

ABSTRAK

Maghfirah Puspa Bhara Umar (01071200124)

PENGARUH LATIHAN FISIK UJI JALAN 6 MENIT TERHADAP PEAK EXPIRATORY FLOW PADA PENDERITA PPOK DI KABUPATEN TANGERANG

(xiv + 56 halaman : 4 gambar ; 8 tabel ; 5 lampiran)

Latar belakang : Penyakit Paru Obstruksi Kronik (PPOK) merupakan penyakit yang menyerang paru dengan jangka waktu lama dan bersifat progresif. Pengujian ini mengambil 106 responden dengan rata-rata 72.6 % adalah pasien PPOK berjenis kelamin laki-laki. Uji jalan 6 menit merupakan uji yang sering dipakai karena merupakan aktivitas dasar. Uji jalan ini berbasis waktu dengan jarak tempuh sebagai hasil keluarannya. Rata-rata jarak yang dapat tempuh adalah 500 meter. Pengukuran Arus Puncak Ekspirasi (APE) adalah tes sederhana tanpa rasa sakit yang digunakan untuk mengukur laju aliran maksimal yang dapat dicapai selama ekspirasi kuat setelah dilakukannya inspirasi penuh. Terdiri dari tiga zona yaitu ; zona hijau 80-100%, zona kuning 50-80%, dan zona merah <50%. Ini dapat mengindikasikan terjadinya pengecilan pada saluran pernafasan.

Tujuan Penelitian : Untuk melihat apakah terdapat pengaruh antara Latihan Fisik Uji Jalan 6 Menit Terhadap Arus Puncak Ekspirasi penderita PPOK di Kabupaten Tangerang

Metode : Penelitian ini menggunakan metode potong lintang (*cross sectional*), yang dilakukan pada Maret 2023 – November 2023 pada penderita PPOK di poli paru Siloam Hospitals Lippo Village Gedung B. Penelitian ini dilakukan dengan pengujian secara langsung kepada 106 responden. Hasil penelitian ini akan diolah menggunakan program *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) yang dengan uji statistic McNemar dan Korelasi Pearson.

Hasil : Penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara Uji Jalan 6 Menit terhadap Arus Puncak Ekspirasi pada penderita PPOK diperoleh hasil *p-value* <0.001 menggunakan *Correlation Pearson Test*.

Kesimpulan : Terdapat terhadap Latihan Fisik Uji Jalan 6 menit dengan Hasil Arus Puncak Ekspirasi pada pasien PPOK di Kabupaten Tangerang

Kata Kunci : Latihan Fisik, Uji Jalan 6 Menit, Arus Puncak Ekspirasi, PPOK

ABSTRACT

Maghfirah Puspa Bhara Umar (01071200124)

THE EFFECT OF 6 MINUTE WALK TEST PHYSICAL EXERCISE ON PEAK EXPIRATORY FLOW IN COPD PATIENTS IN TANGERANG DISTRICT

(xiv + 56 pages : 4 images : 8 tables; 5 attachments)

Background : *Chronic Obstructive Pulmonary Diseases (COPD) is a disease that attacks the lungs over a long period and is progressive. This test took 106 respondents with an average of 72.6% male COPD patients. The 6 minute walk test is a test that is often used because it is a basic activity. This walk test is based on time with distance traveled as the output. The average distance that can be covered is 500 meters. Peak Expiratory Flow Rate Measurement (PEFR) is a simple and painless test used to measure the maximum flow rate that can be achieved during a vigorous expiration after a full inspiration. Consists of three zones, namely; green zone 80-100%, yellow zone 50-80%, and red zone <50%. This can indicate a reduction in the respiratory tract.*

Purpose: *To find a relationship between the 6 Minute Walk Test Physical Exercise on the Expiratory Flow of COPD patient*

Methods: *This study used a cross-sectional method, which was carried out in March 2023 – November 2023 on COPD patient at the Siloam Hospitals Lippo Village Building B and Siloam Hospitals Kelapa Dua, pulmonary polyclinic. This research was carried out by direct testing on 106 respondents. The results of this research will be processed using the Statistical Package for the Social Sciences (SPSS) program which uses the McNemar statistical test and Pearson Correlation.*

Results: *This study shows that there is a significant relationship between the 6 Minute Walk Test and Peak Expiratory Flow in COPD patient, with p-value results <0.001 using the Pearson Correlation Test.*

Conclusion: *There is significant relationship between Physical Exercise 6 Minute Walk Test on the Expiratory Flow of COPD patient in Kabupaten Tangerang.*

Keywords: *Physical Excercise, Six Minute Walking Test, Peak Expiratory Flow Rate, COPD*