

ABSTRAK

Judul : PERBANDINGAN VITAL SIGN PADA PELAKU
GYMNASTIC DI RUANGAN AC DAN NON-AC DI
KECAMATAN MEDAN PETISAH KOTA MEDAN

Penyusun : Fernando

NIM : 223307010146

Fakultas/Program Studi : Fakultas Kedokteran, Kedokteran Gigi dan Ilmu
Kesehatan, Universitas Prima Indonesia

Dosen Pembimbing : Dr. dr. Hj. Masdalena Nasution, M.Kes., M.Biomed.

Latar Belakang : Vital sign merupakan indikator penting dalam menilai kondisi fisiologis tubuh seseorang, terutama saat menjalani aktivitas fisik seperti gymnastic. Lingkungan tempat latihan, seperti suhu ruangan, dapat mempengaruhi respons tubuh, khususnya denyut nadi, tekanan darah, laju pernapasan, dan suhu tubuh. Latihan di ruangan ber-AC dianggap memberikan kenyamanan lebih, sedangkan latihan di ruangan non-AC meningkatkan beban termal tubuh. Mengingat iklim tropis Kota Medan yang panas dan lembap, penelitian ini penting untuk mengevaluasi apakah terdapat perbedaan bermakna dalam vital sign antara pelaku gymnastic di dua kondisi ruangan tersebut. **Tujuan:** Mengetahui perbedaan denyut nadi, tekanan darah sistol dan diastol, laju pernapasan, dan suhu tubuh pada pelaku gymnastic yang melakukan strength training di ruangan AC dan non-AC. **Metode:** Penelitian ini bersifat kuantitatif komparatif dengan desain quasi-eksperimental pretest-posttest with two group design. Sampel sebanyak 100 orang dibagi dalam dua kelompok berdasarkan tempat latihan (AC dan non-AC) yang diambil menggunakan teknik purposive sampling. Data dianalisis menggunakan uji Independent t-test. **Hasil:** Hasil menunjukkan bahwa tidak terdapat perbedaan yang bermakna pada seluruh

parameter vital sign antara kedua kelompok. Heart rate ($p=0,184$), tekanan darah sistol ($p=0,263$), tekanan darah diastol ($p=0,714$), respiratory rate ($p=0,114$), dan suhu tubuh ($p=0,380$) semuanya memiliki nilai $p > 0,05$. **Kesimpulan:** Tidak terdapat perbedaan yang signifikan antara vital sign pelaku gymnastic yang melakukan latihan di ruangan ber-AC maupun non-AC. Hal ini mengindikasikan bahwa kondisi lingkungan tidak memberikan pengaruh yang signifikan terhadap perubahan fisiologis selama strength training, meskipun tetap penting mempertimbangkan kenyamanan individu dan risiko termal.

Kata Kunci: Vital Sign; Gymnastic; Ruangan AC; Non-AC;