

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penderita Penyakit Paru Obstruktif Kronis, atau lebih dikenal dengan PPOK memiliki gejala antara lain sesak pada saat aktivitas, batuk, dan adanya produksi sputum yang biasanya terjadi selama berbulan-bulan.^{1,2} Sesak yang dialami oleh penderita PPOK ini menyebabkan adanya penurunan kemampuan penderita dalam melakukan kegiatan sehari-hari.

Prevalensi PPOK yang meningkat disebabkan oleh peningkatan jumlah perokok aktif dan peningkatan jumlah lansia.² Berdasarkan *Disability-Adjusted Life Year* (DALY), suatu alat ukur yang didesain oleh *the Global Burden Disease* (GBD) untuk mengukur mortalitas dan disabilitas dari suatu penyakit, PPOK merupakan penyakit yang menyebabkan disabilitas pada urutan ke-8 pada tahun 2005, dan naik menjadi urutan ke-5 pada tahun 2013.¹

PPOK adalah penyakit yang berhubungan dengan respon inflamasi paru-paru yang abnormal terhadap gas dan partikel yang berbahaya. Faktor risiko yang menyebabkan PPOK antara lain adalah merokok, pekerjaan, status sosioekonomi yang rendah, dan infeksi HIV. Gejala yang paling umum dari PPOK adalah batuk, produksi sputum, dan sesak pada saat aktivitas, dan kebanyakan pasien memiliki

gejala tersebut selama berbulan-bulan. Sesak pada saat aktivitas yang dialami oleh pasien dapat didefinisikan sebagai peningkatan usaha untuk bernapas, merasa berat untuk bernapas, dan napas terengah-engah. Selain itu, pasien PPOK juga memiliki kesulitan dalam melakukan kegiatan sehari-hari yang sederhana, seperti berjalan.³

Sesak yang diderita pasien PPOK ini terjadi pada saat melakukan aktivitas, sehingga pasien melakukan gaya hidup tidak aktif, dikarenakan adanya ketakutan akan mengalami sesak lagi. Gaya hidup yang tidak aktif ini ditandai dengan adanya inaktivitas otot, sehingga adanya penurunan kemampuan melakukan kegiatan sehari-hari, termasuk berjalan. Kemampuan berjalan ini dapat diukur dengan uji jalan 6 menit. Uji jalan 6 menit adalah tes sederhana untuk menilai kapasitas fungsional dan prognosis pasien dalam melakukan kegiatan sehari-hari.³⁻⁶

Gejala PPOK dapat dikurangi dengan melakukan rehabilitasi paru. Menurut *the American Thoracic Society* dan *European Respiratory Activity*, rehabilitasi paru adalah intervensi yang berdasarkan bukti, multidisiplin, dan komprehensif untuk pasien dengan penyakit paru kronis yang bergejala dan sering menunjukkan penurunan pada kemampuan aktivitas sehari-hari. Tujuan dilakukannya rehabilitasi paru adalah untuk menurunkan gejala, mengoptimalkan status fungsional, meningkatkan partisipasi dan menurunkan biaya perawatan kesehatan. Komponen rehabilitasi pulmonal mencakup edukasi, fisioterapi, dukungan psikososial, dan latihan fisik. Pada pasien PPOK, latihan fisik dilakukan karena pasien PPOK melakukan gaya hidup yang tidak aktif. Latihan fisik pada pasien PPOK dapat menggunakan *treadmill* atau *ergocycle*, yang disesuaikan dengan kemampuan

pasien, dan bermanfaat besar dalam mengurangi sesak dan mengembalikan kapasitas fungsional pasien.^{1,2,4,7}

PPOK merupakan penyakit yang kronis dan menyebabkan penurunan kemampuan penderita dalam kegiatannya sehari-hari. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perubahan jarak tempuh yang diukur dengan uji jalan 6 menit pada pasien PPOK sebelum dan setelah diberikan komponen rehabilitasi paru, yaitu latihan *ergocycle*. Uji jalan 6 menit dipilih dengan alasan mudah dilakukan, dan dinilai lebih dapat ditoleransi oleh penderita penyakit kardiopulmonal. Latihan *ergocycle* dipilih karena merupakan latihan yang lebih disukai pasien, dan memiliki hasil yang sama baiknya dengan latihan jalan pada peningkatan kapasitas fungsional pasien.⁸

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimanakah gambaran jarak tempuh uji jalan 6 menit pada pasien PPOK sebelum diberikan latihan *ergocycle*?
2. Bagaimanakah gambaran jarak tempuh uji jalan 6 menit pada pasien PPOK sebelum diberikan latihan *ergocycle*?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran uji jalan 6 menit pada pasien PPOK sebelum dan sesudah dilakukan latihan *ergocycle*.

1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran jarak tempuh uji jalan 6 menit pada pasien PPOK sebelum dan sesudah dilakukan latihan *ergocycle* di RS. Paru Dr H.A Rotinsulu.

1.3.3 Manfaat penelitian

1.3.4 Manfaat Akademis

Manfaat akademis dari penelitian ini adalah sebagai sumbangan kajian untuk melakukan penelitian selanjutnya, dan sebagai tambahan informasi terhadap perbandingan jarak tempuh uji jalan 6 menit pada pasien PPOK sebelum dan sesudah dilakukan latihan *ergocycle*.

1.3.5 Manfaat Praktis

Manfaat praktis dari penelitian ini adalah sebagai tambahan informasi pada masyarakat luas, untuk meningkatkan kesadaran pengobatan PPOK hingga kemampuan pasien dapat meningkat, dan sebagai tambahan informasi untuk praktisi dalam memberikan edukasi pasien terhadap manfaat rehabilitasi pulmonal, terutama komponen latihan fisik, sehingga kualitas hidup pasien PPOK meningkat.