

Pengaruh Latihan Fisik Pada Lanjut Usia Dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronik Sebagai Persiapan Penerbangan Jarak Tempuh Lama

Hendrawan Kantawijaya, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920531335&lokasi=lokal>

Abstrak

Jumlah lanjut usia dengan Penyakit Paru Obstruktif Kronik yang melakukan perjalanan penerbangan jarak tempuh lama seperti jemaah Haji semakin banyak. Kondisi lingkungan di ketinggian meningkatkan risiko kejadian hipoksia pada lanjut usia dengan PPOK. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengevaluasi pengaruh latihan fisik Apolap (Aerobik, Peregangan Otot, dan Latihan Pemapasan) secara teratur pada lanjut usia dengan penyakit paru obstruktif kronik sebagai persiapan penerbangan jarak tempuh lama. Sebanyak 20 orang lanjut usia dengan diagnosis PPOK yang datang ke Poliklinik RSAU dr. Esnawan Antariksa diberikan latihan fisik Apolap tiga kali seminggu selama 4 minggu. Pemeriksaan spirometri, saturasi oksigen, dan nilai CAT dilakukan sebelum dan sesudah intervensi. Dari 20 responden, 17 pasien menyelesaikan penelitian. Hasil penelitian menunjukkan latihan fisik Apolap tidak menunjukkan hasil bermakna pada variabel spirometri FEV1 ($p=0,570$) dan FVC ($p=0,156$) dan menunjukkan hasil bermakna pada variabel saturasi oksigen ($p=0,032$), dan nilai CAT ($p=0,000$). Latihan fisik Apolap tidak menghasilkan perubahan yang bermakna pada variabel spirometri (FEV1 dan FVC) tetapi menghasilkan perubahan bermakna untuk variabel saturasi oksigen dan nilai CAT.

.....The number of elderly with Chronic Obstructive Pulmonary Disease who travel by plane in a long-haul flight like Hajj pilgrims has increased. High-altitude environment increased the risk of hypoxia in elderly patients with COPD. The aim of this study was to evaluate the influence Apolap physical exercise consists of aerobic, muscle stretching, and breathing exercise in elderly patients with Chronic Obstructive Pulmonary Disease as a long-haul flight preparation. A total of 20 elderly patients diagnosed with COPD in RSAU dr. Esnawan Antariksa joined Apolap physical exercise three times a week for 4 weeks. Spirometry, oxygen saturation, and CAT values were recorded pre- and post- intervention. Out of 20 patients, 17 patients completed the study. A statistically insignificant improvement was recorded for spirometry FEV 1 ($p = 0,570$) and FVC ($p = 0,156$) meanwhile statistically significant improvement was recorded for oxygen saturation ($p=0,032$), and CAT value ($p = 0,000$).