

The changes in level of B-endorphin, interleukin-2, interleukin-4, interleukin-6, immunoglobulin and cortisol hormone on practices of breathing exercise

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20439171&lokasi=lokal>

Abstrak

Penelitian ini bertujuan untuk mengungkapkan perubahan kekebalan pada latihan pemapasan dan merupakan penelitian eksperimental, secara acak pra-posttest kontrol. Metode: Populasi penelitian adalah siswa MA Mu 'altmm. di Yogyakarta Responden 15 siswa untuk setiap kelompok. Unit analisis adalah data analisis dari darah yang diambil dan cubit vena. Variabel dependen adalah tingkat IL 6, IL 4, IL 2, cortisol, Beta endorfin, dan IgG. Program pelatihan dilakukan dalam waktu 7 minggu, 3 kali per minggu, intensitas sub maksimal, dan 6 set per sesi. Variabel laboratorium adalah metode ELISA.

Hasil uji Manova adalah $p: 0,000$ tersirat bahwa ada perbedaan antara kelompok (Wilk Lambda $p < 0,05$) Pada struktur matrik diskriminan dapat dijelaskan bahwa korelasi antara variabel bebas dan fungsi diskriminan yang terbentuk dengan beta endorfin (0501) memiliki hubungan kuat dengan fungsi diskriminan, diikuti oleh interleukin 6 (0367) sedangkan variabel yang lain memiliki kurang signifikan hubungan. Diskriminator variabel yang mewakili fungsi memberikan kontribusi untuk setiap diskriminator imunitas modulasi adalah beta endorfin, interleukin 6 dan interleukin 4. Oleh karena itu, beta endorfin memiliki kontribusi yang paling kuat terhadap peningkatan kekebalan tubuh dibandingkan dengan variabel lainnya. Kesimpulan: Latihan pemapasan dapat meningkatkan kebugaran fisik dan kekebalan tubuh terbukti secara nyata. Latihan pemapasan meningkatkan beta endorfin, immunoglobulin G dan interleukin 6, sedangkan interleukin 2 dan interleukin 4 tidak meningkat. Tingkat kortisol tidak menurun secara signifikan tapi ada indikasi tingkat penurunan kortisol imunitas modulator yang menyebabkan stressor. Latihan pernapasan didapatkan 3 kelompok dengan kontribusi yang kuat pada konsep dasar psychoneuroimmunologic