

ABSTRAK

Latar belakang: Penyakit Paru Obstruktif Kronik (PPOK) adalah suatu kelompok penyakit paru dengan etiologi yang tidak diketahui yang ditandai dengan perlambatan aliran udara pernafasan terutama pada ekspirasi yang bersifat menetap. Rehabilitasi paru berupa latihan yoga memberikan efek yang baik pada kesehatan dan fungsi paru pasien PPOK.

Tujuan: Mengetahui pengaruh rehabilitasi medik terhadap fungsi paru penderita PPOK.

Metode: Penelitian ini merupakan *quasi experimental* yang menggunakan desain evaluasi *pre test-post test control group design*. Populasi yang digunakan adalah pasien PPOK di RS Respira Yogyakarta. Sampel penelitian berjumlah 66 orang dibagi dalam 2 kelompok, 33 orang sebagai kelompok eksperimen (pemberian yoga pranayama) dan 33 orang lainnya sebagai kelompok kontrol.

Hasil: Pada uji statistik terhadap mean pre-test dan post-test fungsi paru menunjukkan bahwa selisih *pretest* dan *posttest* fungsi paru antar kelompok kontrol dan perlakuan diperoleh angka $p=0,001$ yang menunjukkan bahwa adanya perbedaan yang bermakna antara selisih *pretest* dan *posttest* fungsi paru kelompok kontrol dan perlakuan.

Kesimpulan: Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa rehabilitasi medik yoga teknik pranayama dapat berpengaruh pada kualitas fungsi paru pada pasien PPOK.

Kata kunci: PPOK, rehabilitasi medik, yoga pranayama

ABSTRACT

Background: *Chronic obstructive pulmonary disease (COPD) is a group of lung disease with unknown etiology that is characterized by a slowdown in the breathing air flow especially at expiration is settled. Pulmonary rehabilitation in the form of yoga exercises a favorable effect on health and lung function of COPD patients.*

Objective: *To determine the influence of medical rehabilitation of the pulmonary function of patients with COPD.*

Methods: *This study is a quasi-experimental evaluation design that uses a pretest-posttest control group design. The population is COPD patients in the hospital of Respira Yogyakarta. These samples included 66 people were divided into two groups of 33 people as an experimental group (giving yoga pranayama) and 33 others as a control group.*

Results: *In statistical test to the mean pre-test and post-test lung function showed that the difference between pretest and posttest lung function between control and treatment groups obtained figures $p = 0.001$ which shows that there is a significant difference between the difference between pretest and posttest lung function control and treatment groups.*

Conclusion: *From the results of this study concluded that medical rehabilitation pranayama yoga techniques can affect the quality of lung function in COPD patients.*

Keywords: *COPD, medical rehabilitation, yoga pranayama*