

## Efek latihan aktif resistif terhadap limfedema pada pasien kanker payudara = Effect of active resistive exercise on lymphedema in patients with breast cancer

Roring, Windy Doris, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20435327&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

#### <b>ABSTRAK</b><br>

Latar Belakang: Limfedema merupakan salah satu komplikasi yang relatif sering ditemukan akibat terapi kanker payudara dan mengakibatkan keterbatasan fungsi fisik, psikologis serta menurunkan kualitas hidup. Latihan aktif resistif merupakan salah satu terapi limfedema yang menstimulasi kontraksi otot skeletal sehingga membantu drainase cairan limfe. Penelitian ini bertujuan untuk menilai efek dari penambahan latihan aktif resistif pada Complete Decongestive Therapy (CDT) terhadap pengurangan volume lengan pasien dengan limfedema dan perbaikan kualitas hidup pada pasien kanker payudara dengan limfedema. Metode: Desain uji klinik acak terkontrol. Penelitian dilakukan pada 37 orang pasien kanker payudara dengan limfedema dan secara acak dibagi ke dalam kelompok intervensi dan kelompok kontrol. Kelompok intervensi mendapatkan tambahan latihan aktif resistif setelah CDT, sedangkan kelompok kontrol hanya mendapatkan CDT. Perubahan volume lengan dengan menggunakan volumeter dan kualitas hidup dengan SF-36 dinilai sebelum dan sesudah 8 minggu intervensi. Hasil: Terdapat perbedaan bermakna terhadap perubahan volume lengan pre dan pasca terapi ( $p < 0,05$ ) pada kelompok intervensi sedangkan pada kelompok kontrol tidak didapatkan perbedaan bermakna ( $p > 0,05$ ). Pada pasca terapi tidak didapatkan perbedaan yang bermakna antar kelompok kontrol dan intervensi ( $p > 0,05$ ). Terdapat perbedaan bermakna dari selisih pengurangan volume antar kelompok ( $p < 0,05$ ). Terdapat perbedaan bermakna untuk semua domain SF-36 pre dan pasca terapi pada kelompok intervensi ( $p < 0,05$ ). Terdapat perbedaan bermakna ( $p < 0,05$ ) domain Rasa Nyeri (RN) pada pasca terapi antar kelompok. Terdapat perbedaan bermakna pada domain utama Komponen Fisik (KF) antar kelompok ( $p < 0,05$ ). Simpulan: Pengurangan volume lengan dengan limfedema pada kelompok yang mendapatkan latihan aktif resistif dengan CDT lebih besar dibandingkan dengan kelompok CDT saja, dan didapatkan peningkatan kualitas hidup.

<hr>

#### <b>ABSTRACT</b><br>

Background: Lymphedema presence as a relatively common complication of treatment of breast cancer and causes limitation of physical function, psychologic and decreases Quality of Life. Active resistive exercise is one of the treatment of lymphedema which can stimulate contraction of the skeletal muscle to increase the drainage of lymphatic fluid. The aim of the study was to investigate the effect of addition of active resistive exercise to Complete Decongestive Therapy (CDT) in reduction of arm volume and improvement of quality of life in patients with breast cancer-related lymphedema. Methods: Randomized controlled-group study. This research was done to 37 breast cancer patients with lymphedema and they were divided randomly to intervention group and control group. The intervention group underwent additional active resistive exercise after CDT, while the control group underwent only CDT. The change of arm volume was assessed with volumeter and quality of life was assessed with SF-36 at pretreatment and 8 weeks posttreatment. Results:

There was significant reduction of arm volume from pre- to posttreatment in intervention group ( $p < 0.05$ ) while there was no significant reduction in control group ( $p > 0.05$ ). There was no significant difference between control and intervention group in posttreatment ( $p > 0.05$ ). There were significant differences in all domains of SF-36 at pre- and posttreatment in intervention group ( $p < 0.05$ ). There was significant difference in body pain domain in between groups at posttreatment ( $p < 0.05$ ). There was significant difference Physical Component Summary in between groups at posttreatment ( $p < 0.05$ ). Conclusions: Active resistive exercise with CDT makes better reduction of arm volume on lymphedema and better improvement of QOL in breast cancer patients than CDT only