

Pengaruh latihan fisik aerobik kompleks terhadap PSD-95 di hipokampus dan fungsi kognisi pada mencit usia pertumbuhan = The effect of complexity of aerobic exercise on PSD-95 in mice hippocampus and cognitive function in developmental age / Wa Ode Heni Satriani

Wa Ode Heni Satriani, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20423335&lokasi=lokal>

---

Abstrak

**ABSTRAK**

Latihan fisik aerobik kompleks diduga lebih baik dari latihan fisik aerobik sederhana dalam meningkatkan fungsi kognisi dan neuroplastisitas pada usia pertumbuhan Tesis ini membahas efek latihan fisik aerobik kompleks yang dimulai sejak usia remaja dibandingkan dengan yang baru dimulai pada usia dewasa muda terhadap kadar PSD 95 dan fungsi kognisi mencit Penelitian ini menggunakan desain studi eksperimental in vivo Hasil penelitian menunjukkan tidak ada perbedaan bermakna hasil uji kognisi dan kadar PSD 95 pada mencit yang diberi latihan fisik aerobik kompleks sejak remaja dibandingkan dengan yang dimulai sejak usia dewasa muda Selain itu tidak ada perbedaan bermakna kadar PSD 95 dan fungsi kognisi antara mencit yang diberi latihan fisik aerobik kompleks dan yang sederhana Diduga latihan fisik aerobik kompleks yang tidak bervariasi dan dilakukan secara berkepanjangan dapat menimbulkan kebosanan Oleh karenanya penerapan latihan fisik aerobik kompleks yang bervariasi mungkin dapat meningkatkan fungsi kognisi karena subyek lebih termotivasi untuk melakukan latihan.

**ABSTRACT**

Complex aerobic exercise was expected having better effect on cognitive function and neuroplasticity compared to simple aerobic exercise in developmental age The aim of this study was to identify the effect of complex aerobic exercise on PSD 95 and cognitive function in mice applied in adolescence age and early adult age This research was an in vivo experimental study There was no significant difference between cognitive function and PSD 95 levels in adolescence age compared to early adult age mice In addition there was no significant difference cognitive function and PSD 95 levels in mice trained with complex aerobic exercise and simple aerobic exercise It was suspected that invariability of complex aerobic exercise could induce boredom Consequently variation of complex aerobic exercise is important in order to increase motivation of the subjects in doing the exercise that could increase their cognitive function.