

PROGRAM LATIHAN PENGUATAN KAPASITAS FISIK PADA REHABILITASI PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIK

Rini Widarti, SSt.,FT.,M.Or

Mulat Wening Astuti

Weningastuti971@gmail.com

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

INTISARI

Latar Belakang: Penyakit Paru Obtruksi Kronik (PPOK) adalah penyakit umum yang dapat dicegah dan diobati, ditandai dengan gejala pernafasan pasien dan keterbatasan aliran udara yang disebabkan oleh saluran napas dan atau kelaian alveolar yang biasanya disebabkan oleh paparan yang signifikan terhadap partikel atau gas berbahaya. Target luaran pada program latihan penguatan pada rehabilitasi penyait paru obstruktif kronik ini adalah meningkatkan kemampuan aktivitas pada pasien PPOK dalam kehidupan sehari-hari dengan memberikan latihan pursed lip breathing exercise dan static bicycle. Berdasarkan uraian dari permasalahan yang sudah dijelaskan diatas, penulis tertarik untuk membuat media edukasi berupa booklet dengan judul “Program Latihan Penguatan Kapasitas Fisik pada Rehabilitasi Penyakit Paru Obstriktif Kronik” booklet tersebut diharapkan dapat menjadi referensi kepada masyarakat dan fisioterapis dalam memahami program latihan apasaja yang dapat digunakan untuk latihan penguatan pada rehabilitasi PPOK.

Tujuan: Program KIE (Komunikasi, Informasi, dan Edukasi) Program Latihan Penguatan Kapasitas Fisik Pada Rehabilitasi Penyakit Paru Obstriksi Kronik untuk meningkakan kekuatan latihan pada lansia. Booklet yang akan dihasilkan diharapkan akan menjadi media promosi kepada masyarakat khususnya bagi lansia.

Metode: Metode menggunakan Program KIE (Komunikasi, Informasi, dan Edukasi) berupa booklet sebagai media promosi kesehatan yang berisikan pengertian dan prosedur program latihan rehabilitasi pada rehabilitasi penyakit paru obstruksi kronik.

Kata Kunci: Penyakit Paru Obtruksi Kronik (PPOK), *pursed lip breathing exercise*, *static bicycle*, KIE (Komunikasi, Informasi, dan Edukasi), *booklet*