

# 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.