

**PENGARUH LATIHAN AEROBIK *JUMPING ROPE*  
TERHADAP PERSENTASE LEMAK TUBUH DAN  
KELINCAHAN PADA LAKI-LAKI DEWASA**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Karya Tulis ini Dibuat sebagai Salah Satu Syarat  
Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran

**NADYA LARASATI**

**1510167**



**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS KRISTEN MARANATHA**

**BANDUNG**

**2018**

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Tuhan yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan penyusunan karya tulis ilmiah yang berjudul “Pengaruh Latihan Aerobik *Jumping Rope* Terhadap Persentase Lemak Tubuh dan Kelincahan Pada Laki-Laki Dewasa” dengan baik, lancar, dan tepat pada waktunya. Karya tulis ilmiah ini dibuat sebagai salah satu persyaratan akademik untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran (S.Ked) di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha Bandung.

Dalam pembuatan karya tulis ilmiah ini tak jarang dijumpai adanya halangan maupun kesulitan, namun penulis merasa amat terbantu atas adanya bantuan dan dukungan dari berbagai pihak yang membuat proses penelitian menjadi lebih mudah dan lancar. Pada kesempatan ini, penulis ingin menyampaikan ucapan terima kasih dan penghargaan kepada:

1. Stella Tinia, dr., M.Kes. IBCLC. selaku pembimbing utama karya tulis ilmiah ini yang selalu memberikan dukungan dan bantuan moral, serta meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan masukan, saran, dan bimbingan kepada penulis sehingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan.
2. Kartika Dewi, dr., M.Kes., Sp.Ak. selaku pembimbing kedua karya tulis ilmiah ini yang selalu memberikan dukungan dan bantuan moral, serta meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran dalam memberikan masukan, saran, dan bimbingan kepada penulis sehingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan.
3. Seluruh civitas akademika Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha atas bimbingan dan bantuannya selama ini.
4. Kedua orang tua penulis, yang tercinta ayahanda Ir.H.Bimo Wicaksono, MTI., dan ibunda dr.Hj.Vera Nevada, Sp.S., serta kakak-kakak tersayang, dr.Ario Baskoro, BMedSc., dan dr.Marcella Burhan, MRes., yang selalu memberikan doa, cinta, perhatian, bimbingan, bantuan, semangat, dan

dukungan yang tidak terbatas sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.

5. Sahabat-sahabat penulis, Devita Ramadani, S.Ked., Farah Aulya, S.Ked., Bhaskara Wibawa, S.Ked., Luckyana Ayuningtias, S.Ked., Febrihardita Dwinovitch, S.Ked., Nadya Aisyah Widowati, S.Ked., Trianantha Manay, S.Ked., Julang Fahman, S.Ked., Constello DiMargt, S.Ked., Dedi Sutanto, S.Ked., dan Affan Naufal, S.Ked., yang selalu mendukung dan menghibur selama penulis menempuh pendidikan di Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Maranatha Bandung.
6. Teman-teman penelitian penulis, Shintiagi Ekawidy, Adra Taufiqah, Julidea Sipayung, Syani Lesmana, Lynna Sugijanto, dan Priska Kromo yang selalu memberi dukungan dan masukan sehingga karya tulis ilmiah ini dapat terselesaikan.
7. Teman-teman angkatan 2015 yang namanya tidak bisa disebutkan satu persatu atas semua perhatian, dukungan, dan bantuan yang diberikan sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
8. Semua pihak yang telah membantu secara langsung maupun tidak, namun namanya tidak dapat disebutkan satu-persatu.

Penulis menyadari bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan masukan dan saran yang membangun demi perbaikan di masa mendatang. Semoga karya tulis ilmiah ini dapat memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang Kedokteran.

Bandung, Oktober 2018

Nadya Larasati