

## Perbedaan tingkat fleksibilitas laki - laki dan perempuan pada mahasiswa Fakultas Kedokteran = Differences in flexibility men and women in the Faculty of Medicine

Dary Alhady Nugraha, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20385613&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Turunnya tingkat fleksibilitas merupakan hal yang fisiologis seiring bertambahnya umur seseorang. Range of Motion pada seseorang yang mengalami penurunan tingkat fleksibilitas juga akan menurun karena adanya keterbatasan ruang gerak sendi. Penelitian ini dilakukan di Laboratorium Fisiologi FKUI dengan menggunakan metode cross sectional yang melihat perbedaan tingkat fleksibilitas antara laki-laki dan perempuan berdasarkan nilai yang didapat dari hasil percobaan. Total sampel yang digunakan untuk penelitian ini adalah 149 sampel. Data diuji menggunakan SPSS 21 for Mac dan dilakukan uji deskriptif cross tabulation. Didapatkan sebanyak 39.6% laki-laki yang memiliki tingkat fleksibilitas excellent dan sebanyak 45.8% perempuan yang memiliki tingkat fleksibilitas excellent dengan perbedaan tingkat fleksibilitas 6.2% antara laki-laki dan perempuan. Hasil uji deskriptif cross tabulation ini menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat fleksibilitas antara laki-laki dan perempuan, dan lebih banyak perempuan yang mempunyai tingkat fleksibilitas dengan kategori excellent. Kesimpulan pada penelitian ini adalah perempuan lebih banyak memiliki tingkat fleksibilitas excellent daripada laki-laki.

.....

The decline in the level of flexibility is a physiological thing as it ages face. Range of motion of someone who reduces levels of flexibility will also decrease due to the limitations of the joint space. This study was conducted at the Laboratory of Physiology, Faculty of Medicine , using a cross-sectional view of the differences in the degree of flexibility between men and women based on the value obtained from the experimental results. Total sample used for this test is 149 samples. Data is tested using SPSS 21 for Mac and descriptive test cross-tabulated. Accumulated as 39.6% of the men who have high levels of flexibility, and the 45.8% of women who have excellent flexibility, with excellent flexibility rate 6.2% difference between men and women. Descriptive cross-tabulated test results show that there are differences in the degree of flexibility between men and women. The findings in this study were more women have excellent levels of flexibility as compared to men.