

Perbandingan Aktivitas Fisik Yoga dan Aerobik terhadap Kelelahan Anak Usia Sekolah yang Menjalani Kemoterapi = Comparison of Yoga and Aerobic Physical Activity to Fatigue School Age Children Undergoing Chemotherapy

Sembiring, Sada Ulina, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920549247&lokasi=lokal>

Abstrak

Pendahuluan: kemoterapi menyebabkan efek samping kelelahan pada pasien kanker. Tujuan: penelitian ini adalah menganalisis perbandingan aktivitas fisik yoga dan aerobik terhadap kelelahan anak usia sekolah yang menjalani kemoterapi. Metode: jenis penelitian ini menggunakan desain quasi experimental jenis nonequivalent control group pretest-posttest design. Teknik pengambilan sampel menggunakan nonprobability sampling jenis consecutive sampling. Pengambilan data menggunakan instrumen Fatigue Onkologi Anak_Allen (FOA-A). Sampel berjumlah 36 anak usia sekolah yang dibagi menjadi dua kelompok yaitu 18 intervensi yoga dan 18 intervensi aerobik. Setiap intervensi dilakukan 2 kali seminggu selama 4 minggu. Hasil: penelitian ini menunjukkan terdapat perbedaan bermakna skor kelelahan setelah intervensi yoga (p value= 0,0005) dan aerobik (p value= 0,0005). Analisis menunjukkan tidak terdapat perbedaan bermakna rerata selisih penurunan skor kelelahan setelah intervensi yoga dan aerobik (p value= 0,072). Tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis kelamin, jenis kanker, obat kemoterapi, dan stadium kanker dengan kelelahan setelah yoga maupun aerobik. Simpulan: yoga dan aerobik sama efektifnya dalam mengurangi skor kelelahan. Rekomendasi: anak dapat memilih salah satu intervensi tersebut untuk mengatasi kelelahan.

.....Introduction: chemotherapy causes side effects of fatigue in cancer patients. Objective: This study is to analyze the comparison of yoga and aerobic physical activity on fatigue in school-aged children undergoing chemotherapy. Method: This type of research uses a quasi-experimental nonequivalent control group pretest-posttest design. The sampling technique used nonprobability sampling, consecutive sampling. Data collection used the Child Oncology Fatigue Allen (FOA-A) instrument. The sample consisted of 36 school age children who were divided into two groups, namely 18 yoga interventions and 18 aerobic interventions. Each intervention was carried out 2 times a week for 4 weeks. Results: This study shows that there is a significant difference in fatigue scores after yoga (p value= 0.0005) and aerobics (p value= 0.0005) interventions. The analysis showed that there was no significant difference in the mean difference in fatigue score reduction after yoga and aerobics intervention (p value = 0.072). There was no relationship between gender, type of cancer, chemotherapy drugs, and stage of cancer with fatigue after yoga or aerobics. Conclusion: yoga and aerobics are equally effective in reducing fatigue scores. Recommendation: children can choose one of these interventions to overcome fatigue.