

SUMMARY

PENAMBAHAN PRANAYAMA EXERCISE PADA SENAM AEROBIC LOW IMPACT UNTUK MENURUNKAN TEKANAN DARAH PASIEN HIPERTENSI

Created by EFI TRIYANA

Subject : LATIHAN, SENAM, TEKANAN DARAH
Subject Alt : EXERCISE, GYMNASTICS, BLOOD PRESSURE
Keyword : pranayama exercise;senam aerobic low impact;hipertensi;tekanan darah

Description :

Tujuan : Untuk mengetahui penambahan pranayama exercise pada senam aerobic low impact dalam menurunkan tekanan darah pasien hipertensi. Metode : Penelitian ini merupakan jenis penelitian eksperimental untuk mengetahui efek latihan yang dilakukan terhadap obyek penelitian. Sampel terdiri dari 32 orang yang dikelompokkan menjadi kelompok perlakuan I terdiri dari 16 orang yang diberikan pranayama exercise dan senam aerobic low impact dan kelompok perlakuan II yang terdiri dari 16 orang dengan diberikan senam aerobic low impact. Hasil : Hasil uji normalitas dengan Kolmogorov Smirnov Test didapatkan data berdistribusi normal dan tidak normal sedangkan uji homogenitas dengan Levene's Test didapatkan data varian yang homogen. Hasil uji hipotesis kelompok perlakuan I untuk tekanan darah sistolik (t-test Related) dan distolik (wilcoxon test) didapatkan nilai $p= 0,000$ dan sedangkan diastolic didapatkan nilai $p= 0,001$ yang berarti penambahan pranayama exercise pada senam aerobic low impact dapat menurunkan tekanan darah pasien hipertensi. Pada kelompok perlakuan II uji hipotesis tekanan darah sistolik dan diastolic dengan Wilcoxon test didapatkan nilai $p= 0,000$ dan diastolik nilai $p= 0,001$ yang berarti senam aerobic dapat menurunkan tekanan darah pasien hipertensi. Pada hasil uji hipotesis III untuk tekanan darah sistolik dan diastolic menggunakan mann whitney u test didapatkan hasil nilai $p= 0,000$ dan diastolic nilai $p= 0,002$ yang berarti adanya perbedaan penambahan pranayama exercise pada senam aerobic low impact dalam menurunkan tekanan darah pasien hipertensi. Kesimpulan : Adanya perbedaan antara penambahan pranayama exercise pada senam aerobic low impact dalam menurunkan tekanan darah pasien hipertensi, karena adanya perubahan kinerja sistem saraf otonom pengontrol kinerja jantung dan pembuluh darah.

Date Create : 28/01/2016
Type : Text
Format : PDF
Language : Indonesian
Identifier : UEU-Undergraduate-201166022
Collection : 201166022
Source : Undergraduate Theses of Physiotherapi
Relation Collection Fakultas Fisioterapi
COverage : Civitas Akademika Universitas Esa Unggul
Right : @2015 Perpustakaan Universitas Esa Unggul

Full file - Member Only

If You want to view FullText...Please Register as MEMBER

Contact Person :

Astrid Chrisafi (mutiaraadinda@yahoo.com)

Thank You,

Astrid (astrid.chrisafi@esaunggul.ac.id)

Supervisor