

Pengaruh latihan berjalan terhadap nilai skala borg dan jarak tempuh uji jalan enam menit pada pasien lupus eritematosus sistemik = Effect of walking exercise to Borg scale value and six minutes walking test distance in systemic lupus erythematosus patients / Fathia Arsyiana

Fathia Arsyiana, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20329139&lokasi=lokal>

Abstrak

ABSTRAK

Tujuan : Mengetahui efektivitas terapi latihan berjalan pada pasien Lupus Eritematosus Sistemik (LES) terhadap nilai skala borg dan jarak tempuh uji jalan enam menit
Metode: Disain penelitian ini adalah studi kuasi eksperimen (pre and post). Nilai skala borg diukur dengan skala numerik 6-20 untuk skala borg kelelahan dan 0-10 untuk skala borg sesak dan kaki lelah. Aktivitas penyakit LES diukur dengan Mex-SLEDAI. Latihan berjalan dilakukan secara bertahap 15, 20, 25, dan 30 menit, tiga kali perminggu selama delapan minggu. Nilai skala borg diukur setelah uji jalan enam menit pertama, setiap akhir minggu latihan, dan setelah uji jalan enam menit kedua. Jarak tempuh uji jalan enam menit dan Mex-SLEDAI diukur pada awal dan akhir penelitian.
Hasil : Dua puluh enam subyek penelitian usia 22 - 57 tahun dianalisa dalam penelitian ini. Rerata nilai jarak tempuh uji jalan enam menit awal adalah 364,35 + 64,45 meter, setelah dilakukan intervensi berjalan terdapat peningkatan rerata menjadi 374,04 + 68,62 meter ($p=0,08$, CI 95%). Secara statistik dengan uji berpasangan terdapat perbedaan bermakna pada minggu ke-6 dan ke-7 pada skala borg usaha dan kaki lelah, sedangkan pada skala borg sesak pada minggu ke-4 dan ke-5 ($p<0,05$). Nilai skala Borg uji jalan enam menit pada awal dan akhir latihan secara statistik tidak bermakna ($p>0,05$). Nilai Mex-SLEDAI awal dan akhir latihan berjalan 84% tidak berubah.
Kesimpulan : Latihan berjalan secara bertahap aman diberikan pada pasien LES tanpa meningkatkan aktivitas penyakit.

ABSTRACT

The aim: To assess the effectiveness of walking exercise therapy in Systemic Lupus Erythematosus (SLE) patients in borg scale value and six minutes walking test (6MWT) distance.
Methods: The design of the study was quasi-experimental study (pre and post). Borg scale values were measured with 6-20 numerical scale for borg scale exertion and 0-10 for borg scale dyspneu and leg fatigue. SLE disease activity measured by Mex-SLEDAI. Walking exercises were given gradually for 15, 20, 25, and 30 minutes, three times per week for eight weeks. Borg scale values were measured after the first 6MWT, every end of the exercise week, and after the second 6MWT. The 6MWT distance and Mex-SLEDAI were measured at beginning and end of the study.
Results: Twenty-six subjects aged 22-57 were analyzed in this study. The mean value of 6MWT distance was 364.35 + 64.45 meters, after the intervention there was an increase in mean distance value into 374.04 + 68.62 meters ($p = 0.08$, CI 95%). Paired t test found statistically significant differences for borg scale of effort and leg fatigue at week 6 and 7, also borg scale dyspneu in week 4 and 5 ($p < 0.05$). Borg scale score at 6MWT in the beginning and end of exercise was not statistically significant ($p > 0.05$). The Mex-SLEDAI values at beginning and end of exercise were 84% and remain unchanged.
Conclusion: Gradually walking exercise in SLE was safely administered to patients without increasing the disease activity.