eropa



Perwakilan Resmi  
Swiss

Untuk mendapatkan dukungan pelanggan, buka [support.google.com/fitbit](https://support.google.com/fitbit).

Sebagaimana diwajibkan oleh peraturan yang berlaku, salinan cetak dokumen ini tersedia tanpa biaya di wilayah tertentu sesuai permintaan. Untuk mengetahui informasi lebih lanjut, [hubungi kami](#).

