

# PERINGATAN !!!

*Bismillaahirrahmaanirrahiim  
Assalamu'alaikum warahmatullaahi wabarakaatuh*

---

1. Skripsi digital ini hanya digunakan sebagai bahan referensi
2. Cantumkanlah sumber referensi secara lengkap bila Anda mengutip dari Dokumen ini
3. **Plagiarisme** dalam bentuk apapun merupakan pelanggaran keras terhadap etika moral penyusunan karya ilmiah
4. Patuhilah etika penulisan karya ilmiah

**Selamat membaca !!!**

*Wassalamu'alaikum warahmatullaahi wabarakaatuh*

**HUBUNGAN KEBUGARAN JASMANI DAN LEMAK TUBUH  
PADA KELOMPOK SENAM DAN KELOMPOK TIDAK  
SENAM**

**SKRIPSI**

**Diajukan untuk memenuhi tugas akhir  
Fakultas Kedokteran  
Universitas Islam Bandung**

**PUTRI KANIA DEWI  
10100111039**

**FAKULTAS KEDOKTERAN**

**UNIVERSITAS ISLAM BANDUNG**

**2015**

**HUBUNGAN KEBUGARAN JASMANI DENGAN LEMAK  
TUBUH PADA KELOMPOK SENAM DAN KELOMPOK  
TIDAK SENAM**

**SKRIPSI**

**PUTRI KANIA DEWI**

**10100111039**

**Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang telah dibuat oleh nama yang  
disebutkan di atas telah diperiksa dan direvisi, secara lengkap dan  
memuaskan, sehingga dapat diajukan dalam sidang skripsi**

**Bandung, 31 Juli 2015**

**Pembimbing I**

**Prof. Dr. Ieva B Akbar, dr., AIF.**

---

**NIK: D.09.0.506**

**Pembimbing II**

**Dr. Arief Budi Yulianti, Dra., M.Si.**

---

**NIK: D.86.0.046**

**Skripsi ini telah dipertahankan oleh penulis di dalam seminar yang diadakan  
oleh Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung**

**Pada Tanggal 6 Juli 2015**

**Yang dihadiri oleh**

**Ketua : Dr., dr. Usep A., M. SpMK.**

**Sekretaris : Rika Nilapsari, dr., Sp.PK.**

**Pembahas I : Dr., dr. Usep A., M. SpMK.**

**Pembahas II : Rika Nilapsari, dr., Sp.PK.**

**Pembahas III : Siska Nia Irasanti, drg.**

**Pembimbing I : Prof. Dr. Ieva B Akbar, dr., AIF.**

**Pembimbing II : Dr. Arief Budi Yulianti, Dra., M.Si.**

## MOTTO

يَتَأْتِيهَا الَّذِينَ ءَامَنُوا إِذَا قِيلَ لَكُمْ تَفَسَّحُوا فِي الْمَجَالِسِ فَافْسَحُوا  
يَفْسَحِ اللَّهُ لَكُمْ وَإِذَا قِيلَ انشُرُوا فَانشُرُوا يَرْفَعِ اللَّهُ الَّذِينَ ءَامَنُوا  
مِنْكُمْ وَالَّذِينَ أُوتُوا الْعِلْمَ دَرَجَاتٍ وَاللَّهُ بِمَا تَعْمَلُونَ خَبِيرٌ ﴿١١﴾

Artinya: “Wahai orang-orang yang beriman. Apabila dikatakan kepadamu, ‘berilah kelapangan di dalam majelis-majelis’, maka lapangkanlah, niscaya Allah akan memberi kelapangan untukmu. Dan apabila dikatakan, ‘berdirilah kamu’, maka berdirilah, niscaya Allah akan mengangkat (derajat) orang-rang yang beriman diantaramu dan orang-orang yang diberi ilmu beberapa derajat. Dan Allah Maha Teliti apa yang kamu kerjakan.” (Q.S Al-Mujadilah [58] : 11)

*“You are what you think. You are what you go for. You are what you do”*

- Bob Richards

*“Life is like riding a bicycle. To keep your balance, you must keep moving”*

- Albert Einstein