

SKRIPSI
HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KUALITAS HIDUP PADA
PASIEN PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIS (PPOK)
DI POLI PARU RSUP SURAKARTA

Di Susun Guna Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan

Dalam Program Studi Keperawatan

Universitas Sahid Surakarta



Latif Susanto (2024121008)

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS SAINS, TEKNOLOGI DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS SAHID SURAKARTA

2025

**SURAT PERNYATAAN
ORISINALITAS KARYA ILMIAH**

Saya mahasiswa Program Studi Keperawatan, Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta, yang bertanda tangan di bawah ini,

Nam : Latif Susanto

NIM : 20241210081

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi, dengan judul: "HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KUALITAS HIDUP PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIS (PPOK) DI POLI PARU RSUP SURAKARTA."

Adalah benar- benar karya yang saya susun sendiri. Apabila kemudian terbukti bahwa saya ternyata melakukan tindakan menyalin atau meniru tulisan/karya orang lain seolah- olah hasil pemikiran saya sendiri, saya bersedia menerima sanksi sesuai peraturan yang berlaku di Universitas termasuk pencabutan gelar yang telah saya peroleh.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila dikemudian hari terbukti melakukan kebohongan maka saya sanggup menanggung segala konsekuensinya.

Surakarta, 14 Agustus 2025

Yang menyatakan,



Latif Susanto

NIM. 2024121008

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai Civitas Akademi Universitas Sahid Surakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Latif Susanto
NIM : 2024121008
Perogram Studi : Keperawatan
Fakultas : Sains, Teknologi dan Kesehatan :
Jenis Karya : Skripsi

Demi ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Sahid Surakarta Hak Bebas Noneklusif (Non-Exclusive Royalty Free Right) atas skripsi saya yang berjudul:

"HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KUALITAS HIDUP PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIS (PPOK) DI POLI PARU RSUP SURAKARTA." beserta instrument/desain/perangkat (jika ada). Berhak menyimpan, mengalih bentuk, mengalih media, mengolah dalam bentuk pangkalan (*database*), merawat serta mempublikasi karya ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis (*autor*) dan pembimbing sebagai (*co autor*) atau pencipta dan juga Pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya secara sadar tanpa paksaan dari pihak manapun.

Dibuat di : Surakarta, 14 Agustus 2025

Yang membuat pernyataan,



Latif Susanto

NIM. 2024121008

LEMBAR PERSETUJUAN
HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KUALITAS HIDUP PADA
PASIEN PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIS (PPOK)
DI POLI PARU RSUP SURAKARTA.

Disusun Oleh :

Latif Susanto
NIM.2024121008

Telah Mendapatkan Persetujuan Untuk Diuji

Pembimbing 1

Pembimbing 2


Widiyono, S.Kep, M.Kep.

NIDN. 0602048902


Fajar Alam Putra, S.Kep.Ns,M.Km.

NIDN. 0608088804

Mengetahui
Ketua Program Studi Keperawatan


Widiyono, S.Kep, M.Kep.

NIDN. 0602048902

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KUALITAS HIDUP PADA PASIENT PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIS (PPOK) DI POLI PARU RSUP SURAKARTA

Disusun Oleh :

Latif Sisanto
NIM.2024121008

Skrripsi ini telah dipertahankan dan telah disahkan oleh Dosen Penguji Skripsi
Program Studi Keperawatan Fakultas Sains, Teknologi Dan Kesehatan
Universitas Sahid Surakarta

Pada tanggal: 5 Agustus 2025

Dosen Penguji:

1. Widiyono, S.Kep.Ns.,M.Kep :
NIDN. 0602048902
2. Fajar Alam Putra, S.Kep.Ns.,M.KM :
NIDN. 0608088804
3. Sutrisno, S.Kep.Ns.,M.Kep :
NIDN. 0628108201



Mengetahui,

Ketua
Program Studi Keperawatan



Widiyono, S.Kep.Ns.,M.Kep
NIDN. 0602048902

Dekan
Fakultas Sains, Teknologi Dan
Kesehatan



Apt. Ahwan, S.Farm.,M.Sc
NIDN. 0626088401

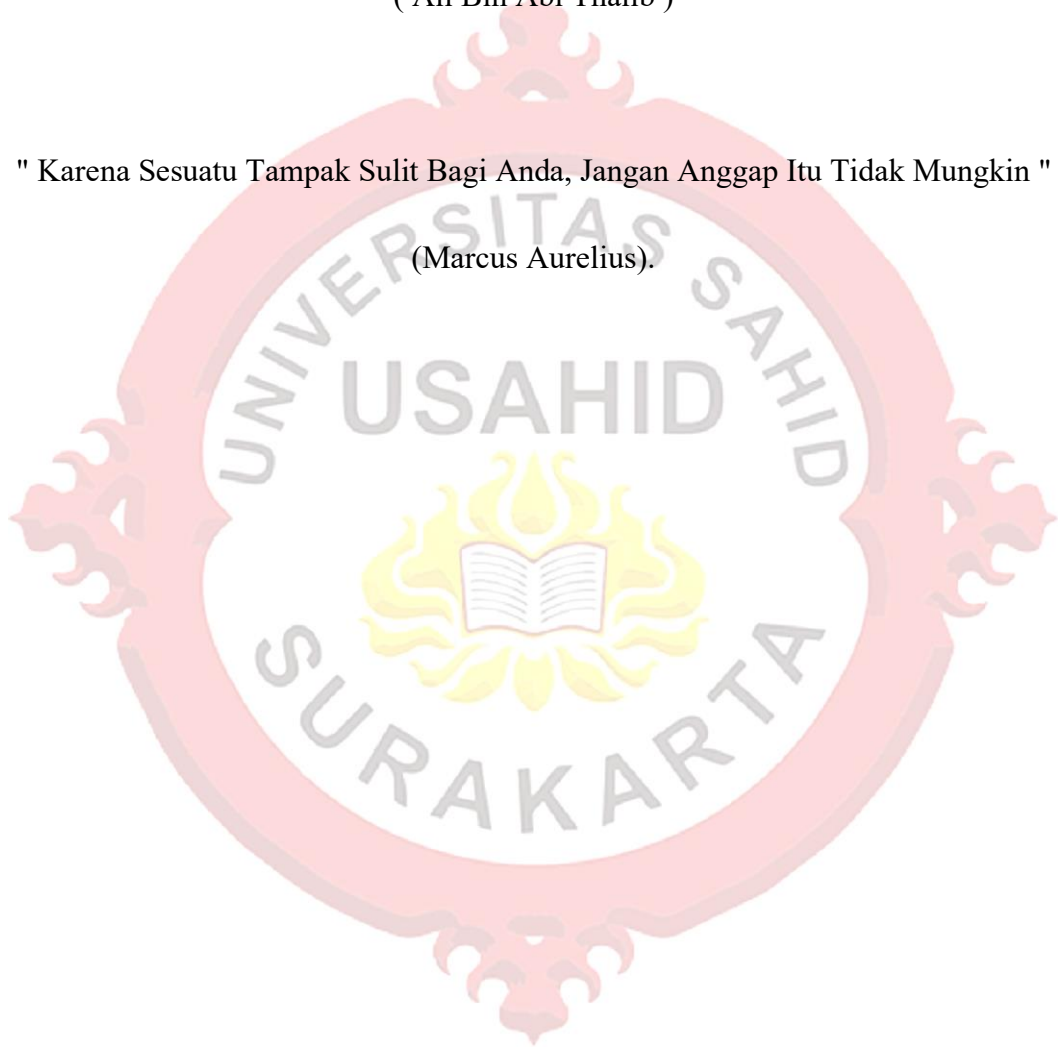
MOTTO

" Jangan Katakan Pada Allah Aku Punya Masalah Besar, Tapi Katakan Pada Masalah, Aku Punya Allah Yang Maha Besar."

(Ali Bin Abi Thalib)

" Karena Sesuatu Tampak Sulit Bagi Anda, Jangan Anggap Itu Tidak Mungkin "

(Marcus Aurelius).



PERSEMBAHAN

Puji Syukur kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan berkat dan karunianya, serta kemudahan sehingga karya sederhana ini dapat terselsaikan, sungguh sebuah perjuangan yang cukup panjang yang telah penulis lalui untuk mendapatkan gelar sarjana ini. Rasa syukur dan bahagia yang penulis rasakan ini akan kupersembahkan kepada :

1. Kepada bapak tersayang yang selalu memberikan doa, dukungan cinta dan kasih sayang yang tiada terhingga. memberikan semangat, motivasi, serta doa yang selalu beliau berikan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
2. Ibu pintu surgaku, beliau memang tidak dapat menyelesaikan pendidikan sampai bangku perkuliahan selesai, namun beliau mampu mendidik penulis, memotivasi, memberi dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
3. Adik saya Anggit Fitriya N, terima kasih sudah menjadi mood boster dan menjadi alasan penulis menempuh pendidikan dibangku perkuliahan.
4. Pembimbing I dan II saya Bapak Widiyono, S.Kep., Ns., M.Kep dan Bapak Fajar Alam Putra, S.Kep.Ns,M.Km yang telah membimbing saya dalam menyelsaikan karya ini.
5. Dosen PSIK yang tiada bosan dalam membimbing dan mengarahkan serta memberi ilmu, pengalaman yang luar biasa sehingga saya dapat menyelsaikan karya ini.
6. Teman-teman seperjuangan di RSUP Surakarta, terimakasih atas dukungan doa serta bantuanya selama ini.
7. Keluarga besarku yang selalu memberikan semangat serta doa dan dukungan selama proses pengerjaan skripsi ini sampai selesai

PRAKATA

Puji Syukur saya panjatkan kehadiran Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan karunianya sehingga skripsi dengan judul " HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KUALITAS HIDUP PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIS (PPOK) DI POLI PARU RSUP SURAKARTA. " Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk memperoleh kelulusan Sarjana Keperawatan Universitas Sahid Surakarta. Banyak kendala yang dihadapi dalam penyusunan skripsi ini, namun berkat bimbingan dan dorongan dari berbagai pihak, akhirnya semua kendala dan hambatan dapat terselsaikan. Untuk itu tidak lupa saya ucapkan terimakasih kepada

1. Dr. Sri Huning Anwariningsih, S.T., M.Kom., selaku Rektor Universitas Sahid Surakarta, yang telah memberikan kesempatan untuk studi di Universitas Sahid Surakarta
2. Dr. Erwin Kartinawati, M.I.Kom. Selaku Wakil Rektor Bidang Akademik, Kemahasiswaan, Alumni dan Kerja Sama yang telah memberikan izin dan kesempatan untuk mengikuti perkuliahan di Universitas Sahid Surakarta
3. Destina Paningrum, SE, M.M, selaku Wakil Rektor Bidang Sumberdaya, Keuangan dan Pengembangan yang telah memberi izin dan kesempatan untuk mengikuti perkuliahan di Universitas Sahid Surakarta
4. Apt. Ahwan, S.Farm.,M.Sc., Dekan Fakultas Sains, Teknologi Dan Kesehatan Universitas Sahid Surakarta yang telah berkontribusi dan memberikan izin untuk melakukan penelitian.
5. Widiyono, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku selaku Ketua Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta serta Pembimbing I yang dalam kesibukannya telah memberikan kritik dan saran dengan sabar demi kesempurnaan skripsi ini.
6. Fajar Alam Putra, S.Kep, Ns., MKM selaku Pembimbing Akademik dan Pembimbing 2 yang dalam kesibukannya telah meluangkan waktunya untuk memberikan kritik dan saran demi kesempurnaan skripsi ini.

7. Para dosen, staf dan karyawan di Fakultas Sains, Teknologi dan Kesehatan Program Studi Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.
8. Bapak dan ibu yang telah memberikan doa, motivasi, dukungan baik moral maupun spiritual selama ini.
9. Semua pihak yang telah membantu dan memberikan dorongan kepada penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu hingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini

Penulis menyadari masih ada kekurangan dalam penyusunan skripsi ini. Oleh karena itu, saran dan kritik membangun selalu penulis harapkan dari pembaca, dan semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca pada khususnya dalam dunia kesehatan.

Surakarta, 14 Juli 2025

Penulis,

Latif Susanto

NIM: 2024121008

DAFTAR ISI

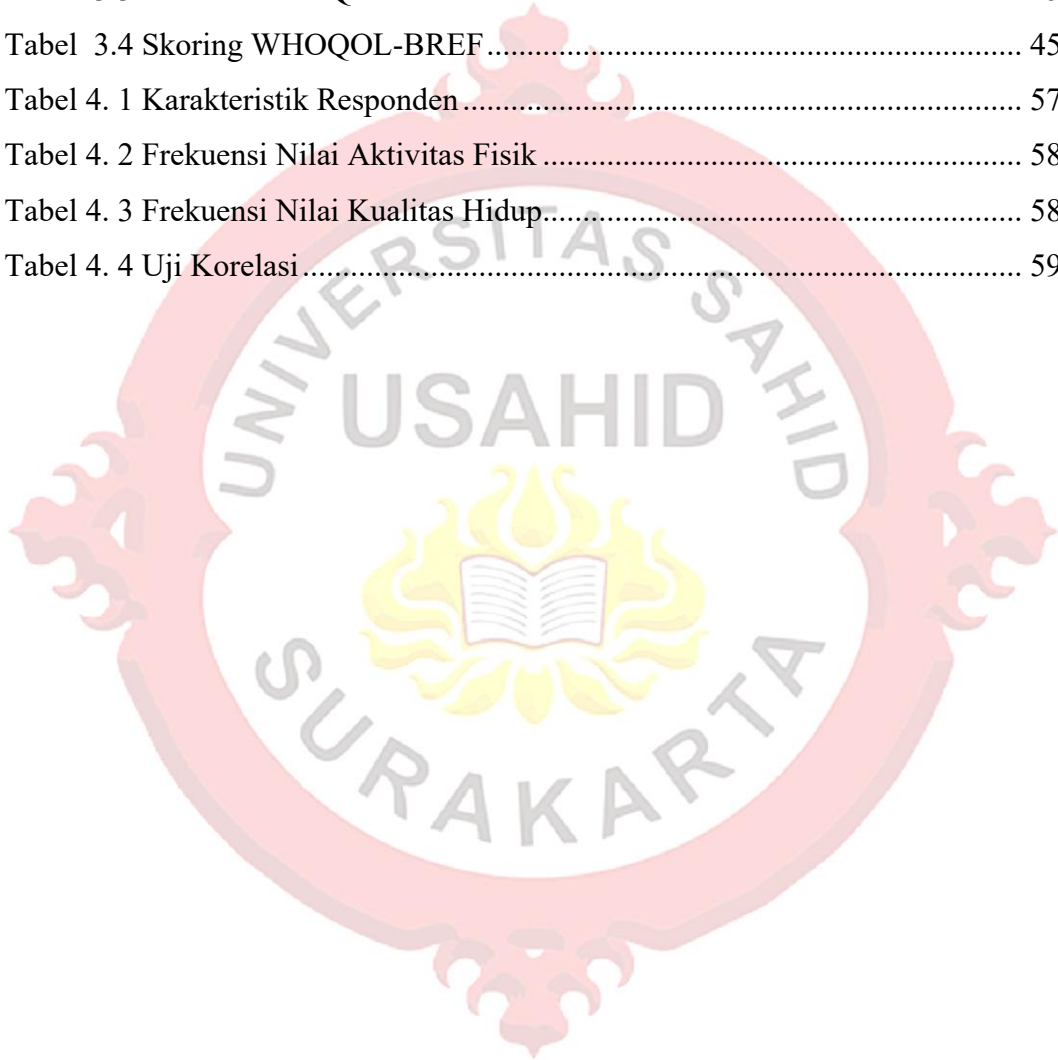
SURAT PERNYATAAN ORISINALITAS KARYA ILMIAH	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	iii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iv
LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI.....	v
MOTTO.....	vi
PERSEMBAHAN	vii
PRAKATA	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
DAFTAR SINGKATAN	xvi
INTISARI.....	xvii
ASTRACK	xviii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan.....	5
D. Manfaat.....	6
E. Keaslian penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	10
A. Tinjauan Teori	10
1. Konsep Teori PPOK	10
a. Definisi.....	10
b. Jenis PPOK.....	11
c. Etiologi.....	12

d. Manifestasi Klinis	15
e. Patofisiologi	15
f. Pemeriksaan Penunjang.....	17
g. Penatalaksanaan	19
h. Komplikasi	23
2. Tinjauan Teori Aktifitas Fisik.....	25
a. Definisi Aktifitas Fisik	25
b. Jenis Aktifitas Fisik	25
c. Aktifitas Fisik Pasien PPOK	28
d. Pengukuran Aktifitas Fisik.....	29
3. Tinjauan Teori Kualitas Hidup	31
a. Definisi	31
b. Faktor Dalam Kualitas Hidup	31
c. Kualitas Hidup Pasien Ppok.....	32
d. Pengukuran Kualitas Hidup	33
B. Kerangka Teori	35
C. Kerangka Penelitian.....	36
D. Hipotesis	36
BAB III METODE PENELITIAN.....	37
A. Desain Penelitian	37
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	37
C. Populasi, Sampel Dan Tehnik Sampling	38
1. Populasi.....	38
2. Sampel.....	38
3. Teknik Sampling.....	40
D. Variabel Penelitian.....	41
1. Variabel Independen (variabel bebas)	41
2. Variabel Dependen (variabel terikat).....	41

E. Definisi Operasional	41
F. Instrumen Penelitian	42
1. Intrumen Penelitian Aktifitas Fisik	42
2. Intrumen Penelitian Kualitas Hidup	43
G. Uji Validitas Dan Reliabilitas	45
1. Uji Instrumen WHOQOL-BREF	46
2. Uji Instrumen IPAQ	46
H. Metode Pengumpulan Data	47
I. Metode Pengolahan Dan Analisa Data	48
1. Pengolahan Data	48
2. Analisa Data	49
J. Jalannya Penelitian	51
K. Etika Penelitian	54
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	56
A. Gambaran Lokasi Penelitian	56
B. Hasil Penelitian	57
1. Deskriptif Statistik	57
2. Uji Bivariat	58
C. Pembahasan	59
1. Karakteristik Responden	59
2. Gambaran Aktivitas Fisik Responden	62
3. Bentuk Kualitas Hidup Responden	62
4. Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup	63
D. Keterbatasan Penelitian	68
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	69
DAFTAR PUSTAKA	71

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 3.1 Definisi Operasional	42
Tabel 3.2 Kisi kisi Kuisisioner IPAQ	43
Tabel 3.3 Domain WHOQOL-BREF.....	45
Tabel 3.4 Skoring WHOQOL-BREF.....	45
Tabel 4. 1 Karakteristik Responden	57
Tabel 4. 2 Frekuensi Nilai Aktivitas Fisik	58
Tabel 4. 3 Frekuensi Nilai Kualitas Hidup.....	58
Tabel 4. 4 Uji Korelasi.....	59



DAFTAR GAMBAR

Gambar2. 1 Kerangka Teori.....	35
Gambar2. 2 Kerangka Penelitian	36



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Rencana Penelitian
- Lampiran 2 Permohonan Studi Pendahuluan
- Lampiran 3 Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 4 Kuesioner WHOQOL-BREF Versi Indonesia
- Lampiran 5 Kuisisioner IPAQ
- Lampiran 6 Permohonan Ijin Etical Clearence
- Lampiran 7 Persetujuan Etik
- Lampiran 8 Permohonan Ijin penelitian
- Lampiran 9 Surat Keterangan Penelitian
- Lampiran 10 Hasil Jawaban Kuisisioner Kualitas Hidup dan Akifitas Fisik
- Lampiran 11 Hasil Uji Statistik
- Lampiran 12 Lembar Konsultasi
- Lampiran 13 Dokumentasi



DAFTAR SINGKATAN



FEV1	: <i>Forced Expiratory Volume 1 detik</i>
FVC	: <i>Forced Vital Capacity</i>
GOLD	: <i>Global Initiative for Chronic Obstructive Lung Disease</i>
GPAQ	: <i>Global Physical Activity Questionnaire</i>
HFNT	: <i>High-flow nasal therapy</i>
HHD	: <i>Hipertensive Heart Disease</i>
HRCT	: <i>High Resolution CT-scan</i>
ICS	: <i>Inhaled corticosteroids</i>
IPAQ	: <i>International Physical Activity Questionnaire</i>
MDI	: <i>Metilen difenil diisosianat</i>
MET	: <i>Metabolic Equivalent of Task</i>
PASE	: <i>Physical Activity Scale for the Elderly</i>
PDPI	: <i>Perhimpunan Dokter Paru Indonesia</i>
PPOK	: <i>Penyakit Paru Obstruktif Kronis</i>
RSUP	: <i>Rumah Sakit Umum Pusat</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>
WHOQOL-BRIEF	: <i>World Health Organization Quality of Life-Brief</i>

INTISARI

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KUALITAS HIDUP PADA PASIEN PENYAKIT PARU OBSTRUKTIF KRONIS (PPOK) DI POLI PARU RSUP SURAKARTA

Latif Susanto¹, Widiyono², Fajar Alam Putra³

susantolatif@gmail.com

Latar Belakang: Penyakit Paru Obstruktif Kronis (PPOK) merupakan penyakit pernapasan jangka panjang yang mengakibatkan penderita susah untuk bernapas. PPOK merupakan salah satu penyebab utama kematian di dunia, yang berdampak signifikan terhadap kualitas hidupenderitanya. Aktivitas fisik berperan penting dalam mempertahankan fungsi paru dan meningkatkan kualitas hidup pasien PPOK. Namun, keterbatasan aktivitas fisik seringkali dialami oleh pasien akibat sesak napas dan gejala PPOK lainnya.

Tujuan: Mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada pasien PPOK di Poli Paru RSUP Surakarta.

Metode: Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner IPAQ (International Physical Activity Questionnaire) untuk mengukur aktivitas fisik, dan menggunakan WHOQOL-BREF untuk menilai kualitas hidup. Sampel sebanyak 87 responden. Sampel diperoleh melalui teknik total sampling. Analisis data dilakukan secara bivariat menggunakan uji korelasi *Kendall Tau*.

Hasil: Mayoritas responden memiliki tingkat aktivitas fisik sedang dan kualitas hidup cukup baik. Hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan signifikan antara tingkat aktivitas fisik dan kualitas hidup ($p < 0,05$), dengan arah hubungan positif.

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan kualitas hidup pada pasien PPOK di Poli Paru RSUP Surakarta. Peningkatan aktivitas fisik dapat menjadi salah satu intervensi penting dalam meningkatkan kualitas hidup pasien PPOK.

Kata Kunci: PPOK, Aktivitas Fisik, Kualitas Hidup, WHOQOL-BREF, IPAQ

¹Mahasiswa Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta Dosen

²Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta

³Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Sahid Surakarta

ABSTRACT

THE CORRELATION BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY AND QUALITY OF LIFE IN PATIENTS WITH CHRONIC OBSTRUCTIVE PULMONARY DISEASE (COPD) IN THE PULMONARY POLYCLINIC OF RSUP SURAKARTA

Latif Susanto¹, Widiyono², Fajar Alam Putra³

susantolatif@gmail.com

Background: Chronic Obstructive Pulmonary Disease (COPD) is a long-term respiratory disease that makes it difficult for patients to breathe. COPD is one of the leading causes of death worldwide and significantly impacts the quality of life of those affected. Physical activity has a crucial role in maintaining lung function and improving the quality of life of COPD patients. However, patients often experience limitations in physical activity due to shortness of breath and other COPD symptoms.

Objective: To determine the correlation between physical activity and quality of life in COPD patients in the pulmonary polyclinic of RSUP Surakarta.

Method: This study used a quantitative approach with a cross-sectional design. Data collection was conducted using the International Physical Activity Questionnaire (IPAQ) to measure physical activity and the WHOQOL-BREF to assess quality of life. A total sampling technique was used to select 87 respondents. Data were analyzed bivariate using the Kendall-Tau correlation test.

Results: The majority of respondents report moderate levels of physical activity and a fairly good quality of life. Statistical tests show a significant positive correlation between physical activity levels and quality of life ($p < 0.05$).

Conclusion: There is a positive correlation between physical activity and quality of life in COPD patients at the pulmonary polyclinic of RSUP Surakarta. Increasing physical activity can be an essential intervention in improving the quality of life of COPD patients.

Keywords: COPD, Physical Activity, Quality of Life, WHOQOL-BREF, IPAQ

1. Students of the Nursing Department of Sahid Surakarta University
2. Lecturer of the Nursing Department of Sahid Surakarta University
3. Lecturer of the Nursing Department of Sahid Surakarta University

