

DAFTAR ISI

SAMPUL DEPAN	i
SAMPUL DALAM.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN	iii
HALAMAN PERNYATAAN KEASLIAN KARYA AKHIR	iv
UCAPAN TERIMA KASIH.....	v
RINGKASAN.....	viii
SUMMARY.....	x
ABSTRAK.....	xii
ABSTRACT.....	xiii
DAFTAR ISI.....	xiv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR TABEL.....	xvii
DAFTAR SINGKATAN	xviii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xx
BAB 1 PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang Masalah	1
1.2 Rumusan Masalah.....	3
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.3.1 Tujuan Utama.....	3
1.3.2 Tujuan Khusus	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.4.1 Manfaat Bagi Pelayanan	4
1.4.2 Manfaat Ilmu Pengetahuan	4
1.4.3 Manfaat Bagi Subyek Penelitian.....	4
1.5 Risiko Penelitian dan Antisipasi Risiko.....	4
BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA	
2.1 Gagal Jantung.....	5
2.1.1 Definisi gagal jantung	5
2.1.2 Klasifikasi gagal jantung.....	5
2.1.3 Epidemiologi.....	6
2.1.4 Diagnosis gagal jantung	6
2.1.5 Perubahan sistem kardiovaskular pada gagal jantung yang mempengaruhi toleransi latihan	8
2.1.5.1 Perubahan pada jantung	9
2.1.5.2 Perubahan pada otot rangka dan sistem pernafasan.....	13
2.2 Rehabilitasi Jantung	13
2.2.1 Program rehabilitasi jantung fase I/rawat inap.....	17
2.2.2 Program rehabilitasi jantung fase II/rawat jalan	21
2.2.3 Program rehabilitasi jantung fase III/pemeliharaan	23
2.3 Terapi Latihan Penguatan Otot Pernafasan.....	23
2.3.1 Jenis <i>inspiratory muscle trainer</i>	27
2.3.2 Latihan otot pernafasan dengan <i>Threshold Inspiratory Muscle Training</i>	28
2.3.3 Indikasi dan kontraindikasi <i>Threshold Inspiratory Muscle Training</i>	30
2.3.4 Komplikasi latihan <i>Threshold Inspiratory Muscle Training</i>	30
2.4 Evaluasi Kapasitas Fungsional	30

2.4.1	Konsumsi oksigen puncak.....	31
2.4.2	Uji jalan enam menit	32
BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN		
3.1	Kerangka Konseptual.....	34
3.2	Penjelasan Kerangka Konseptual	35
3.3	Hipotesa Penelitian	36
BAB 4 METODOLOGI PENELITIAN		
4.1	Rancangan Penelitian.....	37
4.2	Populasi, Besar Sampel, dan Teknik Pengambilan Sampel.....	38
4.2.1	Populasi	38
4.2.2	Subyek Penelitian.....	38
4.2.3	Besar Sampel.....	38
4.2.4	Teknik Pengambilan Sampel.....	39
4.3	Kriteria Subyek Penelitian	39
4.3.1	Inklusi.....	39
4.3.2	Eksklusi	40
4.3.3	<i>Drop Out</i>	41
4.4	Variabel Penelitian.....	41
4.4.1	Variabel Bebas	41
4.4.2	Variabel Tergantung.....	41
4.4.3	Variabel Perancu	41
4.5	Definisi Operasional Variabel.....	41
4.6	Instrumen Penelitian	44
4.7	Tempat dan Waktu Penelitian.....	44
4.8	Alur Penelitian	45
4.9	Cara Kerja	46
4.10	Analisis Data.....	48
4.11	Kelaikan Etik	49
4.12	Jadwal dan Biaya Penelitian	50
4.13	Personalia Penelitian.....	50
BAB 5 HASIL PENELITIAN.....		51
5.1	Karakteristik Subjek Penelitian.....	51
5.2	Analisa Kapasitas Fungsional (VO_2 peak) Sebelum dan Setelah Perlakuan	54
BAB 6 PEMBAHASAN.....		57
6.1	Karakteristik Subjek Penelitian.....	57
6.2	Perbedaan Kapasitas Fungsional Sebelum dan Setelah Latihan pada Kelompok Kontrol dan Perlakuan.....	59
6.3	Perbandingan Peningkatan <i>VO₂ peak</i> antara Kelompok Kontrol dan Kelompok Perlakuan Setelah Latihan	60
6.4	Manfaat Temuan Penelitian.....	61
6.5	Keterbatasan Penelitian.....	62
BAB 7 KESIMPULAN DAN SARAN.....		63
7.1	Kesimpulan	63
7.2	Saran.....	63
DAFTAR PUSTAKA		65
LAMPIRAN.....		70

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Hipotesis otot rangka dan pernapasan terhadap gagal jantung	11
Gambar 2.2	Efek terapi latihan pada gagal jantung	29
Gambar 2.3	Penggunaan <i>threshold IMT</i>	31
Gambar 6.1	Alat dan Subjek saat latihan.....	60

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Klasifikasi fungsional berdasarkan kapasitas fungsional menurut <i>New York Heart Association</i>	5
Tabel 2.2 Tanda dan gejala gagal jantung.....	7
Tabel 2.3 Kriteria relatif untuk memulai terapi latihan.....	16
Tabel 2.4 Kontraindikasi relatif dan absolut terapi latihan pada pasien gagal jantung kronik yang stabil.....	16
Tabel 2.5 Fase I: Pedoman aktivitas untuk pasien gagal jantung di unit rawat inap dengan beberapa peningkatan latihan	19
Tabel 2.6 Latihan fisik pasien gagal jantung: kriteria penghentian latihan	20
Tabel 2.7 Ringkasan rehabilitasi jantung pada gagal jantung fase I-IV	23
Tabel 5.1 Karakteristik dan Homogenitas Subyek penelitian.....	55
Tabel 5.2 Nilai VO ₂ peak pada kelompok kontrol dan perlakuan sebelum dan sesudah latihan.....	56
Tabel 5.3 Perbandingan selisih besar peningkatan VO ₂ peak pada kedua kelompok.....	57

DAFTAR SINGKATAN

- ACSM : *American College of Sports Medicine*
- ACCF/AHA : *American College of Cardiology Foundation/American Heart Association*
- IMT : *Inspiratory Muscle Training*
- MIP : *Mean Inspiratory Pressure*
- NYHA : *New York Heart Association*
- PSRJ : *Protokol Standar Rehabilitasi Jantung*
- PPJT : *Pusat Pelayanan Jantung Terpadu*
- 6MWT : *6 Minute Walking Test*
- WHO : *World Health Organisation*

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Informasi Untuk Subjek Penelitian	70
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Subjek Penelitian (<i>Informed Consent</i>)	73
Lampiran 3 Lembar Persetujuan Tindakan Medis	74
Lampiran 4 Lembar Pengunduran Diri Sebagai Subjek Penelitian	75
Lampiran 5 Lembar Pengumpulan Data Dasar Subjek Penelitian.....	76
Lampiran 6 Lembar Pencatatan <i>Threshold</i> Imt Selama Latihan Di RS.....	80
Lampiran 7 Kartu Pengawasan Latihan Treshold IMT Di Rumah	82
Lampiran 8 Lembar Pencatatan Latihan Endurance	85
Lampiran 9 Protokol Uji Jalan Enam Menit (ATS 2002)	87
Lampiran 10 Protokol Latihan Napas Dengan Threshold IMT	89
Lampiran 11 <i>Mini-Mental State Examination</i> (MMSE)	91
Lampiran 12 <i>Rating Of Perceived Breathlessness</i> (RPB).....	93
Lampiran 13 <i>Rating of Perceived Exertion</i> (RPE).....	94
Lampiran 14 Protokol Standar Rehabilitasi Jantung	95
Lampiran 15 Klasifikasi Indeks Massa Tubuh.....	97
Lampiran 16 Protokol Antisipasi Risiko Penelitian Sesak/Distress Napas	98
Lampiran 17 Antisipasi Risiko Penelitian Nyeri Dada, Shock Hipertensi, Henti Jantung	99
Lampiran 18 Antisipasi Risiko Penelitian <i>Unconsciousness</i> / Tidak Sadar	101
Lampiran 19 Antisipasi Risiko Penelitian Mual/Muntah.....	104
Lampiran 20 Antisipasi Risiko Penelitian Nyeri Kepala, Nyeri Lutut, Nyeri Otot.....	105

Lampiran 21 Antisipasi Risiko Penelitian Kejadian Jatuh.....	106
Lampiran 22 <i>Emergency KIT</i>	107
Lampiran 23 Hasil Statistik.....	108
Lampiran 24 Laik Etik.....	116