



Rehabilitasi Respirasi sebagai Bagian Penting Tatalaksana Penyakit Paru Obstruktif Kronik

Siti Chandra Widjanantie

Departemen Rehabilitasi Medik, Rumah Sakit Umum Pusat Persahabatan,
Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia, Jakarta

Penyakit Paru Obstruksi Kronis (PPOK) adalah penyakit yang dapat dicegah dan diobati, yang dikarakteristikkan dengan gejala sistem respirasi yang persisten dan keterbatasan aliran udara akibat abnormalitas di jalan nafas maupun alveolar yang biasanya akibat paparan dengan partikel atau gas beracun.¹

Saat ini jumlah penderita PPOK diperkirakan akan terus meningkat dan memerlukan biaya perawatan yang tidak sedikit. Dalam data *Global Initiative for Obstructive Lung Disease (GOLD) 2017* dikatakan bahwa lebih dari 6% penduduk dewasa menderita PPOK. Suatu studi observasi di Indonesia dan Vietnam menghasilkan data bahwa prevalensi PPOK sangat tinggi pada perokok, namun juga terjadi pada 6,9% kelompok yang tidak merokok.^{2,3}

Penatalaksanaan PPOK meliputi tatalaksana farmakologis dan nonfarmakologis yang salah satunya adalah rehabilitasi respirasi. Sedangkan

latihan fisik (*exercise*) merupakan prinsip dasar dari rehabilitasi respirasi yang dapat meningkatkan toleransi terhadap latihan serta kualitas hidup.^{1,4,5}

Rehabilitasi Respirasi adalah suatu intervensi yang komprehensif melalui asesmen pasien yang dilanjutkan dengan tatalaksana yang spesifik untuk setiap pasien untuk menentukan program terapi bagi pasien dengan penyakit paru kronik untuk meningkatkan aktivitas fungsional dan kualitas hidupnya.^{6,7}

Prinsip tatalaksana yang diberikan adalah sesuai dengan disabilitas yang ditemui yaitu meningkatkan bersih anjalan nafas, latihan bernafas (*breathing retraining*), latihan rekondisi fisik dan terapi oksigen. Prinsip tersebut telah terbukti mampu menurunkan angka rawat inap ulang pada penderita PPOK yang secara tidak langsung akan menurunkan biaya perawatan akibat eksaserbasi PPOK.^{5,7,8}

Hasil dari rehabilitasi respirasi adalah perbaikan bermakna kondisi pasien yang hiperkapnea, peningkatan dalam toleransi aktivitas fisik, kemampuan ambulasi, perasaannya mandan kemampuan untuk beradaptasi terhadap keluhan

Korespondensi: Siti Chandra Widjanantie
E-mail: sitichandraw@gmail.com

sesak sehingga mampu kembali ke rutinitas atau pekerjaannya.⁷

Hal itu menjadikan rehabilitasi respirasi merupakan komponen yang sangat penting dalam tatalaksana karena akan memungkinkan pasien meraih kemampuan fungsional yang optimal dan memiliki kepercayaan diri dalam menjalani kehidupannya sehari-hari.^{6,7}

Daftar Pustaka

1. Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease. Global Strategy for The Diagnosis, Management, and Prevention of Chronic Obstructive Pulmonary Disease; 2017.
2. Viegi G, Pistelli F, Sherill DL, Miao S, Baldacci S, Carrozi L. Definition, epidemiology and natural history of COPD. *EurRespir J.* 2007; 30: 993-1013
3. Nguyen Viet N, Yunus F, Nguyen Thi Phuong A, Dao Bich V, Damayanti T, Wiyono WH, Billot L, Jakes RW, Kwon N. The Prevalence and patient characteristics of chronic obstructive pulmonary disease in non-smoker in Vietnam and Indonesia: An observational survey. *Respirology.* 2015 May 1;20(4):602-11.
4. Antariksa B, Sitompul A, Ginting A. Penyakit Paru Obstruktif Kronik Diagnosis dan Penatalaksanaan. 1st ed. Jakarta: Perhimpunan Dokter Paru Indonesia (PDPI); 2011.
5. Pedoman Nasional Pelayanan Kedokteran Penyakit Paru Obstruktif Kronis. (draft). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia; 2017.
6. Spruit MA, Singh SJ, Garvey C, Zu Wallack R, Nici L, Rochester C, et al. An official American Thoracic Society/European Respiratory Society Statement: Key Concepts and Advances in Pulmonary Rehabilitation. *Am J Respir Crit Care Med.* 2013;1889(iss.80):e13-e64.
7. Bach JR. Pulmonary rehabilitation. In: Frontera WR, Silver JK, Rizzo TD, editor. *Essentials of physical medicine and rehabilitation.* 2nd ed. Philadelphia: Saunders;2008.p.823-31.
8. Lusuardi M, Ambrosino N, Donner CF. Definition and rationale for pulmonary Rehabilitation. In: Donner CF, Ambrosino N, Goldstein RS, editor. *Pulmonary Rehabilitation.* 1st ed. London: Hodder Arnold;2005.p.1-8.

