



**PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS LONG  
COVID-19**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**ANDINI PUTRI RINANTI  
1910702043**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA  
2022**



**PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS LONG  
COVID-19**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar  
Ahli Madya Kesehatan**

**ANDINI PUTRI RINANTI**

**1910702043**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA  
2022**

## PERNYATAAN ORISINILITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Andini Putri Rinanti  
NIM : 1910702043  
Tanggal : 13 Juni 2022

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 13 Juni 2022

Yang Menyatakan,



(Andini Putri Rinanti)

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

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Andini Putri Rinanti  
NIM : 1910702043  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga

Demi Pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (Non-exclusive Royalty Free Right) atas karya ilmiah saya yang berjudul : **"Penatalaksanaan Fisioterapi pada Kasus Long Covid-19"**

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat, dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta  
Pada tanggal : 13 Juni 2022  
Yang menyatakan



(Andini Putri Rinanti)

iii

Dipindai dengan CamScanner

## PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan oleh :

Nama : Andini Putri Rinanti  
NIM : 1910702043  
Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga  
Judul Karya Tulis Ilmiah : Penatalaksanaan Fisioterapi pada Kasus Long Covid-19

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian dari persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Kesehatan pada Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.



Condrowati, S.Fis, M.Sc, AIFO

Ketua Penguji



Fidyatul Nazhara, S.Fis., Ftr., M.fis.AIFO

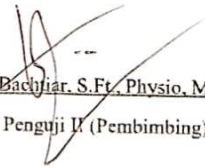


Dr. drg. Wafiyu Sulistadi, MARS

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

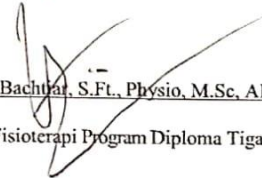
Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal ujian : 19 Mei 2022



Farahdina Bachtiar, S.Ft., Physio, M.Sc, AIFO

Penguji II (Pembimbing)



Farahdina Bachtiar, S.Ft., Physio, M.Sc, AIFO

Ka.Prodi Fisioterapi Program Diploma Tiga

# PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS LONG COVID-19

Andini Putri Rinanti

## Abstrak

**Latar Belakang :** Coronavirus merupakan salah satu keluarga besar virus yang menyebabkan penyakit pada manusia dan hewan. Biasanya pada manusia menyebabkan penyakit infeksi pada saluran pernafasan seperti flu biasa hingga penyakit yang sangat serius yaitu Middle East Respiratory Syndrome (MERS) dan Sindrom Pernapasan Akut Berat/ Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS). Virus corona termasuk golongan virus yang memiliki banyak macam varian dan varian terbaru adalah SARS Coronavirus-2 yang menyebabkan Covid-19. Long Covid adalah efek jangka panjang yang dirasakan oleh pasien yang terkonfirmasi Covid-19 sebelumnya. Sebagian besar orang yang terinfeksi Covid-19 dinyatakan sembuh dan sebagian lagi terus mengalami gejala seperti; kelelahan, sesak napas, nyeri dada, nyeri otot, nyeri sendi, sakit kepala, batuk, kecemasan berlebih, perubahan rasa, diare dan kondisi kronis lainnya setelah masa akut saat terinfeksi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui penatalaksanaan fisioterapi pada pasien yang mengalami Long Covid-19. **Desain :** Desain penelitian yang dilakukan pada Karya Tulis Ilmiah ini adalah studi kasus. Studi kasus adalah salah satu penelitian analisis deskriptif, yaitu penelitian yang terfokus hanya pada satu kasus tertentu untuk di analisis atau diamati sampai tuntas. Pada penelitian ini hanya berfokus pada satu subjek dengan menggunakan data sekunder yaitu menggunakan data yang sudah ada. Metode pengumpulan data yang digunakan yaitu observasi dengan menggunakan beberapa instrumen yaitu: 1. Catatan anekdotal adalah dengan mencatat gejala khusus menurut kejadian 2. Catatan berkala adalah dengan mencatat gejala secara berurutan. **Hasil :** Setelah dilakukan delapan kali tindakan fisioterapi dengan pemberian intervensi menggunakan modalitas *infrared*, *breathing exercise* dan *diaphragmatic breathing*, didapatkan hasil terjadinya penurunan sesak napas dengan pengukuran menggunakan skala borg dan peningkatan kemampuan fungsional yang diukur menggunakan mMRC dan *six minute walking test*..

**Kata kunci :** Fisioterapi, Long Covid-19, *infrared*, *breathing exercise*.

# **PENATALAKSANAAN FISIOTERAPI PADA KASUS LONG COVID-19**

**Andini Putri Rinanti**

## **Abstract**

**Background :** Coronaviruses are a large family of viruses that cause disease in humans and animals. Usually in humans it causes infectious diseases of the respiratory tract such as the common cold to very serious diseases, namely Middle East Respiratory Syndrome (MERS) and Severe Acute Respiratory Syndrome (SARS). The corona virus belongs to a group of viruses that have many kinds of variants and the newest variant is SARS Coronavirus-2 which causes Covid-19. Long Covid is a long-term effect felt by patients who have previously confirmed Covid-19. Most people infected with Covid-19 are declared cured and some continue to experience symptoms such as; fatigue, shortness of breath, chest pain, muscle pain, joint pain, headache, cough, excessive anxiety, taste changes, diarrhea and other chronic conditions after the acute period of infection. The purpose of this study was to determine the management of physiotherapy in patients with Long Covid-19. **Method :** The research design carried out in this scientific paper is a case study. A case study is one of the descriptive analytical studies, namely research that focuses on only one particular case to be analyzed or observed thoroughly. In this study, it only focuses on one subject using secondary data, namely using existing data. The data collection method used is observation using several instruments, namely: 1. Anecdotal notes are to record specific symptoms according to events 2. Periodic notes are to record symptoms sequentially. **Result :** After eight physiotherapy actions were given with intervention using infrared, breathing exercise and diaphragmatic breathing modalities, the results showed a decrease in shortness of breath by measurement using the borg scale and an increase in functional ability as measured using mMRC and the six minute walking test.

**Keyword :** Physiotherapy, Long Covid-19, infrared, breathing exercise.

## **KATA PENGANTAR**

Puji syukur penulis atas kehadiran Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan karunianya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah Akhir yang berjudul “Penatalaksanaan Fisioterapi Pada Kasus Long Covid-19”. Tugas akhir ini ditulis untuk memenuhi syarat untuk mendapatkan gelar ahli madya kesehatan.

Tidak lupa penulis juga mengucapkan terima kasih kepada setiap pihak yang telah mendukung serta membantu penulis selama proses penyelesaian tugas akhir ini hingga selesainya Karya Tulis Ilmiah Akhir ini. Ucapan terima kasih penulis sampaikan kepada Ibu Farahdina Bachtiar, S.Ft., Physio., M.Sc., AIFO selaku dosen pembimbing sekaligus Kepala Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga UPN Veteran Jakarta. Kedua orang tua dan keluarga besar penulis atas segala doa dan dukungan yang telah diberikan. Sahabat dan teman-teman atas semangat yang telah diberikan.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan ini masih jauh dari kata sempurna serta masih banyak kekurangan dalam Karya Tulis Ilmiah Akhir ini. Penulis berharap semoga dengan adanya penelitian ini memberi manfaat bagi semua pihak yang membaca. Maka dari itu peneliti dengan senang hati menerima kritik serta saran yang membangun dari pembaca.

Jakarta, 21 Februari 2022

Penulis

Andini Putri Rinanti



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	i
ABSTRAK .....	ii
ABSTRACT .....	iii
KATA PENGANTAR .....	iv
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR TABEL.....	vi
DAFTAR GAMBAR .....	vii
DAFTAR SKEMA.....	viii
DAFTAR LAMPIRAN.....	ix
BAB I PENDAHULUAN .....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	3
1.3 Tujuan Penelitian .....	3
1.4 Manfaat Penelitian .....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
II.1 Landasan Teori.....	5
BAB III METODE PENELITIAN.....	14
III.1 Kerangka Konsep.....	14
III.2 Desain Penelitian .....	14
III.3 Waktu dan Tempat Penelitian .....	15
III.4 Instrumen Studi Kasus .....	15
III.5 Metode Pengumpulan Data.....	15
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN .....	18
IV.1 Hasil .....	18
IV.2 Pembahasan.....	26
IV.3 Keterbatasan Penelitian.....	30
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	31
V.1 Kesimpulan .....	31
V.2 Saran .....	31
DAFTAR PUSTAKA .....	33
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1Ekspansi Thorak.....	18
Tabel 2Metode Fisioterapi .....	19
Tabel 3Vital Sign HR.....	22
Tabel 4Vital Sign RR.....	22
Tabel 5Vital Sign TD.....	23
Tabel 6Vital Sign SPO2.....	23

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Ilustrasi Virus Corona 2 oleh CDC .....	5
Gambar 2	Persentase Gejala Kasus Positif Virus Corona di Tiongkok .....	7
Gambar 3	Prosedur Cuci Tangan yang Baik .....	12
Gambar 4	Grafik Putaran 20 Meter .....	24
Gambar 5	Grafik Skala mmRC .....	25
Gambar 6	Grafik Skala Borg .....	25

## DAFTAR SKEMA

Skema 1	Kerangka Konsep .....	14
---------	-----------------------	----

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Penjelasan Sebelum Penelitian
Lampiran 2	<i>Informed Consent</i>
Lampiran 3	<i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 4	Dokumentasi
Lampiran 5	Surat Pernyataan Bebas Plagiarism
Lampiran 6	Hasil Cek Turnitin