

ABSTRAK**PENGARUH LATIHAN AEROBIK DAN PEMBERIAN REBUSAN KULIT MANGGIS (*GARCINIA MANGOSTANA L.*) TERHADAP KADAR ADIPONEKTIN PADA TIKUS PUTIH (*RATTUS NORVEGICUS WISTAR*) JANTAN****MUHAMMAD DANIAL**

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental laboratorium dengan rancangan penelitian "*Posttest Only Control Group Design*." Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh latihan aerobik dan pemberian rebusan kulit manggis terhadap kadar adiponektin pada tikus putih jantan. Sampel berjumlah 32 ekor tikus normal dipilih secara acak, umur sekitar 3 bulan. Sampel dibagi menjadi empat kelompok : Kontrol (n=8), Latihan aerobik (80% dari kemampuan maksimal, 7 hari / minggu selama 1 minggu, n = 8), Rebusan kulit manggis (150 mg / kg BB, 7 hari / minggu selama 1 minggu, n = 8), Kombinasi latihan aerobik dan rebusan kulit manggis (80% dari kemampuan maksimal dan 150 mg / kg BB, 7 hari / minggu selama 1 minggu, n = 8). Data diolah menggunakan statistik deskriptif, uji normalitas, uji homogenitas, dan uji anova. Signifikansi diterima pada $p < 0,05$. Hasil statistik deskriptif kadar adiponektin kelompok kontrol ($14,326 \pm 1,844 \mu\text{g/ml}$), kelompok latihan aerobik ($13,716 \pm 2,806 \mu\text{g/ml}$), kelompok rebusan kulit manggis ($14,539 \pm 1,498 \mu\text{g/ml}$), kelompok latihan aerobik dan rebusan kulit manggis ($13,224 \pm 1,709 \mu\text{g/ml}$). Hasil uji anova menunjukkan nilai $p = 0,552$ ($p > 0,05$) sehingga tidak terdapat perbedaan kadar adiponektin secara bermakna antar kelompok. Kesimpulan pada penelitian ini (1) Latihan aerobik tidak meningkatkan kadar adiponektin secara bermakna pada tikus putih jantan, (2) Rebusan kulit manggis meningkatkan kadar adiponektin secara tidak bermakna pada tikus putih jantan, (3) Latihan aerobik yang dikombinasikan dengan pemberian rebusan kulit manggis tidak meningkatkan kadar adiponektin secara bermakna pada tikus putih jantan.

Kata kunci : Latihan aerobik, kulit manggis, kadar adiponektin, obesitas, dan diabetes mellitus