Perbandingan efek latihan jentera dan sepeda statis pada pasien penyakit paru obstruktif kronik stabil terhadap kapasitas fungsional dan kualitas hidup = Comparison of the effects from treadmill and ergocycle exercise in patients with stable chronic obstructive pulmonary disease to the functional capacity and quality of life

Helena Turnip

Deskripsi Dokumen: <http://lib.ui.ac.id/opac/themes/libri2/detail.jsp?id=20367128&lokasi=lokal>

Abstrak

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menilai perbedaan latihan jentera dan sepeda statis terhadap perubahan kapasitas fungsional dan kualitas hidup pada penderita Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) kondisi stabil.

Metode: Metode penelitian eksperimental dengan jumlah sampel 44 orang, terdiri dari 22 orang dengan latihan sepeda statis dan 22 orang dengan latihan jentera yang datang ke poli Rehabilitasi Medik RS Persahabatan. Penilaian kapasitas fungsional menggunakan metode Uji Jalan 6 Menit (UJ6M) dilakukan minggu I, V dan IX. Penilaian kualitas hidup diukur menggunakan St. Georges Respiratory Questionnaire (SGRQ) dilakukan minggu I dan IX. Program latihan dilakukan selama 8 minggu.

Hasil: Latihan jentera dan sepeda statis menghasilkan perbaikan signifikan baik dalam hal hasil uji jalan 6 menit dan SGRQ sejak minggu I sampai IX. Namun dalam perbandingan latihan yang memberikan hasil terbaik, jentera meningkatkan jarak tempuh jalan 6 menit lebih baik dibandingkan sepeda statis secara konsisten pada minggu IV, V-IX dan I-IX ($p < 0,001$). Untuk nilai SGRQ, hasil kedua latihan tidak berbeda signifikan.

Kesimpulan: Kelompok latihan jentera memiliki peningkatan kapasitas fungsional yang lebih besar dan berbeda bermakna dibandingkan kelompok latihan sepeda statis pada subjek PPOK stabil. Kelompok latihan jentera memiliki peningkatan kualitas hidup yang tidak berbeda bermakna dibandingkan kelompok latihan sepeda statis pada subjek PPOK stabil.