

## ABSTRAK



SKRIPSI, Maret 2022

**Nadhifa Aufiyazzahra Nurani**

Program Studi S-1 Fisioterapi

Fakultas Fisioterapi

Universitas Esa Unggul

### **HUBUNGAN ANTARA INDEKS MASSA TUBUH DENGAN KELINCAHAN ATLET TAEKWONDO PADA MASA REMAJA**

Terdiri dari VI Bab, 65 Halaman, 8 Tabel, 1 Grafik, 1 Gambar, 3 Skema, 7 Lampiran

**Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan antara indeks masa tubuh dengan kelincahan atlet taekwondo pada masa remaja. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif berupa studi korelasi untuk menganalisis hubungan indeks massa tubuh dengan kelincahan atlet taekwondo pada masa remaja. Total sampel sebanyak 30 orang pemain atlet taekwondo dengan rentang usia 14-18 tahun di club SNTC Serang Banten. Alat ukur yang digunakan adalah timbangan BB dan meterline untuk memperoleh nilai IMT ( $\text{kg}/\text{m}^2$ ) dan *Illionis Agility test* untuk kelincahan. **Hasil:** pada penelitian ini diperoleh rata-rata nilai IMT yaitu  $20,7 \text{ kg}/\text{m}^2$  dan rata-rata kelincahan sebesar 13,1s. Uji korelasi *Pearson* pada  $\alpha=0,05$  diperoleh nilai  $p=0,023$  dan  $r=0,414$  yang artinya terdapat korelasi yang positif antara IMT dengan kelincahan yaitu kekuatan korelasi sedang, yang mana semakin tinggi nilai IMT maka nilai kelincahan juga akan semakin tinggi, khususnya pada atlet taekwondo. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara IMT dengan kelincahan atlet taekwondo.

**Kata Kunci:** Indeks Massa Tubuh, Kelincahan, Atlet Taekwondo

## ABSTRACT



SKRIPSI, March 2022

**Nadhifa Aufiyazzahra Nurani**

Undergraduate Program Physiotherapy

Faculty of Physiotherapy

Esa Unggul University

### **THE RELATIONSHIP BETWEEN BODY MASS INDEX AND AGILITY OF TAEKWONDO ATHLETES IN ADULT**

Consists of VI Chapters, 65 Pages, 8 Tables, 1 Graphs, 1 Figures, 3 Schematics, 7 Appendices

**Objective:** To determine the relationship between body mass index and the agility of taekwondo athletes in adult. **Methods:** This research is a descriptive study in the form of a correlation study to analyze the relationship between body mass index and the agility of taekwondo athletes in adolescence. The total sample is 30 taekwondo athletes with an age range of 14-18 years at the SNTC Serang Banten club. The measuring tools used are weight scales and meterline to get the BMI value ( $\text{kg}/\text{m}^2$ ) and the Illinois Agility test for agility. **Result:** In this study, the average BMI value was  $20.7 \text{ kg}/\text{m}^2$  and an average agility was 13.1s. Pearson correlation test at  $\alpha = 0.05$  obtained  $p = 0.023$  and  $r = 0.414$  which means that there is a positive correlation between BMI and agility, namely the strength of the moderate correlation, where the higher the BMI value, the higher the agility value, especially in athletes taekwondo. **Conclusion:** There is a significant correlation or relationship between body mass index and the agility of taekwondo athletes.

Keywords: Body Mass Index, Agility, Taekwondo Athlete