

PENGARUH PROGRAM TERAPI FISIK TERHADAP KUALITAS HIDUP PENDERITA PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF MENAHUN (PPOK)

Titiek Hidayati ¹, Dita Kusuma Jati ² Elmerillia Aulia R ²

¹Departemen Epidemiologi, Kesehatan Masyarakat dan kedokteran keluarga, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY)

²Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY)

Latar Belakang. Penyakit paru kronis obstruktif (PPOK) adalah penyakit kronis yang bersifat ireversibel. Penyakit ini dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup. Terapi fisik dengan teknik pranayama merupakan terapi yang bermanfaat bagi penderita PPOK. Terapi ini dapat membantu meningkatkan kualitas hidup penderita dalam layanan primer.

Tujuan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh program terapi fisik teknik pranayama terhadap kualitas hidup penderita PPOK.

Metode. Disain penelitian menggunakan quasi eksperimen dengan kelompok kontrol. Intervensi yang dilakukan adalah program terapi fisik teknik pranayama. Pasien dengan PPOK yang berpartisipasi dalam program terapi fisik diperiksa dengan kuesioner *St. George's Respiratory Questionnaire (SGRQ)* sebelum dan setelah selesai perlakuan program terapi fisik. Toleransi terapi diperiksa dengan tes 6 menit berjalan. Kualitas hidup penderita dinilai dengan *SGRQ*. Domain aktifitas dan domain kegiatan yang merupakan bagian dari *SGRQ* dihitung. Jumlah responden yaitu 66 penderita dengan kelompok kasus sebesar 33 responden dan kelompok intervensi dengan 33 responden.

Hasil: Program terapi fisik teknik pranayama memperbaiki kualitas hidup penderita PPOK dan secara statistik bermakna. Skor kualitas hidup dengan *SGRQ* domain kegiatan, domain, maupun skor total meningkat secara bermakna ($p=0,00$) dalam kelompok perlakuan dan kelompok perlakuan yang dibandingkan dengan kelompok control ($p=0,00$).

Kesimpulan. Berdasarkan skor *SGRQ*, terdapat perbaikan kualitas hidup secara bermakna pada penderita PPOK setelah mendapatkan program terapi fisik teknik pranayama.

ABSTRACT

Chronic obstructive pulmonary disease (COPD) is a prolonged disease that can lead to the loss of patients's quality of life. Supportive therapy is recommended in the treatment of COPD patients to improve the quality of life is the medical rehabilitation.

This research uses a quasi experimental design with pretest-posttest control group design. The population used is patients with chronic obstructive pulmonary disease (COPD) who are hospitalized at the Hospital Respira Yogyakarta. The amount of the sample is 66 patients and the data is taken from total sampling.

The statistical test of the mean pre-test and post-test SGRQ scores indicates that in the experimental group, there were significant differences in the domain of activities ($p = 0,000$), the impact domain ($p = 0,000$) and total score ($p = 0,000$). While, in the control group there are also significant differences in the domain of activities ($p = 0,007$), the impact domain ($p = 0,023$) and total score ($p = 0,002$). The analysis test on improvement SGRQ scores between the experimental group and the control group shows significant difference in domain activities ($p = 0,000$), the impact domain ($p = 0,000$) and total score ($p = 0,000$).

From the results of this study, it can be concluded that patients with COPD have a better quality of life after getting treatment and medical rehabilitation pranayama techniques that affect the patient's quality of life with chronic obstructive pulmonary disease.

Keywords: COPD, medical rehabilitation technique of pranayama, SGRQ

