

## ABSTRAK

### **JUWITA. “ Pengaruh Pemberian**

**perbandingan pemberian minuman lidah buaya dan pemeriksaan jumlah CRP Minuman Lidah Buaya Terhadap Kadar CRP Pada Mahasiswa Ikor Unimed 2016 Yang Diberi Latihan Fisik Submaksimal”**

**(Pembimbing: .dr. Rika Nailuvar Sinaga, M.Biomed AIFO-K**

**Skripsi : Fakultas Ilmu Keolahragaan UNIMED 2021.**

Aktivitas fisik submaksimal dapat mengakibatkan terjadinya stress oksidatif diakibatkan produksi radikal bebas melebihi jumlah antioksidan di dalam tubuh. Stress oksidatif dapat dicegah atau dikurangi dengan antioksidan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian minuman lidah buaya terhadap kadar c-reactive protein (CRP) Mahasiswa IKOR 2016. Penelitian ini dilakukan di laboratorium Fisik Fakultas Ilmu Keolahragaan Unimed dan pemeriksaan kadar (CRP) dilakukan di laboratorium kesehatan daerah Sumatera Utara. Penelitian ini menggunakan penelitian eksperimen, dengan metode *Pretest-Postes Control Group Design*. Sampel penelitian mahasiswa angkatan 2016 sebanyak 10 orang. CRP diukur dengan dilakukan di awal dan diakhir perlakuan. Perlakuan fisik yang diberikan dalam penelitian ini yaitu latihan dengan intensitas 80%-90%. Penelitian ini dilakukan 4 minggu dengan frekuensi 3 kali perminggu. Teknik analisis data pada penelitian menggunakan *men whitney*.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak ada perbedaan dan pengaruh terhadap kadar C-Reactive protein pada mahasiswa IKOR 2016 yang sudah diberi latihan fisik sub-maksimal dan mahasiswa yang tidak diberi minuman lidah buaya.

**Kata kunci : C-Reactive Protein, Lidah Buaya, Aktifitas Fisik Submaksimal**