

Proses Submit sampai Artikel Terbit

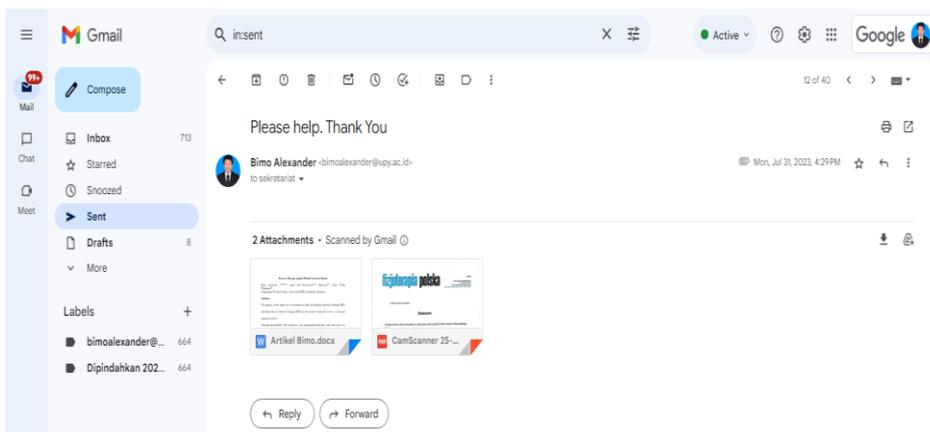
Judul: **Exercise Therapy Against Platelet Levels in Obesity**

Penulis: **Bimo Alexander, Andri Arif Kustiawan, Hadiono, Cakra Yudha Wiratama**

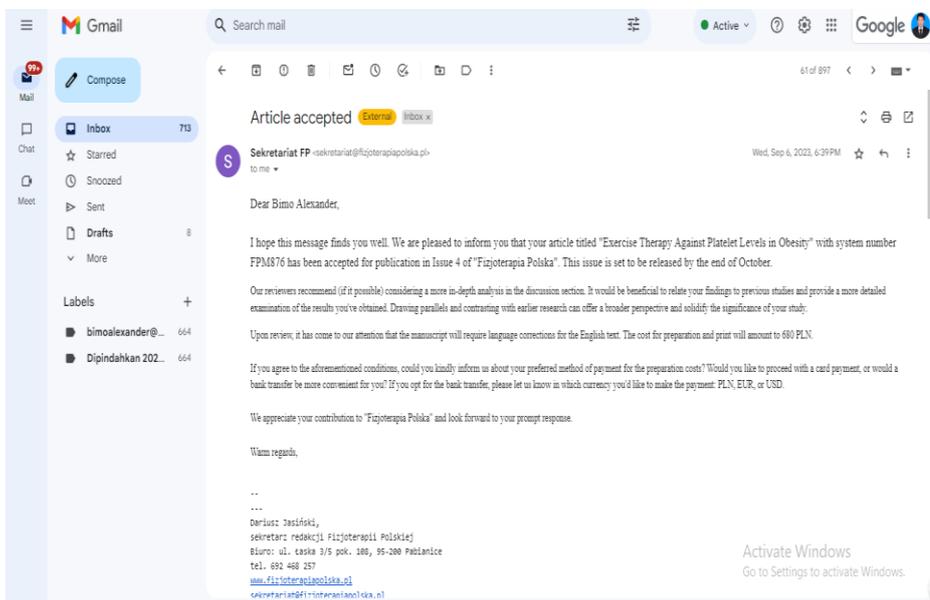
1. Submit artikel di Jurnal Fizjoterapia Polska tanggal Jul 31, 2023, 4:29 PM
2. Mendapatkan Review untuk dapat memperbaiki artikel pada tahap berikutnya tanggal Sep 6, 2023, 6:39 PM
3. Pemberitahuan Pembayaran pada tanggal 7, 2023, 4:16 PM
4. Pengiriman bukti kontribusi oleh penulis pada tanggal 4, 2023, 4:08 PM
5. Pemberitahuan Penerbitan Jurnal Pada Tanggal 6, 2023, 3:55 PM
6. Penerbitan Jurnal Pada Tanggal 12 Oktober 2023

Adapun prosesnya dapat secara lengkap dilihat dalam kutipan bukti sebagai berikut:

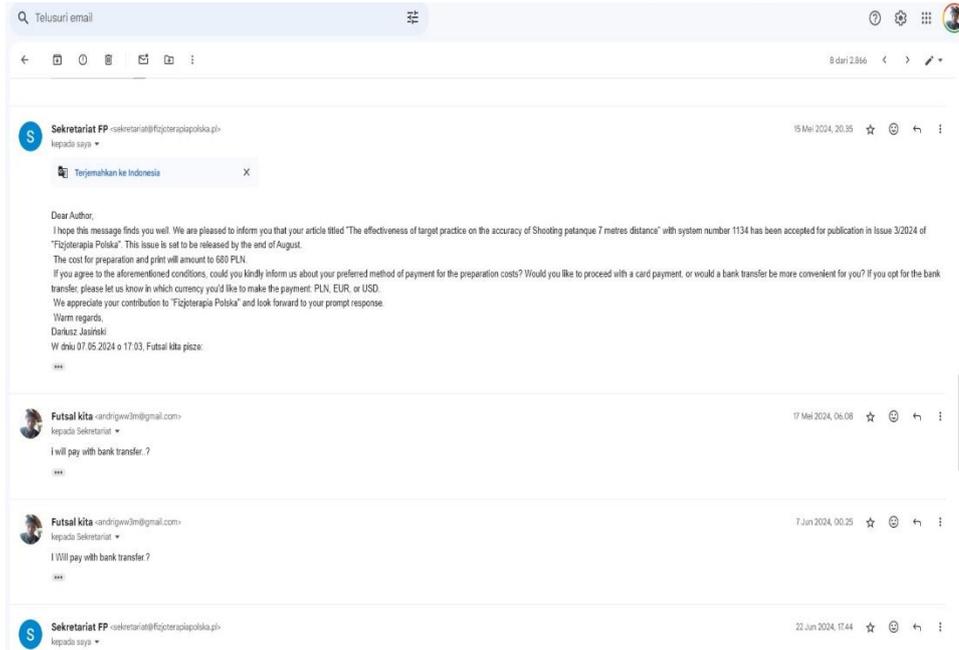
1. Submit artikel di Jurnal Fizjoterapia Polska tanggal Jul 31, 2023, 4:29 PM



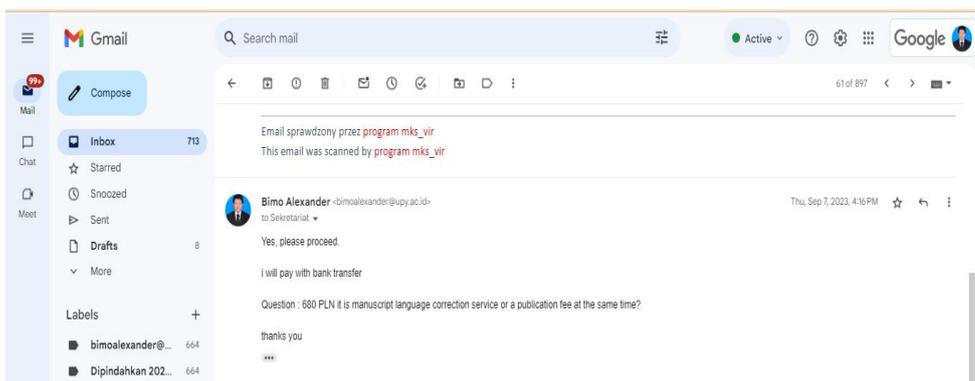
2. Mendapatkan Review untuk dapat memperbaiki artikel pada tahap berikutnya pada tanggal 6, 2023, 6:39 PM



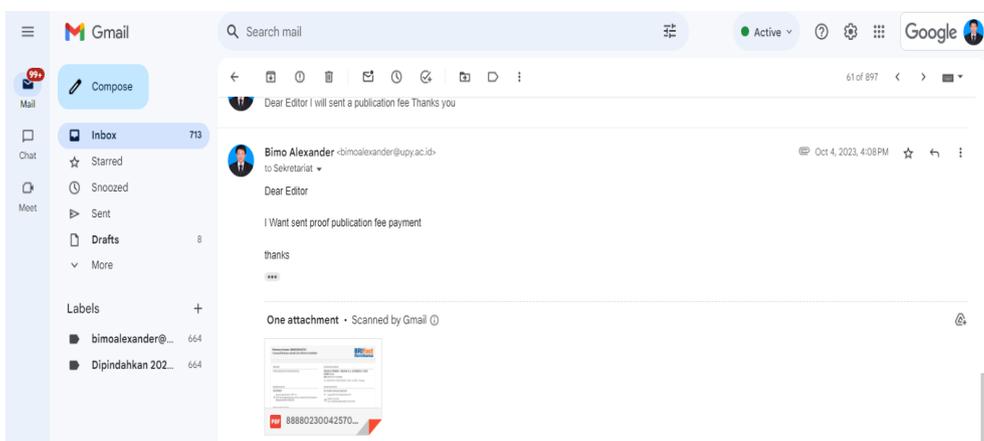
3. Mendapatkan pemberitahuan bahwa artikel diterima pada tanggal 7, 2023, 4:16 PM



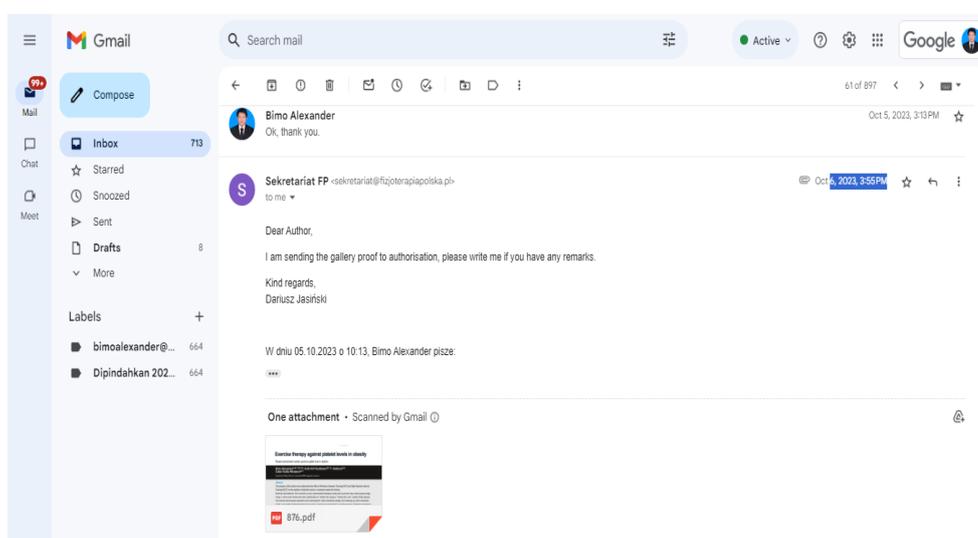
4. Pemberitahuan Pembayaran pada tanggal 7, 2023, 4:16 PM



5. Pengiriman bukti kontribusi oleh penulis pada tanggal 4, 2023, 4:08 PM



6. Pemberitahuan Penerbitan Jurnal Pada Tanggal 6, 2023, 3:55 PM



7. Penerbitan Jurnal Pada Tanggal 12 Oktober 2023

fizjoterapia polska
www.fizjoterapiapolska.pl

Exercise therapy against platelet levels in obesity

Terapia ćwiczeniami wobec poziomu płytek krwi w otyłości

Bimo Alexander^(A,B,C,D,E,F,G), Andri Arif Kustiawan^(B,C,D), Hadiono^(E,F), Cakra Yudha Wiratama^(B,F)
Department Of Sport Science, Universitas PGRI Yogyakarta, Indonesia

Abstract
The purpose of this study was to determine the effect of Moderate Intensity Training (MIT) and High Intensity Interval Training (HIIT) on the number of platelets used as a treatment option for obesity. Materials and methods. This research is a true experimental laboratory study with a post test only control group design. Using 21 obese male Wistar rats with a distribution of 7 Wistar HIIT groups, 7 Wistar MIT, and 7 control Wistar groups. The exercise intervention consisted of HIIT intensity (90-100% of baseline ability), MIT intensity (60-80% of baseline ability), and control without training for six weeks. A special mouse treadmill is used for exercise. Platelet measurement by enzyme-linked immunosorbent assay (ELISA). Hematology tests are used to determine platelets. Data analysis used the Anova test.
Results. There was a significant difference in platelets between the control, MIT and HIIT groups ($p = 0.015$). The mean value of platelets in MIT and HIIT was higher than the control group. HIIT vs Control there was no significant difference ($p = 0.816$) and MIT vs Control there was a significant difference ($p = 0.017$). Likewise HIIT vs MIT there is no significant difference ($P = 0.058$).
Conclusion. Exercise with HIIT and MIT for 6 weeks can be used as an alternative to overcome obesity because it can reduce weight in obesity and is accompanied by an increase in platelets.

Keywords
MIT, HIIT, platelets, obesity

Streszczenie
Celem tego badania polegało na określeniu wpływu treningu o umiarkowanej intensywności (MIT) oraz treningu interwałowego o wysokiej intensywności (HIIT) na liczbę płytek krwi stosowanych jako opcja leczenia otyłości. Materiały i metody. Badanie to jest prawdziwym eksperymentalnym badaniem laboratoryjnym z grupą kontrolną, w którym testy przeprowadzono tylko po zakończeniu eksperymentu. Badanie objęło 21 otyłych samców szczurów Wistar, podzielonych na trzy grupy: 7 w grupie HIIT, 7 w grupie MIT i 7 w grupie kontrolnej. Interwencja ćwiczeniowa składała się z treningu HIIT (90-100% bazowej zdolności), treningu MIT (60-80% bazowej zdolności) oraz grupy kontrolnej bez treningu przez sześć tygodni. Do ćwiczeń używano specjalistycznego bieżni dla myszy. Pomiar płytek krwi przeprowadzono za pomocą testu ELISA. Testy hematologiczne służyły do określenia liczby płytek krwi. Analizę danych przeprowadzono za pomocą testu Anova.
Wyniki. Stwierdzono istotną różnicę w liczbie płytek krwi między grupami kontrolnymi, MIT i HIIT ($p = 0.015$). Średnia liczba płytek krwi w grupach MIT i HIIT była wyższa niż w grupie kontrolnej. Między grupą HIIT a kontrolną nie stwierdzono istotnej różnicy ($p = 0.816$), ale między MIT a grupą kontrolną była istotna różnica ($p = 0.017$). Podobnie nie było istotnej różnicy między HIIT a MIT ($p = 0.058$).
Wnioski. Ćwiczenia z HIIT i MIT przez 6 tygodni mogą być używane jako alternatywa w walce z otyłością, ponieważ mogą one redukować wagę i wiązać się ze wzrostem liczby płytek krwi.

Słowa kluczowe
MIT, HIIT, płytki krwi, otyłość

192 doi.org/10.56984/82G20ASbl www.fizjoterapiapolska.pl