

## ABSTRAK



SKRIPSI, Desember 2020

Dimas Affandi Sanjaya

Program Studi S-1 Fisioterapi

Fakultas Fisioterapi

Universitas Esa Unggul

### **HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH TERHADAP STABILITAS ANKLE PEMAIN BASKET**

Terdiri dari VI Bab, 48 halaman, 7 Tabel, 6 Gambar, 2 Skema dan 12 lampiran

**Tujuan:** Olahraga merupakan suatu aktifitas fisik yang memiliki tujuan tertentu dan dilakukan dengan aturan-aturan tertentu secara sistematis, seperti adanya aturan waktu, target denyut nadi, jumlah pengulangan gerakan dan lain-lain serta bersifat *overload*. Olahraga juga dapat meningkatkan kebugaran jasmani serta meningkatkan energi. Selain itu olahraga dapat mengurangi resiko serangan penyakit, pada penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan indeks massa tubuh dengan stabilitas *ankle* pada pemain basket rekreasi berusia 15-22 tahun. **Metode:** penelitian ini merupakan penelitian non eksperimental berupa studi korelasi untuk menganalisis hubungan indeks massa tubuh dengan stabilitas *ankle*, teknik pemilihan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *purposive random sampling* total sampel yaitu berjumlah 45 orang yang memenuhi kriteria penerimaan serta penolakan dengan rentang usia 15-22 tahun yang merupakan pemain basket klub basket All One Tangerang. Alat ukur yang digunakan yaitu *Y-Balance Test* untuk stabilitas *ankle* serta pengukuran indeks massa tubuh untuk mengukur indeks massa tubuh. **Hasil:** Uji korelasi dengan *Pearson correlation test* tidak didapatkan hubungan yang bermakna dengan nilai  $p = 0,464$  ( $p > 0.05$ ) dengan  $r = -0,128$  yang artinya tidak memiliki korelasi yang bermakna antara indeks massa tubuh dengan stabilitas *ankle*. **Kesimpulan:** Tidak terdapat hubungan yang bermakna antara indeks massa tubuh dengan stabilitas *ankle* yang khusus nya pada pemain basket. **Kata Kunci:** Indeks massa tubuh, Stabilitas *ankle*, basket.