

Perbedaan respon denyut jantung dan tekanan darah pada pemberian kerja fisik yang didahului dan tanpa didahului pemanasan antara olahragawan dan bukan olahragawan

Een Suhenda Achyani, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=90774&lokasi=lokal>

Abstrak

ABSTRAK

Upaya untuk suatu usaha yang tiba-tiba dengan beban fisik yang berat tanpa didahului oleh pemanasan yang tepat merupakan komponen yang diperlukan pada beberapa keadaan pe-nanggulangan darurat. Pada keadaan tersebut ? dibutuhkan pe-nyesuaian sistem kardiovaskuler dalam waktu yang sangat pen-dek / singkat, dan penyesuaian sistem kardiovaskuler ini da-pat dipantau melalui pemeriksaan frekuensi denyut jantung atau denyut nadi, tekanan darah dan elektrokardiogram (1,2).

Barnard dkk., dalam penelitiannya menyatakan bahwa pem-berian kerja fisik yang berat secara tiba-tiba tanpa didahului oleh pemanasan, dapat menimbulkan respon yang bervariasi pada tekanan darah sistolik, akan tetapi ;selalu. menurunkan tekanan darah diastolik segera setelah pemberian kerja fisik yang berat dihentikan. Apabila kerja fisik itu diberikan setelah melakukan pemanasan, maka kenaikan tekanan darah sistolik akan lebih rendah dari pada tanpa pemanasan, tekanan-r an diastoliknya senantiasa tetap menurun. Frekuensi denyut jantung baik pada kerja fisik yang didahului ? maupun tanpa didahului oleh pemanasan akan memperlihatkan kenaikan. Penelitiannya memperlihatkan kenaikan denyut jantung yang didahului pemanasan (16? 12 per menit), ternyata lebih tinggi

2.

Dari ke 16 orang percobaan yang berusia antara 21 - 52 tahun tanpa melihat apakah orang percobaan itu olah-ragawa-H atau bukan, didapat hasil 11 orang percobaan memperlihatkan peningkatan tekanan darah sistolik, 3 orang memperlihatkan penurunan tekanan darah sistolik dan 2 orang percobaan tidak memperlihatkan perubahan tekanan darah sistoliknya (33i -

I.2. PERMASALAHAN.

Apakah hal yang sama seperti pada penelitian Barnard ini, dapat terjadi pada kelompok umur tertentu dan pada olah-ragawan maupun bukan olah-ragawan, karena pada ' :kenyataannya baik tekanan darah maupun denyut jantung ""dapat "" dipengaruhi oleh usia maupun kegiatan jasmanij seseorang (1,2,4,5,6,7,8, II,13,16,18,19,23,24,25,28).

1.3. TUJUAN PENELITIAN.

a. Tujuan Khusus.

Untuk mengetahui pengaruh pemanasan terhadap perbedaan perubahan frekuensi denyut jantung dan tekanan darah, pada olahragawan dan bukan olah-ragawan, setelah penghenti-an pemberian kerja fisik.

b. Tujuan Umum.

Dengan pemanasan diharapkan dapat mengurangi bahkan mencegah kemungkinan terjadinya ketidak-mampuan adaptasi dari sistem kardiovaskuler terhadap kerja fisik.