

## Pengaruh Olahraga Terhadap Fungsi Paru Penderita Asma

Tanzil, Antonia, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=76618&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

#### **ABSTRAK**

Kerja atau olahraga merupakan salah satu pencetus yang efisien untuk menimbulkan serangan asma. Dalam batas-batas tertentu penderita asma dapat melakukan olahraga tanpa menimbulkan bronkokonstriksi yang membahayakan sewaktu dan sesudah olahraga. Pada penderita asma, gerakan olahraga yang dapat meningkatkan kekuatan otot pernafasan, sangat penting, sebab penderita asma kronis umumnya mengalami penurunan kekuatan otot pernafasan.

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui apakah ada perbedaan nilai parameter fungsi paru serta kekuatan otot pernafasan pada penderita asma, sebelum dan sesudah 3 bulan mengikuti senam asma. Metoda yang digunakan adalah dengan mengukur FEV1, PEFR dan tekanan ekspirasi maksimal pada 30 penderita asma sebelum dan sesudah 3 bulan mengikuti senam asma.

Hasil yang diperoleh adalah penurunan FEV1, peningkatan tekanan ekspirasi maksimal (bermakna) dan peningkatan PEFR (tidak bermakna) sesudah 3 bulan mengikuti senam asma.

,

Kesimpulannya setelah tiga bulan olahraga terjadi penurunan FEV1, peningkatan PEFR dan tekanan ekspirasi maksimal. Hasil pengukuran parameter fungsi paru tidak sesuai dengan yang diharapkan, kecuali hasil pengukuran tekanan ekspirasi maksimal.

---

#### **ABSTRACT**

The Effects Of Exercise On Lung Function In Asthmatic Patients It has been noted that exercise is a most efficient stimulus for inducing asthma. Asthmatics can exercise up to a certain limit without developing life-threatening bronchoconstriction during or after exercise. Exercises that strengthen the respiratory muscles are important because patients with severe chronic obstructive lung diseases have reduced respiratory muscle's strength.

The purpose of this study was to asses the effects of exercise on FEV1 (Forced Expiratory Volume one second), PEER (Peak Expiratory Flow Rate ) and maximal expiratory pressure in asthmatic patients.

FEV1, PEFR and maximal expiratory pressure were measured before and after three months exercise in 10 asthmatic patients. The results showed a significant decrease in FEV1, significant increase in maximal expiratory pressure, but no significant increase in PEER after 3 months exercise. These results were not as expected, except the maximal expiratory pressure.