

**FAKULTAS KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN”  
JAKARTA**

**Skripsi, Desember 2025**

**ADINDA NUZUL F, No. NIM 2210211201**

**HUBUNGAN ANTARA MASSA BEBAS LEMAK DAN MASSA LEMAK  
TERHADAP DENYUT JANTUNG SAAT ISTIRAHAT PADA  
MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS  
PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA TAHUN 2025**

RINCIAN HALAMAN (vii + 77 halaman, 6 tabel, 4 gambar, 9 lampiran)

**ABSTRAK**

**Tujuan**

Denyut jantung saat istirahat merupakan indikator penting kondisi kardiovaskular dan prediktor risiko penyakit jantung. Komposisi tubuh, khususnya massa bebas lemak dan massa lemak, diduga mempengaruhi nilai denyut jantung saat istirahat. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara massa bebas lemak dan massa lemak terhadap denyut jantung saat istirahat pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta tahun 2025.

**Metode**

Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan desain penelitian cross sectional dan *Fisher's Exact Test* dengan total sampel sebanyak 40 mahasiswa yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

**Hasil**

Berdasarkan analisis bivariat, tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara massa bebas lemak dengan denyut jantung saat istirahat ( $p=1.000$ ). Hal serupa juga ditunjukkan pada hubungan massa lemak dengan denyut jantung saat istirahat ( $p=1.000$ ).

**Kesimpulan**

Tidak terdapat hubungan antara massa bebas lemak dan massa lemak terhadap denyut jantung saat istirahat.

**Daftar Pustaka** : 61 (2015-2025)

**Kata Kunci** : Massa Bebas Lemak, Massa Lemak, Denyut Jantung saat Istirahat

**FACULTY OF MEDICINE  
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN”  
JAKARTA**

**Undergraduate Thesis, December 2025**

**ADINDA NUZUL F, No. NIM 2210211201**

**THE RELATIONSHIP BETWEEN FAT-FREE MASS AND FAT MASS  
WITH RESTING HEART RATE AMONG MEDICAL STUDENTS OF  
UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL ‘VETERAN’ JAKARTA IN  
2025**

PAGES DETAIL (vii + 77 pages, 6 tables, 4 pictures, 9 appendices)

**ABSTRACT**

**Objective**

Resting heart rate is an important indicator of cardiovascular condition and a predictor of heart disease risk. Body composition, particularly fat-free mass and fat mass, is thought to influence the values in resting heart rate. This study aimed to examine the relationship between fat-free mass and fat mass with resting heart rate among medical students at Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta in 2025.

**Method**

This research was an analytic observational study with a cross-sectional design, using Fisher’s Exact Test, involving a total of 40 medical students who met the inclusion and exclusion criteria.

**Result**

Based on the bivariate analysis, no significant association was found between fat-free mass and resting heart rate ( $p=1.000$ ). A similar result was observed for the relationship between fat mass and resting heart rate ( $p=1.000$ ).

**Conclusion**

There was no significant relationship between fat-free mass or fat mass and resting heart rate.

**Reference** : 61 (2015-2025)

**Keywords** : Fat-Free Mass, Fat Mass, Resting Heart Rate