

BAB 5

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan evaluasi intervensi fisioterapi yang telah dilakukan, dapat disimpulkan bahwa:

Berdasarkan hasil penelitian dan evaluasi intervensi fisioterapi pada kasus *Tuberculosis* Paru, dapat disimpulkan bahwa pemeriksaan fisioterapi dilakukan secara komprehensif menggunakan Tanda-Tanda Vital (TTV), *Modified Medical Research Council (mMRC)*, *6 Minute Walk Test (6MWT)*, *Dyspnea Severity Scale (DSS)*, *Borg Scale*, dan *Barthel Index*. Pemeriksaan tersebut mampu menggambarkan kondisi pasien dari aspek respirasi, kapasitas fungsional, tingkat sesak napas, serta kemampuan aktivitas sehari-hari. Problematik fisioterapi yang ditemukan meliputi sesak napas saat aktivitas, keterbatasan ekspansi thoraks, penurunan kemampuan berjalan, serta gangguan pengeluaran sputum yang berkaitan dengan gangguan ventilasi, penurunan kapasitas paru, dan penumpukan sekret pada saluran pernapasan.

Penatalaksanaan fisioterapi yang diberikan meliputi *chest mobility exercise*, *deep breathing exercise*, *pursed lip breathing*, *breathing control*, *Active Cycle of Breathing Technique (ACBT)*, teknik *clapping* dan *vibrasi*, serta latihan *Passive Range of Motion (PROM)*. Intervensi tersebut bertujuan untuk meningkatkan ventilasi paru, membantu mobilisasi sekret, meningkatkan ekspansi thoraks, serta mempertahankan dan meningkatkan kemampuan fungsional pasien. Hasil evaluasi menunjukkan bahwa penurunan sesak napas belum signifikan yang ditandai dengan skor *mMRC* dan *Borg Scale* yang relatif masih sama. Batuk yang awalnya nonproduktif dan tidak efektif menjadi lebih efektif dengan peningkatan pengeluaran sputum setelah intervensi fisioterapi. Namun, ekspansi thoraks dan kemampuan berjalan belum menunjukkan perubahan yang signifikan sehingga masih diperlukan kontinuitas terapi untuk memperoleh hasil yang lebih optimal.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Fisioterapi

Sebagai fisioterapis, diperlukan ketelitian dalam melakukan pemeriksaan fisioterapi pada pasien *Tuberculosis* Paru, meliputi evaluasi tanda vital, ekspansi thoraks, tingkat sesak napas, kemampuan fungsional, serta kemampuan pembersihan jalan napas. Selain itu, fisioterapis perlu menentukan intervensi yang tepat seperti *chest mobility exercise*, *breathing exercise*, dan latihan batuk efektif secara terprogram sesuai kondisi pasien. Pemantauan dan evaluasi berkala juga sangat penting untuk melihat perkembangan pasien serta menyesuaikan program terapi agar hasil yang dicapai lebih optimal.

5.2.2 Bagi Pasien dan Keluarga Pasien

Pasien disarankan untuk tetap melanjutkan home program yang telah diberikan oleh fisioterapis secara rutin dan sesuai dosis latihan, seperti latihan pernapasan dan latihan batuk efektif guna membantu mempertahankan fungsi paru dan memperbaiki pengeluaran sputum. Pasien juga diharapkan menghindari aktivitas yang dapat memicu sesak napas berlebihan serta menjaga pola aktivitas agar tetap aktif namun tidak memaksakan kondisi tubuh. Selain itu, pasien disarankan untuk tetap menggunakan masker guna mencegah penularan *Tuberculosis* Paru kepada orang lain, serta rutin mengonsumsi obat anti tuberkulosis (OAT) sesuai anjuran tenaga medis dan melakukan kontrol secara teratur.

5.2.3 Bagi Masyarakat

Masyarakat diharapkan dapat meningkatkan kesadaran terhadap pentingnya pencegahan dan deteksi dini *Tuberculosis* Paru. Upaya seperti menjaga kebersihan lingkungan, menggunakan masker saat berada di tempat umum, serta menghindari kontak erat dengan penderita TB aktif sangat dianjurkan. Selain itu, masyarakat juga disarankan untuk menghindari kebiasaan merokok karena dapat memperburuk fungsi paru dan meningkatkan risiko gangguan pernapasan. Masyarakat diharapkan segera memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan apabila mengalami gejala seperti batuk lama, sesak napas, atau penurunan berat badan, agar dapat dilakukan

penanganan sejak dini dan mencegah penularan maupun komplikasi yang lebih berat.