



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/won/article/view/won3204>

Tingkat Kualitas Hidup Pasien Setelah IMA dengan Menjalani Program Rehabilitasi Jantung Berbasis Latihan (*Literature review*)

Safitri Ulandari¹, Nurwahyuni Munir², Wa Ode Sri Asnaniar³

^{1,2,3}Ilmu Keperawatan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

Email penulis respondensi^(K): safitriulandari300@gmail.com¹

ayurifan@yahoo.com², waode.sriasnaniar@umi.ac.id³

(082293437866)

ABSTRAK

Cardiac Rehabilitation (CR) terutama dirancang untuk menanggulangi bebas fisiologi serta psikologis penyakit jantung. Tujuan utama rehabilitasi jantung yaitu untuk memaksimalkan fungsi fisik, dan untuk meningkatkan kualitas hidup mereka serta dapat mengurangi kekambuhan kejadian utama jantung serta serebrovaskular. Tujuan dari penelitian ini adalah melakukan *literature review* untuk mengetahui tingkat kualitas hidup pada penderita setelah IMA dengan menjalani rehabilitasi jantung berbasis latihan. Desain penelitian ini menggunakan metode *literature review*, dengan pencarian yang dipublikasikan pada tahun 2010-2020 melalui media elektronik *pubmed*, *proquest*, dan *science direct*, dengan keywords “*Exercise Cardiac Rehabilitation*”, “*Myocardial Infarction*”, dan “*Quality of Life*” dengan *filter full text*, *open acces*, dan berdasarkan *subjek keywords* didapatkan 1.250 jurnal. Hasil yang termasuk pada kriteria inklusi dan eksklusi diperoleh ada 9 artikel penelitian dengan menggunakan metode *quasy experiment*, *cohort prospective* dan *restropektive*, *pre experiment*, *non equivalent*, *true experiment*. Pada 9 artikel penelitian menyimpulkan bahwa adanya peningkatan kualitas hidup yang terjadi pada pasien setelah IMA yang mengikuti rehabilitasi jantung berbasis latihan, dengan jangka waktu yang berbeda-beda. Kesimpulan dari penelitian ini adalah Rehabilitasi jantung yang menggunakan *exercise* atau latihan fisik dapat meningkatkan kualitas hidup pasien dengan lebih baik, rehabilitasi jantung dinilai dalam beberapa tahap dan dalam waktu yang ditentukan sesuai dengan gejala yang dialami pasien. beberapa penelitian sebelumnya mengalami keterhambatan karena alat yang digunakan pada rehabilitasi jantung kurang, maka dari itu rehabilitasi jantung juga dapat dilakukan di rumah sakit atau dirumah dengan beberapa latihan fisik ringan yang disarankan oleh ahli dan dalam pengawasan langsung.

Kata Kunci : *Exercise cardiac rehabilitation; myocardial Infarction; quality of life.*

PUBLISHED BY :

Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal
Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI

Address :

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)
Makassar, Sulawesi Selatan.

Email

jurnal.won@umi.ac.id

Phone :

+62 85242002916

Article history :

Received 15 Agustus 2022

Received in revised form 16 Agustus 2022

Accepted 07 November 2022

Available online 30 Desember 2022

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



ABSTRACT

Cardiac Rehabilitation (CR) is primarily designed to treat the physiology and psychology of heart disease. The main goal of cardiac rehabilitation is to maximize physical function, and to improve their quality of life and reduce the recurrence of major cardiac and cerebrovascular events. The purpose of this study was to conduct a literature review to determine the level of quality of life in patients after AMI by undergoing exercise-based cardiac rehabilitation. This research design uses a literature review method, with searches published in 2010-2020 through electronic media pubmed, proquest, and science direct, with the keywords "Exercise Cardiac Rehabilitation", "Myocardial Infarction", and "Quality of Life" with a full filter. text, open access, and based on subject keywords. The results obtained were 9 research articles using the quasi-experimental method, cohort prospective and retrospective, pre-experimental, non-equivalent, true experimental. The 9 research articles concluded that there was an improvement in the quality of life that occurred in patients after AMI who followed exercise-based cardiac rehabilitation, with different durations. The conclusion of this study is cardiac rehabilitation using exercise or physical exercise can improve the patient's quality of life better, cardiac rehabilitation is assessed in several stages and within a specified time according to the symptoms experienced by the patient. some previous studies were hampered because the equipment used in cardiac rehabilitation was lacking, therefore cardiac rehabilitation can also be done in the hospital or at home with some light physical exercise recommended by experts and under direct supervision.

Keywords : Exercise cardiac rehabilitation; Myocardial Infarction; Quality of life.

PENDAHULUAN

Penyakit kardiovaskular atau *Cardiovascular disease* (CVD) merupakan pemicu utama kematian diseluruh dunia 30%(16, 7 juta) dari total kematian secara global¹, dislipidemia, tekanan darah tinggi, obesitas, diabetes, merokok, stress psikososial, minimnya mengkonsumsi buah dan sayur, mengkonsumsi alkohol, serta kegiatan fisik yang kurang adalah faktor utama infark miokard² dan Infark miokard akut (IMA) ini juga bisa menimbulkan kecatatan substansial serta menjadi pemicu kematian.³

Berdasarkan riset data *World Health Organization* (WHO), pada tahun 2016 diperkirakan 17,9 juta orang meninggal dikarenakan penyakit jantung atau *Cardiovascular disease* (CVD) mewakili sekitar 31% kematian dunia. Dari 17,9 juta kematian penyakit jantung di bawah usia 70 tahun, penyakit kardiovaskular ini dapat dicegah dengan cara mengatasi beberapa factor risiko yang muncul dan penyakit kardiovaskular ini juga dapat memiliki resiko ketika adanya penyakit bawaan seperti hipertensi, diabetes militus, dan hiperlipidemia.⁴ Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) pada tahun 2018 jumlah penyakit jantung di Indonesia adalah 1,017.290 orang dengan jenis kelamin laki-laki dengan jumlah 510.714 orang dan jenis kelamin perempuan dengan jumlah 506.576 oran. Di Indonesia penderita penyakit jantung dengan rata-rata usia mulai 25-65+ tahun.⁵

Rehabilitasi Jantung atau *Cardiac Rehabilitation* (CR) berbasis latihan memainkan kedudukan penting dalam manajemen klinis penyakit kardiovaskular⁶, serta pula dalam pengelolaan resiko serta prognosis untuk penderita setelah infark² dan jumlah kegiatan untuk memastikan penderita memperoleh keadaan fisik, mental, serta sosial yang baik. *Cardiac Rehabilitation* (CR) terutama dirancang untuk menanggulangi bebas fisiologi serta psikologis penyakit jantung. Tujuan utama rehabilitasi jantung yaitu untuk memaksimalkan fungsi fisik, dan untuk meningkatkan kualitas hidup mereka serta dapat mengurangi kekambuhan kejadian utama jantung serta serebrovaskular.⁷

Dalam rehabilitasi jantung tradisional, itu diutamakan pada peningkatan status fisiologis serta daya tahan latihan bimbingan dan memodifikasi faktor efek pada *Cardiovascular Disease* (CVD) dalam kondisi

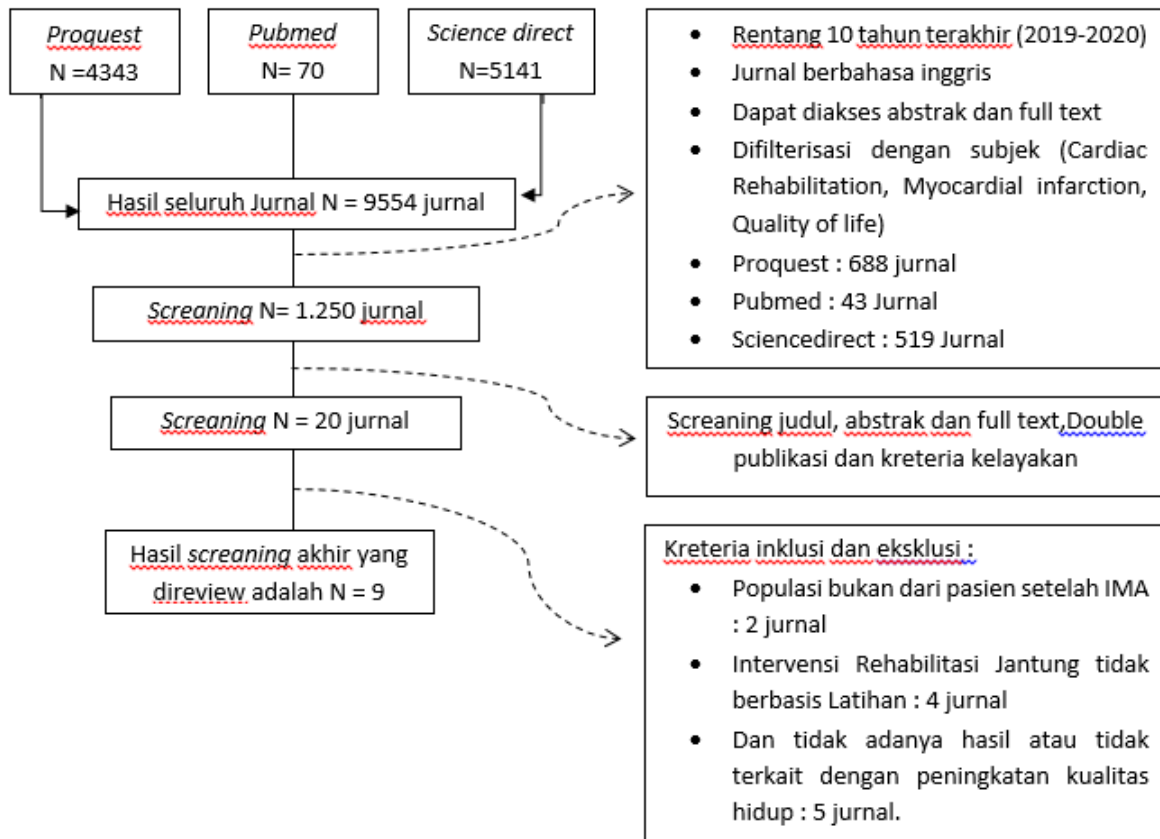
Quality of Life (QOL) penderita.⁸ Hubungan kualitas hidup dengan kesehatan merupakan salah satu ukuran penting yang menjadikan prediktor kuat dari kematian ataupun perawatan di Rumah sakit pada penyakit dengan arteri koronaria. Dikarenakan hal ini AHA (*American Heart Association*) menganjurkan Health Related Quality of Life (HRQoL) adalah ukuran penting kesehatan pada pasien dengan kardiovaskuler.⁹

Dalam penelitian byung joo lee temuan yang paling signifikan adalah bahwa aspek mental pada kualitas hidup meningkat setelah adanya partisipasi dalam *Cardiac Rehabilitation* (CR)¹⁰ meskipun manfaat *Cardiac Rehabilitation* pada pasien infark miokard dan operasi *bypass* telah banyak di akui secara luas, partisipasi dan kepatuhan terhadap *Cardiac Rehabilitation* kurang optimal. Adapun beberapa dari mereka yang telah memenuhi syarat untuk dirujuk untuk mengikuti *Cardiac Rehabilitation* (CR) , hanya sepertiga dari mereka yang benar-benar menghadiri *Cardiac Rehabilitation*.¹¹

Berdasarkan permasalahan diatas penulis merasa bahwa perlu di lakukan *literature review* untuk dapat memastikan adanya Tingkat Kualitas Hidup pada Pasien Infark Miokard Akut (IMA) dengan menjalani program Rehabilitasi Jantung berbasis latihan. Maka dari itu dapat di rumuskan penelitian sebagai berikut “*Literatur Review* :Tingkat Kualitas Hidup pada Pasien Infark Miokard Akut (IMA) dengan menjalani program Rehabilitasi Jantung berbasis latihan“

METODE

Metode pada penelitian ini menggunakan metode *literature review*, dengan pencarian yang dipublikasikan pada tahun 2010-2020 melalui media elektronik *pubmed*, *proquest*, dan *science direct*, dengan keywords “*Exercise Cardiac Rehabilitation*” , “*Myocardial Infarction*” , dan “*Quality of Life*” dengan *filter full text*, *open acces*, dan berdasarkan *subjek keywords*. Hasil yang diperoleh ada 9 artikel penelitian dengan menggunakan metode *quasy experiment* , *cohort prospective* dan *restropektive*, *pre experimen*, *non equivalent*, *true experimen*. Pada 9 artikel penelitian menyimpulkan bahwa adanya peningkatan kualitas hidup yang terjadi pada pasien setelah IMA yang mengikuti rehabilitasi jantung berbasis latihan, dengan jangka waktu yang berbeda-beda.



Gambar 1. Prisma Flow

HASIL

Setelah melakukan pencarian artikel berdasarkan seleksi dari kriteria inklusi dan eksklusi pada beberapa hasil jurnal yang banyak membahas tentang kualitas hidup pada pasien infark miokard akut dengan mengikuti rehabilitasi jantung berbasis latihan, ditemukan 9 jurnal yang dapat dianalisa. Penelitian dalam jurnal tersebut menunjukkan adanya penelitian kelompok kontrol dan kelompok intervensi, 9 jurnal tersebut menggunakan metode penelitian seperti *Quasi Eksperimen* dengan pendekatan *time series design*, *cohort prospective*, *Quasi Eksperimen pre-post*, *cohort restropective*, *Pre-Eksperimen* dengan pendekatan *intac group compration*, *Quasi Eksperimental* dengan pendekatan *Non-Equivalent control group design*, dan *True Eksperimen* dengan pendekatan *Post Test Only Control Group Design*.

Teknik dalam pemilihan sampel untuk sebagian besar menggunakan *Simpel randomized sampling* dan *purposive sampling*. Pada jurnal "*Effect Of Exercise-based Cardiac Rehabilitation on Clinical Outcomes in Patients With Myocardial Infarction in The Absence of Obstructive Coronary Artery Disease (MINOCA)*" menggunakan intervensi pelatihan berbasis latihan MCT, intervensi ini meliputi 47 menit dalam 3x seminggu dengan intensitas 65%-75% dengan 5 menit pemanasan, 37 menit bersepeda atau lari dengan intensitas sedang, 5 menit pendinginan, dan penelitian ini juga menggunakan SF-36 untuk mengukur tingkat kualitas hidup pasien.

Dari Sembilan jurnal yang direview peningkatan kualitas hidup pasien dinilai dari setiap jenis

intervensi dan tahap yang dilalui pasien dengan jangka waktu yang berbeda-beda, intervensi yang diberikan pada pasien dilakukan dalam pengawasan dan rekomendasi dari ahli jantung, serta adanya kolaborasi dari ahli gizi, selain dari rehabilitasi jantung berbasis latihan dengan aktifitas pasien, ada beberapa penelitian yang menggunakan intervensi dalam pengukuran kecemasan dan tingkat stress, hal ini dikarenakan adanya pengaruh pada peningkatan kualitas hidup pasien.

Tabel 1. Hasil pencarian jurnal

No	Autor	Judul	Negara	Metode	Instrument	Hasil
1	He,zhu,zhu, dkk (2020)	<i>Effect of exercise cardiac rehabilitation on clinical outcomes in patients with myocardial infarction in the absence of obstructive coronary artery disease (MINOCA)</i>	Ireland	Cohort prospective	CRP, Qusioner SF-36	Survey SF-36 menunjukkan peningkatan kualitas hidup pada kelompok CR+ dibandingkan kelompok CR- (p.b.0,01)
2	Hurdus, munyombwe, dondo, dkk (2020)	<i>Association of cardiac rehabilitation and health-related quality of life following acute myocardial infarction</i>	England	Cohort prospective	Qusioner EQ-5D-3L CRP	Pasien rehabilitasi jantung menunjukkan skor HRQoL meningkat lebih tinggi pada 30 hari intervensi
3	Lee, go, kim, dkk (2017)	<i>Quality of life and physical ability changes after hospital-based cardiac rehabilitation in patients with myocardial infarction</i>	South korea	Quasi eksperimen time series design	ETT, CRP, qusioner SF-36	Hasil SF-36 untuk grub CR menunjukkan adanya peningkatan kualitas hidup pada setiap kategori (P<0,05)
4	Saeidi dan mustavavi (2013)	<i>Effect of a comprehensive cardiac rehabilitation program quality of life in patients with coronary disease</i>	Iran	Quasi eksperimen pre-post	Diet jantung, CRP, qusioner SF-36	Hasil menunjukkan adanya hasil peningkatan SF-36 pada kualitas hidup pasien.
5	Peixoto, bagot, bolzan, dkk (2015)	<i>Early exercise-based rehabilitation improves health-related quality of life and functional capacity after acute myocardial infarction; randomized controlled trial</i>	canada	Pre-eksperimen intac group comparison	Tahap I mobilisasi dini, tahap II latihan progresif, Macnew Qusioner, 6MWT	Skor global HRQoL pada kelompok IG mengalami peningkatan dibandingkan CG setelah keluar (P<0,001)
6	Ancha, hassali, lim, dkk (2017)	<i>Health related quality of life assessment in acute coronary syndrome patients; the effectiveness of</i>	England	Quasi eksperimen pre-post non-equivalen	Fase I dan Fase II rehabilitasi jantung, qusioner SF-	Hasil peningkatan presentase tertinggi pada peran fisik, vitalitas, dan social.

		<i>early phase I cardiac rehabilitation</i>		nt group comprasi on design	36	
7	Chen,chen,tu,dkk (2014)	<i>Benefits of exercise training and the correlation between aerobic capacity and functional outcomes and quality of life in elderly patients with coronary artery disease</i>	Taiwan	Pre eksperimen intac group comprasi on	CRP, dan quisioner SF-36, 6MWT	Adanya peningkatan yang signifikan dalam mobilitas fungsional
8	Khalife,dorri dan shafiee (2015)	<i>The effect of cardiac rehabilitation on quality of life in patients with acute coronary syndrome</i>	Iran	Prospective true eksperimen pre-post control group	CR tahap I dan II wawancara,observasi,dan quisioner SF-36	Domain pada kualitas hidup meningkat secara signifikan setelah intervensi (P<0,05)
9	Azimi,miller, hajiesmaeli, dkk (2016)	<i>Cardiac rehabilitation using family centered empowerment model versus home-based cardiac rehabilitation in patients with myocardial infraction; randomized controlled trial</i>	England	True eksperimen test only control group	CR IV tahap yang dilakukan, quisioner FCEM, quisioner SF-36	Pada kelompok FCEM menunjukkan hasil peningkatan kualitas hidup yang signifikan (P<0,0001)

PEMBAHASAN

Rehabilitasi jantung adalah model penanganan penyakit kronis rawat jalan untuk pencegahan sekunder. pasien yang berpartisipasi dalam Cardiac Rehabilitation cenderung memiliki kualitas hidup yang lebih tinggi dan penanda kesehatan mental yang lebih baik seperti dimulainya kembali pekerjaan dan lebih sedikit stress dan kecemasan¹, rehabilitasi jantung dapat membantu dalam peningkatan kualitas hidup pasien.², beberapa penelitian menggunakan program latihan mobilisasi dini dan tahap II program progresif tanpa pengawasan¹². Adapun Diet tahap II yang didampingi dalam pengawasan ahli gizi, tes latihan gejala terbatas dan menggunakan treadmill⁸, pada cardiac rehabilitation juga menggunakan tahap I dan II selama 5 hari berturut-turut dan 4 minggu berturut-turut dengan pengawasan para ahli¹³. Pendidikan pasien tentang prinsip-prinsip rehabilitasi dan kecenderungan bertahap untuk melanjutkan aktivitas dapat mengakibatkan kualitas hidup mereka dan mencegah komplikasi yang diakibatkan oleh pengetahuan yang tidak memadai dan ketidakpatuhan dalam melakukan aktivitas yang sesuai dalam periode pemulihan setelah pulang.² Hal ini sejalan dengan penelitian yang menyatakan bahwa adanya peningkatan pada kualitas hidup pasien dengan menggunakan metode *Exercise Tolerance Testing* (ETT) yang dapat meningkatkan kualitas hidup pasien¹⁰ penelitian lain menunjukkan metode TUG dapat meningkatkan kualitas hidup pasien dengan adanya peningkatan dalam mobilitas fungsional dalam beberapa kelompok pelatihan olahraga¹⁴.

Dari Sembilan jurnal yang telah dianalisis *literature review*, jurnal yang efektif yaitu jurnal internasional ke tiga, ke lima, dan ke tujuh. Pada ketiga jurnal tersebut memiliki *cardiac rehabilitation*

berbasis latihan (*exercise*) yang sangat spesifik dengan jangka waktu yang sangat disiplin untuk diterapkan dan dilakukan oleh beberapa pasien setelah mengalami *myocardial infarction acute*, seperti pada latihan ETT (*Exercise Tes Tolerance*), TUG (*Time Up Go*), dan latihan progresif yang dilakukan 2 tahap dalam 3 periode yang teratur, dan pada hasil penelitian dari ketiga jurnal ini menunjukkan adanya peningkatan kualitas hidup pada pasien setelah *Myocardial Infarction* dalam mengikuti *cardiac rehabilitation* berbasis latihan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan beberapa jurnal yang telah di analisa dengan *literature review* dapat disimpulkan bahwa *exercise cardiac rehabilitation* atau rehabilitasi jantung berbasis latihan terbukti dapat meningkatkan kualitas hidup pasien dengan lebih baik, rehabilitasi jantung dinilai dalam beberapa tahap dan dalam waktu yang ditentukan sesuai dengan gejala yang dialami pasien. dan ada beberapa penelitian sebelumnya mengalami keterhambatan karena alat yang digunakan pada rehabilitasi jantung kurang, maka dari itu rehabilitasi jantung juga dapat dilakukan di rumah sakit atau dirumah dengan beberapa latihan fisik ringan yang di sarankan oleh ahli dan dalam pengawasan langsung dan pengawasan yang dapat dikontrol kembali.

DAFTAR PUSTAKA

1. Maddison R, Rawstorn JC, Rolleston A, Whittaker R, Stewart R, Benatar J, et al. The remote exercise monitoring trial for exercise-based cardiac rehabilitation (REMOTE-CR): A randomised controlled trial protocol. *BMC Public Health*. 2014;14(1):1–9.
2. Hu Y, Li L, Wang T, Liu Y, Zhan X, Han S, et al. Comparison of cardiac rehabilitation (exercise + education), exercise only, and usual care for patients with coronary artery disease: A non-randomized retrospective analysis. *Pharmacol Res Perspect*. 2021;9(1):1–14.
3. Larsen KKJÆR, Vestergaard M, Ndergaard JSØ, Christensen BO. Rehabilitation status three months after first-time myocardial infarction. *Scand J Prim Health Care*. 2011;29(September):210–5.
4. World Health Organization. Country and regional data on cardiovascular-diseases. 2016.
5. Kementrian Kesehatan RI. Laporan Nasional RISKESDAS 2018. 2018;146–9.
6. He C, Zhu C, Zhu Y, Zou Z, Wang S, Zhai C, et al. Effect of exercise-based cardiac rehabilitation on clinical outcomes in patients with myocardial infarction in the absence of obstructive coronary artery disease (MINOCA). *Int J Cardiol*. 2020;315:9–14.
7. Anchah L, Hassali MA, Siaw M, Lim H, Izham M, Ibrahim M, et al. Health related quality of life assessment in acute coronary syndrome patients : the effectiveness of early phase I cardiac rehabilitation. *Health Qual Life Outcomes*. 2017;15:1–15.
8. Saeidi M, Mostafavi S, Heidari H, Masoudi S. Effects of a comprehensive cardiac rehabilitation program on quality of life in patients with coronary artery disease. *ARYA Atheroscler*. 2013;9(3):179–85.
9. Lee Y, Kim RB, Lee HJ, Kim K, Shin M, Park H, et al. Relationships among medication adherence , lifestyle modification , and health-related quality of life in patients with acute myocardial infarction : a cross-sectional study. *Health Qual Life Outcomes*. 2018;16:1–8.

10. Lee BJ, Go JY, Kim AR, Chun SM, Park M, Yang DH, et al. Quality of life and physical ability changes after hospital-based cardiac Rehabilitation in patients with myocardial infarction. *Ann Rehabil Med.* 2017;41(1):121–8.
11. Kweon S, Sohn MK, Jeong JO, Kim S, Jeon H, Lee H, et al. Quality of life and awareness of cardiac rehabilitation program in people with cardiovascular diseases. *Ann Rehabil Med.* 2017;41(2):248–56.
12. Peixoto TCA, Begot I, Bolzan DW, Machado L, Reis MS, Papa V, et al. Early Exercise-Based Rehabilitation Improves Health-Related Quality of Life and Functional Capacity After Acute Myocardial Infarction : A Randomized Controlled Trial. *Can J Cardiol.* 2015;31(3):308–13.
13. Khalife-Zadeh A, Dorri S, Shafiee S. The effect of cardiac rehabilitation on quality of life in patients with acute coronary syndrome. *Iran J Nurs Midwifery Res.* 2015;20(5):588–93.
14. Chen CH, Chen YJ, Tu HP, Huang MH, Jhong JH, Lin KL. Benefits of exercise training and the correlation between aerobic capacity and functional outcomes and quality of life in elderly patients with coronary artery disease. *Kaohsiung J Med Sci [Internet].* 2014;30(10):521–30. Available from: <http://dx.doi.org/10.1016/j.kjms.2014.08.004>