

ABSTRAK

PENGARUH LATIHAN MENYANYI TERHADAP FUNGSI FAAL PARU LAKI LAKI DEWASA MUDA

F. X. Krisnawan Soharto, 2016

Pembimbing I :Jo Suherman, dr., M.S., AIF

Pembimbing II :Yenni Limyati, dr., S.Sn., Sp.KFR., M.Kes

Latar Belakang Menyanyi adalah kegiatan mengeluarkan suara bernada yang sangat populer dilakukan banyak orang. Beberapa studi menunjukkan bahwa pengaruh latihan menyanyi adalah fungsi faal paru lebih baik, oleh karena sistem pernapasan yang baik akan berpengaruh pada *quality of life* seseorang. Manusia memerlukan fungsi faal paru yang baik, untuk dapat menunjang kualitas hidupnya.

Tujuan Penelitian untuk mengetahui pengaruh latihan menyanyi terhadap fungsi faal paru (FVC, FEV1, FEV1/FVC) laki-laki dewasa muda.

Metode Penelitian desain penelitian *cross sectional* dengan *consecutive sampling*. Enam puluh delapan laki-laki berusia 18-25 tahun dibagi menjadi 2 kelompok (n = 34) anggota paduan suara dan kontrol. Data yang diukur adalah fungsi faal paru FVC, FEV1 dan FEV1/FVC. Analisis data uji Mann-Whitney dengan nilai $\alpha = 0.05$.

Hasil Penelitian Rerata nilai fungsi faal paru kelompok anggota paduan suara dibandingkan kelompok kontrol adalah FVC nilai $p = 0.745$; FEV1 nilai $p = 0.377$ dan FEV1/FVC nilai $p = 0.859$.

Simpulan Penelitian bahwa latihan menyanyi tidak meningkatkan fungsi faal paru (FVC, FEV1, dan FEV1/FVC) laki-laki dewasa muda..

Kata Kunci : Menyanyi, Paduan Suara, Kontrol, Fungsi Faal Paru,

ABSTRACT

EFFECT OF SINGING PRACTICE ON LUNG FUNCTION IN YOUNG MALE

F. X. Krisnawan Soharto 2016

Supervisor I :. Jo Suherman, dr, M.S., AIF

Supervisor II :. Yenni Limyati, dr., S.Sn., Sp.KFR., M.Kes

Background: *Singing is an activity that produce pitch sound and are very popular in societies. Several studies shows that singing exercise has an impact on better lung function. Because a good lung function has an effect on someone's quality of life. Human need a healthy lung function to support his quality of life.*

Objectives: *To find the effect of singing practice on the lung function (FVC, FEV1, FEV1/FVC) in young male.*

Methods: *Using cross sectional experimental design with consecutive sampling collection on 68 males age 18-25 years divided into 2 groups (n = 34) of choir members and control group. The data measured was lung function FVC, FEV1 and FEV1/FVC. Data analysis was using Mann-Whitney analytic test with $\alpha = 0.05$.*

Results: *The means of choir group lung function compared to control group FVC p value = 0.745; FEV1 p value = 0.377 and FEV1/FVC p value = 0.859.*

Conclusions: *Singing practice did not increase lung function (FVC, FEV1 and FEV1/FVC in young male .*

Keywords: *Singing, Choir, Non-Choir, Lung Function,*

DAFTAR ISI

JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
 BAB I PENDAHULUAN	
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Identifikasi Masalah	2
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian	2
1.4 Manfaat Penelitian	3
1.5 Kerangka Pemikiran	3

1.6 Hipotesis Penelitian	4
--------------------------------	---

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Anatomi Paru	5
2.2 Anatomi Otot Pernapasan	7
2.3 Mekanisme Ventilasi Paru-Paru.....	9
2.3.1 Otot yang Menyebabkan Ekspansi dan Pengempisan Paru-Paru.....	9
2.3.2 Volume dan Kapasitas Paru	12
2.3.2.1 Merekam Volume Perubahan Paru dengan Spirometri.....	12
2.3.2.2 Volume Paru.....	13
2.3.2.3 Kapasitas Paru.....	14
2.3.2.4 Singkatan dan Simbol yang Digunakan di Studi Fungsi Paru	15
2.4 Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Fungsi Paru	15
2.5 Fungsi Jalan Pernapasan	17
2.6 Dinding Otot Bronkus dan Bronkiolus dan Pengendaliannya	18
2.7 Vokalisasi.....	18
2.7.1 Anatomi dari Bicara	18
2.7.2 Pengaturan Aliran Udara oleh Otot.....	19
2.8 Fonasi	21
2.9 Artikulasi.....	25

2.10	Produksi Huruf Vokal	26
2.11	Produksi Huruf Konsonan.....	26
2.12	Menyanyi	27
2.13	Latihan Vokal.....	27

BAB III BAHAN DAN METODOLOGI

3.1	Alat dan Bahan Penelitian.....	28
3.1.1	Alat dan Bahan	28
3.2	Subjek Penelitian.....	28
3.3	Lokasi dan Waktu Penelitian	29
3.3.1	Lokasi.....	29
3.3.2	Waktu	29
3.4	Metode Penelitian.....	29
3.4.1	Desain Penelitian.....	29
3.4.2	Variabel Penelitian.....	30
3.4.3	Besar Sampel.....	31
3.5	Prosedur Penelitian	32
3.5.1	Kelompok Paduan Suara	32
3.5.2	Kelompok Kontrol	33
3.6	Metode Analisis	35
3.7	Hipotesis Statistik.....	35

3.8 Aspek Etik Penelitian.....	35
--------------------------------	----

BAB IV HASIL DA N PEMBAHASAN

4.1 Karakteristik Subjek Penelitian.....	36
4.2 Hasil dan Pembahasan.....	37
4.2.1 Nilai Spirometri Kapasitas Paru Paksa (FVC)	37
4.2.2 Nilai Spiromteri Volume Ekspirasi Paksa Detik Pertama (FEV1)	38
4.2.3 Nilai Rasio Volume Ekspirasi Paksa Detik Pertama dan Kapasitas Paru Paksa (FEV1/FVC)	39
4.3 Uji Hipotesis Penelitian	40
4.4 Keterbatasan Penelitian	41

BAB V SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan	42
5.2 Saran.....	42

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	Anatomi Saluran Pernapasan	5
Gambar 2.2	Anatomi Hilum Pari-Paru	6
Gambar 2.3	Otot-Otot Dinding Dada.....	7
Gambar 2.4	Otot-Otot Dinding Perut.....	9
Gambar 2.5	Mekanisme Gerak Dinding Dada.....	11
Gambar 2.6	Kapasitas dan Volume Dalam Paru-Paru.....	13
Gambar 2.7	Anatomi Pergerakan Otot-Otot Laring.....	22
Gambar 2.8	Pergerakan Pita Suara.....	22
Gambar 2.6	Posisi Pita Suara dalam Siklus Fonasi	23
Gambar 3.1	Alur Penelitian.....	34

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1	Otot-Otot Dada Untuk Pernapasan	7
Tabel 2.2	Otot-Otot Perut Untuk Pernapasan	8
Tabel 4.1	Karakteristik Subjek Kelompok Anggota Paduan Suara dan Kelompok Kontrol	36
Tabel 4.2	Nilai FVC Pada Kelompok Anggota Paduan Suara dan Kelompok Kontrol	37
Tabel 4.2	Nilai FEV1 Pada Kelompok Anggota Paduan Suara dan Kelompok Kontrol	38
Tabel 4.2	Nilai FEV1/ FVC Pada Kelompok Anggota Paduan Suara dan Kelompok Kontrol	39

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	45
Lampiran 2	46
Lampiran 3	47
Lampiran 4	48
Lampiran 5	49
Lampiran 6	50
Lampiran 7	51
Lampiran 8	52
Lampiran 9	

