

## Perubahan kualitas hidup dan kapasitas fungsional penderita penyakit paru obstruktif kronik setelah rehabilitasi paru dinilai dengan st george's respiratory questionnaire (sgrq) dan uji jalan 6 menit

Ikalius, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=112028&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Penyebab tersering terjadinya PPOK adalah karena kebiasaan merokok, polusi udara, defisiensi antitripsin alfa-1 dan faktor genetik. Penyakit ini akan terus berlanjut secara progresif lambat. Obat-obatan seperti bronkodilator tidak banyak membantu kecepatan penurunan faal paru, faktor lain yang memperberat seperti seringnya eksaserbasi, kebiasaan merokok dan faktor lingkungan.

Penderita PPOK cenderung menghindari aktivitas fisik sehingga penderita mengurangi aktivitas sehari-hari menyebabkan imobilisasi, hubungan penderita dengan lingkungan dan sosial menurun sehingga kualitas hidup menurun dan kapasitas fungsional juga menurun. Kualitas hidup adalah kemampuan individu untuk berfungsi dalam berbagai peran yang diinginkan dalam masyarakat serta merasa puas dengan peran tersebut sedangkan kapasitas fungsional adalah hal-hal yang berhubungan dengan aktivitas sehari-hari seperti merawat diri, makan, berpakaian dan kegiatan rumah tangga.

Salah satu program yang dapat meningkatkan kualitas hidup dan kapasitas fungsional adalah program rehabilitasi paru. Tujuan rehabilitasi paru meningkatkan dan mempertahankan tingkat kemampuan tertinggi seseorang untuk hidup mandiri dan berguna bagi masyarakat. Rehabilitasi paru yang diberikan adalah fisioterapi dada dan latihan memakai ergometer sepeda. Fisioterapi dada yang diberikan adalah Pemberian sinar infra merah daerah dada dan punggung masing-masing 7,5 menit, pernapasan diafragma dilanjutkan pernapasan pursed lip, latihan elevasi otot-otot bahu, sendi leher, dan sendi lengan atas, vibrasi dilakukan saat ekspirasi 5x napas dalam dan latihan batuk. Kemudian dilanjutkan latihan dengan ergometer sepeda. Latihan dilakukan 3 kali seminggu 10 menit minggu pertama dan kedua kemudian dinaikkan 5 menit setiap minggu, minggu ke enam sampai ke delapan 30 menit.

Tujuan utama penelitian ini adalah membuktikan peranan rehabilitasi paru penderita PPOK, metode prospective study membandingkan kelompok perlakuan (mendapat rehabilitasi paru) dan kontrol (tidak mendapat rehabilitasi paru). Pengambilan sampel menggunakan cara quota sampling. Penelitian ini dilakukan terhadap 43 penderita PPOK stabil rawat jalan di RSUD Dr Moewardi Surakarta yang dibagi 2 kelompok, terdiri 21 kelompok perlakuan dan 22 kelompok kontrol. Penilaian kualitas hidup menggunakan St George's respiratory Questionnaire (SGRQ) dan kapasitas fungsional dinilai dengan uji jalan 6 menit dilakukan penilaian sebelum rehabilitasi paru dan setelah 8 minggu.

Hasil penelitian didapatkan pada kelompok perlakuan (n=21; 15 laki-laki, rerata umur 61,9±8,7 tahun) dibandingkan kontrol (n=22; 18 laki-laki, rerata umur 59,9±8,3 tahun). Terjadi penurunan SGRQ antara perlakuan (-21,8%) dan kontrol (0,9%) setelah dilakukan uji beda secara statistik berbeda bermakna p<0,005. Nilai SGRQ menurun menunjukkan kualitas hidup meningkat. Peningkatan jarak pada uji jalan 6 menit

kelompok perlakuan ( $55 \pm 26,6$  meter), kelompok kontrol ( $3,4 \pm 15,2$  meter). Uji beda antara kelompok perlakuan dan kontrol secara uji statistik berbeda bermakna  $p < 0,005$ . Peningkatan jarak pada uji jalan 6 menit berarti kapasitas fungsional meningkat.

Kesimpulan, penderita PPOK setelah diberi rehabilitasi paru selama 8 minggu dapat meningkatkan kualitas hidup dan kapasitas fungsional.

<hr>

Study objective : to assess the benefit of Pulmonary Rehabilitation to the COPD patients

Setting : COPD Patients at the Medical Rehabilitation Unit DR Moewardi Surakarta Hospital

Methods : Prospective study, comparing treatment group and control group who underwent 8 weeks administration of pulmonary rehabilitation programs. The patients in the treatment groups received chest physiotherapy and ergo-cycle exercise 3 times a week within 8 weeks.

Measurement : The quality of life was assessed by SGRQ, functional capacity was assessed by six minutes walking test (SMWT)

Results : Total SGRQ patient in the treatment group ( $n=21$ , 15 male; mean age  $61,9 \pm 8,7$  yrs) compare with control group ( $n=22$ , 18 male; mean age  $59,9 \pm 8,3$  yrs) had statistically significant decreased ( $-21,8 \pm 9,1\%$  ;  $0,9 \pm 2,7\%$  respectively,  $p < 0,005$ ). There are statistically significant improving of six minute walking test (SMWT) in treatment group compare to control group ( $55 \pm 26,6$  m ;  $3,4 \pm 15,2$  m respectively,  $p < 0,005$ ).

Conclusions: The pulmonary rehabilitation programs 3 times a week within 8 weeks improve the quality of life and functional capacity of COPD patients.