

**KARYA AKHIR**

**PENGARUH LATIHAN JALAN TERHADAP FFM (*FAT-FREE MASS*) DAN KUALITAS HIDUP PENDERITA PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIK STABIL**



Oleh

**Sakinatus Syarifah**

Pembimbing

**Helmia Hasan**

**Alfian Nur Rosyid**

**PROGRAM PENDIDIKAN DOKTER SPESIALIS-1  
DEPARTEMEN PULMONOLOGI  
DAN ILMU KEDOKTERAN RESPIRASI  
FAKULTAS KEDOKTERAN - UNIVERSITAS AIRLANGGA  
RSUD Dr SOETOMO  
2020**

**KARYA AKHIR**

**PENGARUH LATIHAN JALAN TERHADAP FFM (*FAT-FREE  
MASS*) DAN KUALITAS HIDUP PENDERITA PENYAKIT  
PARU OBSTRUKTIF KRONIK STABIL**



Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar

**Dokter Spesialis Paru**

Oleh

**Sakinatus Syarifah**

**NIM 011418096304**

Pembimbing

**Helmia Hasan**

**Alfian Nur Rosyid**

**PROGRAM PENDIDIKAN DOKTER SPESIALIS-1  
DEPARTEMEN PULMONOLOGI  
DAN ILMU KEDOKTERAN RESPIRASI  
FAKULTAS KEDOKTERAN - UNIVERSITAS AIRLANGGA  
RSUD Dr SOETOMO  
2020**

### PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Sakinatus Syarifah, dr.

NIM : 011418096304

Judul penelitian : **Pengaruh Latihan Jalan terhadap FFM (*Fat-Free Mass*) dan Kualitas Hidup Penderita Penyakit Paru Obstruktif Kronik Stabil**

Dengan ini menyatakan bahwa hasil penelitian ini merupakan hasil karya saya sendiri dan benar serta berasal dari data asli dan bukan rekayasa, semua sumber yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan benar. Apabila di kemudian hari penelitian ini diketahui merupakan plagiasi atau autoplajiasi atau penjiplakan karya orang lain maka saya bersedia bertanggung jawab dan menerima sanksi.



Surabaya, 27 April 2020

Sakinatus Syarifah , dr.

## KATA PENGANTAR

Alhamdulillah, segala puji bagi Allah SWT karena atas berkat dan karuniaNya sehingga kami dapat menyelesaikan karya akhir dengan judul **“Pengaruh Latihan Jalan terhadap FFM (*Fat-Free Mass*) dan Kualitas Hidup Penderita Penyakit Paru Obstruktif Kronik Stabil”** sebagai salah satu syarat menyelesaikan pendidikan dokter spesialis di bidang Pulmonologi dan Ilmu kedokteran Respirasi.

Kami menyadari bahwa karya akhir ini tentunya tidak lepas dari kekurangan, baik kualitas maupun kuantitas yang disajikan. Untuk itu kami mohon kritik dan saran guna memberikan hasil dan manfaat yang lebih baik.

Pada akhirnya kami berharap semoga hasil penelitian ini bermanfaat bagi dunia ilmu pengetahuan khususnya ilmu penyakit paru.

Surabaya, 27 April 2020

Penulis

## UCAPAN TERIMAKASIH

Pertama-tama kami panjatkan puji syukur ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat dan karuniaNya sehingga karya akhir dengan judul “**Pengaruh Latihan Jalan terhadap FFM (*Fat-Free Mass*) dan Kualitas Hidup Penderita Penyakit Paru Obstruktif Kronik Stabil**” dapat diselesaikan.

Terima kasih tak terhingga dan penghargaan yang setinggi-tingginya kami ucapkan kepada:

1. Prof. Dr. Mohammad Nasih, SE., M.T., Ak., CMA, Rektor UNAIR yang telah memberikan kami kesempatan untuk mengikuti Program Pendidikan Dokter Spesialis Pulmonologi dan Ilmu Kedokteran Respirasi di FK UNAIR
2. Prof. Dr. Soetoyo, dr. Sp.U(K), Dekan FK UNAIR, yang telah memberikan kami kesempatan untuk mengikuti Program Pendidikan Dokter Spesialis Pulmonologi dan Ilmu Kedokteran Respirasi di FK UNAIR
3. Dr. Joni Wahyuhadi, dr., Sp.BS(K), direktur RSUD Dr. Soetomo, yang telah memberikan kami kesempatan untuk belajar di lingkungan RSUD Dr. Soetomo Surabaya
4. Helmia Hasan, dr. Sp.P(K), M.Pd.Ked, FCCP, FAPSR, Kepala Departemen Pulmonologi dan Ilmu Kedokteran Respirasi dan selaku pembimbing karya akhir saya, yang dengan penuh perhatian telah memberikan dorongan, bimbingan, dan saran di tengah kesibukan beliau.
5. Isnin Anang Marhana, dr., Sp.P(K), FCCP, FISR, FAPSR, Ketua Program Studi Departemen Pulmonologi dan Ilmu Kedokteran Respirasi sekaligus pembimbing akademik saya, yang tidak kenal lelah mendorong dan mengarahkan peserta didiknya untuk dapat menyelesaikan Pendidikan Dokter Spesialis Pulmonologi dan Ilmu Kedokteran Respirasi dengan tepat waktu
6. Prof. Dr. Muhammad Amin, dr., Sp.P(K), Guru Besar Departemen Pulmonologi dan Ilmu Kedokteran Respirasi serta Pembimbing Akademik saya yang telah memberi kesempatan dan bimbingan selama menempuh pendidikan ini.

7. Dr. Daniel Maranatha, dr., Sp.P(K), selaku Koordinator Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Departemen Pulmonologi dan Ilmu Kedokteran Respirasi yang telah memberikan saran selama kami mengikuti pendidikan serta menyelesaikan karya akhir
8. Dr. Soedarsono, dr., Sp.P(K), Koordinator Pelayanan dan Mutu yang banyak memberikan bimbingan selama pendidikan ini.
9. Alfian Nur Rosyid, dr., Sp.P, FAPSR yang telah membimbing dan membantu selama pelaksanaan penelitian di RS Universitas Airlangga.
10. Isnu Pradjoko, dr., Sp.P(K), Winariani Koesoemoprodjo, dr. Sp.P(K), MARS, FCCP, Dr. Laksmi Wulandari, dr. Sp.P(K), FCCP, Dr. Resti Yudhawati, dr., Sp.P(K), FAPSR, Tutik Kusmiati, dr., Sp.P(K), FAPSR, Arief Bakhtiar, dr., Sp.P(K), FAPSR, Prastuti Asta W., dr., Sp.P, FAPSR, Wiwin Is Effendi, dr., Sp.P, FAPSR, Anna Febriani, dr., Sp.P, FAPSR, Ariani Permatasari, dr., Sp.P, FAPSR, Irmu Syafa'ah, dr., Sp.P, FAPSR, Farah Fatmawati, dr., Sp.P, FASPR, yang penuh dedikasi memberi bimbingan selama pendidikan ini.
11. Atika S.Si, M.Kes, pembimbing statistik yang telah sabar membimbing kami dalam menyelesaikan karya akhir ini.
12. Keluarga tercinta, Bapak H.Hambali Manan, Ibu Hj.Hanifah, dan adik-adik tercinta Abdi Zakky Alam, S.H; Fajar Ahmady Haim, dr.Zulistian Nurul Hidayati, Destya Rimbawani S.Si yang telah memberikan kasih sayang dan cinta kasih yang tulus. Terimakasih atas dukungan dan doa yang tak pernah putus demi keberhasilan kami dalam menyelesaikan pendidikan dokter spesialis ini.
13. Ayah dan ibu mertua, Alm.Wahyono dan Susiyam, yang selalu memberikan doa restu dan dukungan kepada kami selama menempuh pendidikan dokter spesialis ini.
14. Suami saya, Doni Marantika,S.Si dan anak tercinta Aulia Zahrata Ramadhani M, Octova Jasmine Mumtaz M dan Muhammad Fatih Fawwaz Marantika yang sabar dan selalu memberikan cinta, kasih sayang, semangat, dukungan dan doa dalam menempuh pendidikan dokter spesialis ini.

15. Teman PPDS saya Shinta karina, dr., Hapsari, dr., Adhari, dr., Risna Ayu,dr., Aryani Prawita Sari, dr., Harley Windo, dr., Nur Marleta Riza, dr., Rena Arusita Maranatha, dr., Sheila Gerhana Darmayanti. dr., Desak Putu Agung Krisdanti, dr., terimakasih atas kebersamaan selama menjalani PPDS, telah menjadi sahabat dan keluarga baru.
16. Segenap perawat dan staf administrasi di lingkungan Departemen Pulmonologi dan Ilmu Kedokteran Respirasi FK UNAIR, terimakasih atas bantuan dan kerjasama selama kami menempuh pendidikan dokter spesialis.
17. Segenap perawat di poli paru RS Universitas Airlangga mba Hana, mba Novi dan lain-lain yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu, terimakasih atas bantuannya.
18. Pasien sampel penelitian saya yang telah bersedia berkorban meluangkan waktunya, dari Bapak/Ibu saya banyak belajar tentang banyak hal.
19. Teman-teman sejawat PPDS yang tergabung dalam keluarga besar Paguyuban PPDS Paru UNAIR, terimakasih atas kebersamaannya selama ini, semoga silaturahmi di antara kita tetap terjalin.
20. Teman-teman dekat saya, the AM group, yang menyemangati saya tanpa kenal lelah.
21. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu oleh kami, yang telah membantu selama pendidikan dan penyusunan karya akhir ini.

Akhir kata dengan segala kerendahan hati, semoga karya akhir ini memberikan manfaat bagi penulis dan bagi dunia pendidikan khususnya bidang Departemen Pulmonologi dan Ilmu Kedokteran Respirasi

Surabaya, 27 April 2020

Penulis

**KARYA AKHIR**

**PENGARUH LATIHAN JALAN TERHADAP FFM (*FAT-FREE MASS*) DAN KUALITAS HIDUP PENDERITA PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIK STABIL**

Peneliti :

**Sakinatus Syarifah, dr.**

TELAH DISETUJUI :

27 April 2020

Pembimbing I :



**Helmia Hasan, dr., Sp.P (K), M.Pd Ked, FCCP**

NIP. 197612062009122002

Pembimbing II :



**Alfian Nur Rosyid, dr., Sp.P**

NIP. 198203292015041001

**PROGRAM PENDIDIKAN DOKTER SPESIALIS-1  
DEPARTEMEN PULMONOLOGI  
DAN ILMU KEDOKTERAN RESPIRASI  
FAKULTAS KEDOKTERAN - UNIVERSITAS AIRLANGGA  
RSUD Dr SOETOMO  
2020**

**PENGARUH LATIHAN JALAN TERHADAP FFM (*FAT-FREE MASS*) DAN KUALITAS HIDUP PENDERITA PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIK STABIL**

**KARYA AKHIR**

**Sakinatus Syarifah, dr**

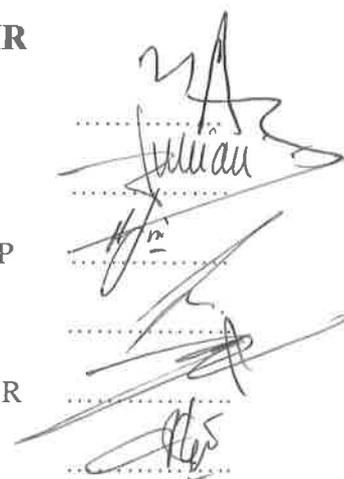
Telah diuji pada tanggal 27 April 2020

Telah dikoreksi sesuai saran dan disetujui oleh :

**PANITIA PENGUJI KARYA AKHIR**

Ketua : Prof. Dr. Muhammad Amin, dr., Sp.P(K)

- Anggota :
1. Winariani K, dr., Sp.P (K), MARS
  2. Helmia Hasan, dr. Sp.P(K), M.Pd.Ked, FCCP
  3. Dr. Resti Yudhawati, dr., Sp.P (K)
  4. Isnin Anang Marhana, dr.SpP(K), FCCP, FISR
  5. Atika SSi, Mkes

The image shows five handwritten signatures, each written over a set of horizontal dotted lines. The signatures are in black ink and appear to be the names of the members of the final project review panel.

**PROGRAM PENDIDIKAN DOKTER SPESIALIS-1  
DEPARTEMEN PULMONOLOGI  
DAN ILMU KEDOKTERAN RESPIRASI  
FAKULTAS KEDOKTERAN - UNIVERSITAS AIRLANGGA  
RSUD Dr SOETOMO  
2020**