

## Pengaruh latihan pernapasan diafragma dengan latihan sepeda static pada pasien asma persisten sedang

Ahmad Alamsyah, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=108092&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Tujuan : Mengetahui pengaruh latihan pernapasan diafragma diikuti atau tanpa latihan sepeda statik terhadap tingkat kebugaran pasien asma persisten sedang.

Disain : Uji klinis paralel membandingkan dua perlakuan kelompok kasus diberikan latihan pernapasan diafragma (LPD) diikuti latihan sepeda statik, sedangkan kelompok kontrol hanya diberikan LPD saja.

Tempat : Departemen Rehabilitasi Medik FKUI Perjan RSCM Jakarta.

Subyek : 57 pasien asrija persisten sedang dari Poli Alergi-Imunologi Departemen Ilmu Penyakit Dalam FKUI - Perjan RSCM

Intervensi : Antara bulan Januari 2005 sampai dengan Maret 2005. Empat puluh dua pasien asma persisten sedang yang masuk dalam kriteria inklusi dibagi dalam dua kelompok (kasus dan kontrol). Melakukan LPD tiga kali seminggu dengan latihan atau tanpa latihan erobik disertai pengawasan selama enam minggu. Hasil peningkatan VO<sub>2</sub>maks antara kedua kelompok dibandingkan pada akhir penelitian.

Hasil : Hasil penelitian selama enam minggu menemukan adanya peningkatan VO<sub>2</sub>maks yang bermakna ( $p < 0,01$ ) baik pada kelompok kasus dan kelompok kontrol. Demikian juga dijumpai perbedaan yang bermakna (0,0218) pada selisih kenaikan VO<sub>2</sub>maks pada kedua kelompok.

Kesimpulan : Latihan pernapasan diafragma diikuti latihan erobik meningkatkan kebugaran fisik pasien asma persisten sedang lebih baik dibandingkan hanya diberikan LPD saja.

*Objective* : To know the influence diaphragm breathing exercise with or without ergometer cycle exercise toward level of physical fitness of moderate asthma persistent patient.

*Design* : Paralel clinical test compare two interventions. Case group is given diaphragm breathing exercise with ergometer while control group is given diaphragm breathing exercise only.

*Setting* : Department of Medical Rehabilitation FMITI Jakarta.

*Subject* : 57 patient of moderate asthma persistent from Allergic-Immunologic Department of Internist FMUI - Cipto Mangunkusumo Hospital.

*Intervention* : Between January 2005 up to March 2005. 42 moderate asthma persistent patients which fulfill

the condition are divided into two groups (case and control). Perform diaphragm breathing exercise with or without ergometer cycle exercise with supervision for six weeks. The result of V02max increment is compare at the end of the research.

Result : In the result of research for six weeks we find V02max significant increment ( $p < 0.01$ ) in two groups. We also find V02max significant ( $p < 0.0218$ ) increment in different increment in two groups.

Conclusion : Diaphragm breathing exercise with ergometer cycle exercise increase the level of physical of fitness moderate asthma persistent patient is better than diaphragm breathing exercise only.</i>