

**HUBUNGAN KEPATUHAN DALAM MELAKUKAN EXERCISE
MANDIRI DENGAN TINGKAT KEBUGARAN PASIEN *CORONARY
ARTERY DISEASE* DI INSTALASI RAWAT JALAN (POLIKLINIK
JANTUNG) RSUD PROF DR W.Z JOHANNES KOTA KUPANG**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Strata Fisioterapi**



OLEH :

ALEXANDRA YOLAN SETYOWATI BERKANIS

201810490311054

**PROGRAM STUDI S-1 FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

2022



**HUBUNGAN KEPATUHAN DALAM MELAKUKAN EXERCISE
MANDIRI DENGAN TINGKAT KEBUGARAN PASIEN *CORONARY
ARTERY DISEASE* DI INSTALASI RAWAT JALAN (POLIKLINIK
JANTUNG) RSUD PROF DR W.Z JOHANNES KOTA KUPANG**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk memperoleh Gelar Sarjana Fisioterapi**

Oleh :

**Alexandra Yolana S. Berkanis
201810490311054**

**PROGRAM STUDI FISIOTERAPI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG
2022**

LEMBAR PERSETUJUAN

**HUBUNGAN KEPATUHAN DALAM MELAKUKAN EXERCISE
MANDIRI DENGAN TINGKAT KEBUGARAN PASIEN *CORONARY
ARTERY DISEASE* DI INSTALASI RAWAT JALAN (POLIKLINIK
JANTUNG) RSUD PROF DR W.Z JOHANNES KOTA KUPANG**



SKRIPSI

Disusun oleh :

ALEXANDRA YOLAN S. BERKANIS
201810490311054


Pembimbing 1

Pembimbing 2


Nurul Aini Rahmawati, S.Ft., M. Biomed 
NIDN. 0721089501 **Ali Multazam, S.Ft. Physio. M.Sc**
NIDN. 0714049101

Mengetahui
Ketua Program Studi S1 Fisioterapi
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang




Dimas Sondang Irawan, SST.Ft., M.Fis
NIP.UMM.11414100567

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN KEPATUHAN DALAM MELAKUKAN EXERCISE
MANDIRI DENGAN TINGKAT KEBUGARAN PASIEN *CORONARY*
ARTERY DISEASE DI INSTALASI RAWAT JALAN (POLIKLINIK
JANTUNG) RSUD PROF DR W.Z JOHANNES KOTA KUPANG

SKRIPSI

Disusun Oleh :

ALEXANDRA YOLAN S. BERKANIS

201810490311054

Skrripsi ini Telah Disetujui dan Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji
Pada Tanggal 13 Juli 2022

Penguji I

Dr. Yovok Bekti Prasetyo, M.Kep., Sp.Kom
NIDN. 0714097502

Penguji II

Nungki Marlina Y., SST.Ft., M.Kes
NIDN. 0706078706

Penguji III

Nurul Aini Rahmawati, S.Ft., M.Biomed
NIDN. 0721039501

Penguji IV

Ali Multazam, S.Ft., Physio., M.Sc
NIDN. 0714049101

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Malang



Dr. Yovok Bekti Prasetyo, M.Kep., Sp.Kom
NIDN. UMM. 11203090405

SURAT KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertandatangan dibawah ini :

Nama : Alexandra Yolan S. Berkanis

NIM : 201810490311054

Program Studi : S1 Fisioterapi

Judul Skripsi : Hubungan Kepatuhan Dalam Melakukan Exercise Mandiri Dengan Tingkat Kebugaran Pasien *Coronary Artery Disease* Di Instalasi Rawat Jalan (Poliklinik Jantung) Rsud Prof Dr W.Z Johannes Kota Kupang

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis ini benar-benar hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambilan dari tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat bukti bahwa tugas akhir saya adalah plagiasi maka saya akan bersedia menerima sanksi dan perbuatan.

Malang, 22 Maret 2022

Yang Membuat Pernyataan



Alexandra Yolan S. Berkanis

201810490311054

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan ke Tri-tunggal yang Maha Kudus dan Bunda Maria atas berkat sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul **Hubungan Kepatuhan Dalam Melakukan Exercise Mandiri Dengan Tingkat Kebugaran Pasien *Coronary Artery Disease* Di Instalasi Rawat Jalan (Poliklinik Jantung) RSUD Prof Dr W.Z Johannes Kota Kupang** sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar sarjana fisioterapi di Universitas Muhammadiyah Malang.

Dalam proses penyusunan skripsi ini, penulis banyak mendapatkan bimbingan dan petunjuk serta bantuan yang bermanfaat dari berbagai pihak. Oleh karena itu, dalam kesempatan ini penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Dr. Yoyok Bakti Prasetyo, M.Kep., Sp.Kom selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
2. Ibu Nurul Aini Rahmawati, S.Ft., M.Biomed dan Bapak Ali Multazam, S.Ft., Physio., M.Sc selaku Pembimbing I dan Pembimbing II yang telah banyak meluangkan waktu dan pikiran untuk memberikan bimbingan dan arahan yang sangat berguna, hingga penulis dapat menyelesaikan perkuliahan dan skripsi ini dengan baik.
3. Bapak Dimas Sondang Irawan, SST.Ft., M.Fis selaku ketua program studi Fisioterapi Universitas Muhammadiyah Malang yang telah mendukung dan memberi pengarahan sejak awal perkuliahan hingga selesainya skripsi ini.
4. Ayah Appolonaris Tomas Berkanis dan Ibu Aurelia Herna Sri Wahyuti, Adik Angela Aristya Diandra Berkanis, Keluarga Besar Ba'i Michael Berkanis dikiuola dan Kelurga Besar Serafica St. Djuwariyah dimalang yang selalu selalu mendoakan penulis serta curahan kasih sayang yang tiada tara. Hal ini merupakan kekuatan terbesar bagi penulis untuk terus memiliki motivasi dalam perkuliahan dan proses skripsi ini.
5. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu, yang telah banyak memberikan bantuan pada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari tiada satupun karya manusia yang sempurna, sehingga kritik dan saran demi perbaikan karya ini sangat penulis harapkan. Meski demikian, penulis berharap semoga ini dapat bermanfaat bagi peneliti khususnya dan pembaca pada umumnya.

Malang, 22 Maret 2022

Alexandra Yolana S. Berkanis

**Hubungan kepatuhan Dalam Melakukan Exercise Mandiri Dengan Tingkat
Kebugaran Pasien *Coronary Artery Disease* Di Instalasi Rawat Jalan (Poliklinik Jantung)**

RSUD PROF DR W.Z Johannes Kota Kupang

Alexandra Yolana Setyowati Berkanis¹, Nurul Aini Rahmawati², Ali Multazam²

Program Studi S-1 Fisioterapi, Fakultas Ilmu Kesehatan,

Universitas Muhammadiyah Malang

Korespondensi : yolanberkanis38@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : *Coronary Artery Disease* (CAD) merupakan suatu gangguan fungsi jantung yang disebabkan karena otot miokard kekurangan suplai darah akibat adanya penyempitan arteri koroner dan tersumbatnya pembuluh darah jantung. Menurut data WHO tahun 2016 CAD masih menjadi penyebab utama kematian di negara-negara Asia. Untuk wilayah Asia Tenggara ditemukan 3,5 juta kematian penyakit CAD, 52% diantaranya disebabkan oleh penyakit infark miokard. Kejadian Penyakit Jantung di negara berkembang seperti Indonesia tingkat kejadian terus meningkat setiap tahun. Hasil survei dari Riset Kesehatan Dasar tahun 2013 menunjukkan prevalensi penyakit jantung koroner di Indonesia berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan dan gejala adalah sebesar 1,5% atau diperkirakan sekitar 2.650.340 orang.

Tujuan penelitian : Untuk mengetahui Hubungan tingkat kepatuhan dalam melakukan *exercise* mandiri dengan tingkat kebugaran Pasien CAD di Instalasi Rawat Jalan RSUD Prof Dr W.Z Johannes. Rancangan penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien CAD di Instalasi Rawat Jantung RSUD Prof DR W.Z. Johannes Kupang yang melakukan *exercise* mandiri di rumah dengan jumlah 30 pasien CAD.

Metode Penelitian : Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah teknik *non probability sampling* yakni *accidental sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah pasien CAD di Instalasi Rawat Jantung RSUD Prof DR W.Z. Johannes Kupang yang diberikan dosis untuk melakukan *exercise* mandiri di rumah dengan jumlah 35 pasien CAD sesuai kriteria inklusi. Analisis hasil penelitian ini menggunakan *uji korelasi Spearman* apabila data tidak berdistribusi normal dan menggunakan *uji korelasi Pearson* apabila data berdistribusi normal.

Hasil Penelitian : Berdasarkan nilai korelasi spearman rho menunjukkan p-value: 0.013 (p-value < α :0.05) yang berarti ada hubungan kepatuhan melakukan *exercise* mandiri dengan tingkat kebugaran pasien CAD di instalasi Rawat Jalan (Poliklinik Jantung) RSUD Prof. Dr. W.Z. Johannes. Nilai *correlation coefficient* (nilai R) menunjukkan 0,416 yang berarti keeratan hubungan kepatuhan melakukan *exercise* mandiri dengan tingkat kebugaran pasien CAD pada kategori korelasi lemah. Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi bagi pasien sebagai langkah preventif dan rehabilitative khususnya *exercise* mandiri bagi kebugaran fisik.

Kata Kunci : *Kepatuhan, Exercise Mandiri, Kebugaran*

¹Mahasiswa Program Studi Fisioterapi, Universitas Muhammadiyah Malang

²Dosen Program Studi Fisioterapi, Universitas Muhammadiyah Malang

The Relationship of Obedience in Performing Independent Exercises with the Fitness Level of Coronary Artery Disease at the Outpatient Installation (Cardiac Polyclinic) RSUD PROF DR W. Z Johannes Kupang City

Alexandra Yolana Setyowati Berkanis¹, Nurul Aini Rahmawati², Ali Multazam² S-1 Physiotherapy Study Program, Faculty of Health Sciences, University of Muhammadiyah Malang
Correspondence : yolanberkanis38@gmail.com

ABSTRACT

Background: Coronary Artery Disease (CAD) is a heart function disorder caused by a lack of blood supply to the myocardium due to narrowing of the coronary arteries and blockage of the coronary arteries. According to WHO data in 2016 CAD is still the main cause of death in Asian countries. For the Southeast Asian region, 3.5 million deaths CAD were found, 52% of which were caused by myocardial infarction. The incidence of heart disease in developing countries such as Indonesia, the incidence rate continues to increase every year. The survey results from Basic Health Research in 2013 showed the prevalence of coronary heart disease in Indonesia based on the diagnosis of health workers and symptoms was 1.5% or an estimated 2,650,340 people.

The purpose of the study: To determine the relationship between the level of compliance in performing exercise with the fitness level of CAD patients in the Outpatient Installation of Prof. Dr. WZ Johannes Hospital. The research design used is descriptive analytic with a cross sectional. The population in this study were CAD patients at the Cardiac Care Installation at Prof DR WZ Johannes Kupang Hospital who did exercise at home with a total of 30 CAD patients.

Research Methods: The sampling technique used in this study is a non-probability sampling technique, namely accidental sampling. The population in this study were CAD patients at the Cardiac Care Installation of Prof. DR WZ Johannes Kupang Hospital who were given a dose to do exercise at home with a total of 35 CAD patients according to the inclusion criteria. Analysis of the results of this study using the Spearman correlation test if the data is not normally distributed and using the Pearson correlation test if the data is normally distributed.

Research Results: Based on the Spearman Rho correlation value, it shows p-value: 0.013 (p-value < α : 0.05) which means that there is a relationship between adherence to self-exercise and the fitness level of CAD patients in the Outpatient Installation (Cardiac Polyclinic) RSUD Prof. Dr. WZ Johannes. The correlation coefficient value (R value) shows 0.416, which means that there is a close relationship between adherence to self-exercise and the fitness level of Coronary Artery Disease patients in the weak correlation category. The results of this study can provide information for patients as preventive and rehabilitative measures, especially independent exercise for physical fitness.

Keywords: Compliance, Independent Exercise, Fitness

¹Student of Physiotherapy Study Program, University of Muhammadiyah Malang ,

²Lecturer of Physiotherapy Study Program, University of Muhammadiyah Malang

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
SURAT KEASLIAN PENELITIAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR BAGAN	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	9
A. Jantung	9
B. <i>Coronary Artery Disease</i> (CAD)	15
C. Fisioterapi Pada CAD	22
BAB III KERANGKA BERPIKIR, KONSEP, DAN HIPOTESIS	33
A. Kerangka Berpikir	33
B. Hipotesis	34
BAB IV METODE PENELITIAN	35
A. Metode Penelitian	35
B. Populasi, Sampel, dan Sampling	35
C. Definisi Operasional	36
D. Tempat Penelitian	37
E. Waktu Penelitian	37
F. Prosedur Pengumpulan Data	37
G. Etika Penelitian	40
H. Rencana Analisis Data	40
BAB V HASIL PENELITIAN	43
A. Karakteristik Responden	43
BAB VI PEMBAHASAN	50
A. Tingkat kepatuhan melakukan exercise mandiri pada Pasien CAD di Instalasi Rawat Jalan (Poliklinik Jantung) RSUD Prof Dr W.Z Johannes	50
B. Mengidentifikasi tingkat kebugaran Pasien CAD di Instalasi Rawat Jalan (Poliklinik Jantung) RSUD Prof Dr W.Z Johannes	53
C. Menganalisa hubungan kepatuhan melakukan exercise mandiri dengan tingkat kebugaran Pasien CAD di Instalasi Rawat Jalan (Poliklinik Jantung) RSUD Prof Dr W.Z Johannes	53
BAB VII KESIMPULAN DAN SARAN	58
A. Kesimpulan	58
B. Saran	58
DAFTAR PUSTAKA	60

DAFTAR TABEL

Tabel 1.5 Keaslian Penelitian	5
Tabel 2.1 Skala Borg CR	24
Tabel 2.2 Kuisoner MMAS-8	31
Tabel 4.3 Definisi Operasional Variabel.....	37
Tabel 4.8 Kriteria Koefisien Korelasi	42
Tabel 5.1 Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin pasien CAD di poliklinik jantung RSUD Prof DR W.Z Johannes Kupang	43
Tabel 5.2 Karakteristik responden berdasarkan usia pasien CAD di poliklinik jantung RSUD Prof DR W.Z Johannes Kupang	43
Tabel 5.3 Karakteristik responden berdasarkan Pendidikan pasien CAD di poliklinik jantung RSUD Prof DR W.Z Johannes Kupang	44
Tabel 5.4 Karakteristik responden berdasarkan Pekerjaan pasien CAD di poliklinik jantung RSUD Prof DR W.Z Johannes Kupang	44
Tabel 5.5 Karakteristik responden berdasarkan lama melakukan <i>exercise</i> mandiri pasien CAD di poliklinik jantung RSUD Prof DR W.Z Johannes Kupang	45
Tabel 5.6 Karakteristik responden berdasarkan melakukan <i>breathing exercise</i> mandiri pasien CAD di poliklinik jantung RSUD Prof DR W.Z Johannes Kupang	45
Tabel 5.7 Karakteristik responden berdasarkan lama melakukan <i>breathing exercise</i> mandiri pasien CAD di poliklinik jantung RSUD Prof DR W.Z Johannes Kupang	46
Tabel 5.8 Karakteristik responden berdasarkan lama menderita penyakit CAD di poliklinik jantung RSUD Prof DR W.Z Johannes Kupang	46
Tabel 5.9 Tingkat Kepatuhan melakukan <i>exercise</i> mandiri pada pasien CAD di poliklinik jantung RSUD Prof DR W.Z Johannes Kupang	46
Tabel 5.10 Tingkat kebugaran pasien CAD di poliklinik jantung RSUD Prof DR W.Z Johannes Kupang	47
Tabel 5.11 Uji Normalitas hubungan kepatuhan melakukan <i>exercise</i> mandiri dengan tingkat kebugaran pasien CAD di instalasi rawat jalan (Poliklinik Jantung) RSUD Prof DR W.Z Johannes	47
Tabel 5.12 Hasil Uji statistic <i>Spearman Rho</i> hubungan tingkat kepatuhan melakukan <i>exercise</i> mandiri dengan tingkat kebugaran pasien CAD di Instalasi Rawat jalan (Poliklinik Jantung) RSUD Prof DR W.Z Johannes	48

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Struktur Anatomi Jantung Bagian Dalam 9



DAFTAR BAGAN

Bagan 3.1 Kerangka Berpikir 33

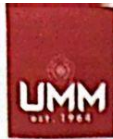


DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Surat Studi Ijin Pendahuluan	64
Lampiran 2. Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	65
Lampiran 3. Surat Pernyataan Persetujuan Menjadi Responden	66
Lampiran 4. Data SPSS	67
Lampiran 5. Dokumentasi Penelitian	69
Lampiran 6. Surat Plagiasi	
Lampiran 7. Surat Etik Penelitian.....	
Lampiran 8. <i>Curriculum Vitae</i>	



Lampiran 6 Surat Plagiasi



UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG



FAKULTAS ILMU KESEHATAN

FISIOTERAPI
fisioterapi.umm.ac.id | fisioterapi@umm.ac.id

HASIL DETEKSI PLAGIASI

Berdasarkan hasil tes deteksi plagiasi yang telah dilakukan oleh Program Studi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang, pada karya ilmiah mahasiswa di bawah ini :

Nama : Alexandra Yolani Setyowati Berkanis
NIM : 201810490311054
Program Studi : S1 Fisioterapi
Judul Naskah : Hubungan Kepatuhan Dalam Melakukan Exercise Mandiri Dengan Tingkat Kebugaran Pasien Coronary Artery Disease Di Instalasi Rawat Jalan (Poliklinik Jantung) Rsud Prof Dr W.Z Johannes Kota Kupang

Jenis Naskah : Skripsi
Keperluan : Mengikuti ujian seminar hasil skripsi
Hasilnya dinyatakan : memenuhi syarat

No	Jenis Naskah	Maksimum Kesamaan	Hasil Deteksi
1	Bab 1 (Pendahuluan)	10%	10%
2	Bab 2 (Tinjauan Pustaka)	25%	18%
3	Bab 3 & 4 (Kerangka konsep & metodologi)	35%	33%
4	Bab 5 & 6 (Hasil & Pembahasan)	13%	15%
5	Bab 7 (Kesimpulan & Saran)	5%	10%

Keputusannya : Dapat melaksanakan seminar hasil skripsi

Malang, 8 Juli 2022
Tim Deteksi Plagiasi Prodi Fisioterapi
FIKES UMM



Nurul Aini Rahmawati, S.Ft., M.Biomed
NIP UMM: 180321081995



Kampus I
Jl. Bandung 1 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 551 253 (Hunting)
F. +62 341 460 435

Kampus II
Jl. Bendungan Sutarni No 188 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 551 140 (Hunting)
F. +62 341 582 060

Kampus III
Jl. Raya Tlogomas No 246 Malang, Jawa Timur
P. +62 341 464 318 (Hunting)
F. +62 341 460 435
E. webmaster@umm.ac.id