

## ABSTRAK

**Latar belakang.** Gagal jantung kronik masih sebagai penyebab utama mortalitas dan morbiditas kardiovaskular di dunia. Rehabilitasi jantung dengan metode *home-based exercise* merupakan alternatif terapi yang dapat direkomendasikan pada pasien akibat pandemi Covid-19. Program *home-based exercise* dengan latihan aerobik progresif pada pasien gagal jantung kronik pasca intervensi perkutan fase II dianggap mampu menurunkan kadar hsCRP sehingga menurunkan kejadian restenosis kembali pasca intervensi koroner perkutan, mortalitas dan mengurangi rawat inap yang tidak diinginkan.

**Tujuan.** Untuk mengetahui perbedaan pengaruh latihan aerobik progresif dan non progresif dengan *home based setting* terhadap nilai hsCRP pada pasien gagal jantung kronik pasca intervensi koroner perkutan..

**Metode.** Penelitian ini merupakan *quasi experimental pre and post test design* pada 28 pasien gagal jantung kronik pasca intervensi koroner perkutan, yang dibagi menjadi 2 kelompok terdiri dari kelompok perlakuan (n=14) dan kelompok kontrol (n=14). Kelompok perlakuan diberi latihan aerobik progresif pasca intervensi koroner perkutan dan kelompok kontrol melakukan latihan aerobik non progresif. Latihan dilakukan selama 6 minggu dan dilakukan pengukuran kadar hsCRP sebelum dan setelah intervensi 6 minggu pada kedua kelompok.

**Hasil.** Terdapat perbedaan yang bermakna secara statistik nilai hsCRP pra dan pasca intervensi dalam kelompok perlakuan ( $p < 0,001$ ) dan kelompok kontrol ( $p < 0,001$ ) serta antar kelompok perlakuan dan kelompok kontrol pasca intervensi ( $p = 0,004$ )

**Kesimpulan.** Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa latihan aerobik progresif dengan metode *home based setting* dapat menurunkan kadar nilai hsCRP lebih banyak pada pasien gagal jantung kronik pasca intervensi koroner perkutan. *Home-based exercise* dapat digunakan sebagai alternatif latihan yang aman pada pasien dengan gagal jantung kronik pasca intervensi koroner perkutan saat pandemi Covid-19.

**Kata kunci:** gagal jantung kronik, intervensi koroner perkutan, *home-based exercise*, *aerobik progresif*, *aerobik non progresif*

