



**HUBUNGAN INDEKS MASSA TERHADAP KELINCAHAN ANAK
USIA 11-12 TAHUN DI SEKOLAH SEPAK BOLA SIAGA
PRATAMA BOJONG GEDE KABUPATEN BOGOR**

KARYA TULIS ILMIAH

PRAYOGA WINDU LAKSANA

1910702051

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA

2022



**HUBUNGAN INDEKS MASSA TERHADAP KELINCAHAN ANAK
USIA 11-12 TAHUN DI SEKOLAH SEPAK BOLA SIAGA
PRATAMA BOJONG GEDE KABUPATEN BOGOR**

KARYA TULIS ILMIAH

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Ahli Madya Kesehatan**

PRAYOGA WINDU LAKSANA

1910702051

UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL VETERAN JAKARTA

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

PROGRAM STUDI FISIOTERAPI PROGRAM DIPLOMA TIGA

2022

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Tulis Ilmiah ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Prayoga windu laksana

NIM : 1910702051

Tanggal : 8 Juni 2022

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 8 Juni 2022

Yang menyatakan



(Prayoga Windu Laksana)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA TULIS
ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademika Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta,
saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Prayoga Windu Laksana
NIM : 1910702051
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Fisioterapi Program Diploma Tiga

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

“Hubungan Indeks Massa Terhadap Kelincahan Anak Usia 11-12 Tahun Di Sekolah Sepak Bola Siaga Pratama Bojong Gede Kabupaten Bogor”.

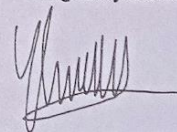
Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Karya Tulis Ilmiah saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai peneliti/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada tanggal : 8 Juni 2022

Yang menyatakan



(Prayoga Windu Laksana)

PENGESAHAN

Karya Tulis Ilmiah ini diajukan oleh :

Nama : Prayoga Windu Laksana
NIM : 1910702051
Program Studi : Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga
Judul Karya Tulis Ilmiah : Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Kelincahan Anak Usia 10-12 Tahun di Sekolah Sepak Bola Siaga Pratama Bojong Gede Kab Bogor

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian dari persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ahli Madya Kesehatan pada Program Studi Fisioterapi Program Diploma Tiga, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta



Heri Wibisono, AMd.FT, S.Pd, M.Si, AIFO

Ketua Penguji



Rena Mailani, S.ft, M.Biomed, AIFO

Penguji I



Suci Wahyu Ismiyasa, S.Ft, M.Erg, AIFO

Penguji II (Pembimbing)



Prayoga Windu Laksana, MARS
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 21 Mei 2022

Farahdina Baonliar, S.Ft. Physio, M.Sc, AIFO
Ka. Prodi Fisioterapi Program Diploma Tiga

HUBUNGAN INDEKS MASSA TERHADAP KELINCAHAN ANAK USIA 11-12 TAHUN DI SEKOLAH SEPAK BOLA SIAGA PRATAMA BOJONG GEDE KABUPATEN BOGOR

Prayoga Windu Laksana

Abstrak

Latar Belakang : Kelincahan merupakan kemampuan tubuh untuk merubah arah dengan kecepatan pada saat bergerak tanpa kehilangan keseimbangan pada posisi sebenarnya. Komposisi tubuh pun sangat berpengaruh dalam kelincahan anak karena kelincahan memainkan peran penting terhadap mobilitas fisik, namun kelincahan bukan komponen fisik tunggal, tetapi tersusun dari komponen koordinasi, kekuatan, kelenturan, waktu reaksi dan power. Diluar itu ada pula beberapa faktor yang mempengaruhi kelincahan antara lain, antropometri, tipe tubuh, usia, jenis kelamin, berat badan. **Tujuan Penelitian :** Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara indeks massa tubuh dengan kelincahan anak usia 11-12 tahun di Sekolah Sepak Bola Siaga Pratama Bojong gede Kab Bogor. **Metode Penelitian :** Metode atau jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kolerasional. Penelitian kolerasional bertujuan untuk menemukan ada atau tidak nya hubungan apabila ada maka seberapa eratkah hubungan tersebut serta apakah hubungan tersebut berarti atau tidaknya hubungan tersebut. Penelitian ini menggunakan metode survei dengan teknik tes dan pengukuran. Untuk Teknik analisa dalam penelitian ini menggunakan analisis regresi yaitu mencari hubungan yang berarti antar variabel bebas dan variabel terikat. **Hasil Penelitian :** Terdapat hubungan yang berarti antara IMT dengan kelincahan di Sekolah Sepak Bola Siaga Pratama dengan nilai $r = 0,550$ dengan nilai signifikansi $0,137 > 0,05$. **Kesimpulan :** Terdapat hubungan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan kelincahan di Sekolah Sepak Bola Siaga Pratama Bojong gede Kab Bogor

Kata Kunci : Kelincahan, Indeks Massa Tubuh, Pemain Siaga Pratama Bojong gede Kabupaten Bogor

THE RELATIONSHIP OF BODY MASS INDEX AND LIMB LENGTH TOWARDS ABILITY IN 11-12 YEARS OLD CHILDREN IN FOOTBALL STANDBY SCHOOL OF PRATAMA BOJONG GEDE, BOGOR REGENCY

Prayoga Windu Laksana

Abstract

Background: Agility is the body's ability to change direction with speed when moving without losing balance in its actual position. Body composition is also very influential in a child's agility because agility plays an important role in physical mobility, but agility is not a single physical component, but is composed of components of coordination, strength, flexibility, reaction time and power. Apart from that, there are also several factors that affect agility, including anthropometry, body type, age, gender, body weight. **The purpose of research :** This study aims to determine whether there is a relationship between body mass index and the agility of children aged 11-12 years at the Bojong Gede Football School Siaga Pratama, Bogor Regency. **Research Method :** The method or type of research used in this research is correlational. Correlational research aims to find out whether or not there is a relationship, if so, how close is the relationship and whether the relationship is meaningful or not. This study uses a survey method with test and measurement techniques. The analysis technique in this study uses regression analysis, which is looking for a meaningful relationship between the independent variable and the dependent variable. **Results :** There is a significant relationship between BMI and agility at the Pratama Siaga Football School with a value of $r = 0.550$ with a significance value of $0.137 > 0.05$. **Conclusion:** There is a relationship between Body Mass Index (BMI) and agility at the Bojong Gede Football School Siaga Pratama, Bogor Regency.

Keywords: Agility, Body Mass Index, Bojong Gede Pratama Standby Players, Bogor Regency

KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah SWT yang telah memberikan saya nikmat sehat sehingga saya dapat Menyusun Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Hubungan indeks massa tubuh dengan kelincahan anak usia 10-12 tahun di Sekolah Sepak Bola Siaga Pratama Bojong Gede Kab Bogor ” ini dengan baik dan tepat waktu.

Penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada yang terhormat Ibu Farahdina Bachtiar, S.Ft., Physio., M.Sc., AIFO selaku Ka. Prodi Fisioterapi Program Diploma Tiga, dan juga ibu Suci Wahyu Ismiyasa, S.FIS., M.Erg., AIFO selaku dosen pembimbing yang telah banyak memberikan saran yang sangat bermanfaat, serta senantiasa saya ucapkan terimakasih kepada seluruh dosen dan staf Program Studi Fisioterapi yang telah banyak mendidik dan membantu saya hingga sekarang.

Selesai nya penulisan ini juga tidak luput dari dukungan orang- orang yang mendukung saya. Terimakasih kepada orang tua penulis yakni Iwan Setiawan (Ayah) dan Azizah (Bunda) serta Iftitah Naura Azzahra (Adik) yang selalu menjadi motivasi bagi saya untuk terus semangat dalam penulisan ini. Terimakasih kepada seluruh teman-teman Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan yang selalu mendukung saya, serta teman-teman seperjuangan Fisioterapi Program Diploma Tiga 2019 yang telah berjuang bersama sampai akhir.

Saya tentu menyadari bahwa karya ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna dan masih banyak kekurangan di dalamnya. Penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari segala pihak untuk mengembangkan karya ilmiah ini menjadi lebih baik lagi.

Jakarta, 22 Februari 2022

(Prayoga Windu Laksana)

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
PERNYATAAN ORISINILITAS.....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
ABSTRACT.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR SKEMA	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang Masalah	1
I.2 Rumusan Masalah	2
I.3 Tujuan Penelitian	3
I.4 Manfaat Penelitian	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	4
II.1 Landasan Teori	4
II.2 Kerangka Teori	16
BAB III METODE PENELITIAN	17
III.1 Kerangka Konsep	17
III.2 Hipotesis Penelitian.....	18
III.3 Metode Penelitian	18
III.4 Waktu dan Tempat Penelitian	18
III.5 Populasi dan Sampel	19
III.6 Variabel Penelitian	20
III.7 Definisi Konseptual	20
III.8 Desain Penelitian	20
III.9 Instrumen Penelitian	23
III.10 Analisis Data	23
BAB IV Hasil dan Pembahasan	25
IV.1 Hasil Penelitian	25
IV.2 Pembahasan.....	29
BAB V PENUTUP.....	33
V.1 Kesimpulan	33
V.2 Saran.....	33
DAFTAR PUSTAKA	34
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Kategori IMT	7
Tabel 2	<i>Illinois Agility Test ratings</i> (Hachana et al., 2013).....	14
Tabel 3	Karakteristik Berdasarkan Usia	26
Tabel 4	Karakteristik Indeks Massa Tubuh di Sekolah Sepak Bola Siaga Pratama	26
Tabel 5	Karakteristik Berdasarkan Kelincahan di Sekolah Sepak Bola Siaga Pratama	26
Tabel 6	Deskriptif statistik Indeks Massa Tubuh dan Kelincahan	27
Tabel 7	Hasil uji kolerasi indeks massa tubuh terhadap kelincahan di Sekolah Sepak Bola Siaga Pratama.....	27
Tabel 8	Hasil Uji Normalitas	28
Tabel 9	Hasil uji T di Sekolah Sepak Bola Siaga Pratama	28
Tabel 10	Hasil Uji F di Sekolah Sepak Bola Siaga Pratama	29
Tabel 11	Model Summary Uji Regresi Linear Sederhana	29

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2	Illinois Agility Test	14
Gambar 3	Illionois Agility Test	22

DAFTAR SKEMA

Skema 1	Kerangka Teori.....	16
Skema 2	Kerangka Konsep	20

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Pernyataan Sebelum Persetujuan (PSP)
Lampiran 2	Hasil Penelitian
Lampiran 3	Hasil Uji SPSS
Lampiran 4	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 5	<i>Informed Consent</i>
Lampiran 6	<i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 7	Surat Pernyataan Plagiarisme
Lampiran 8	Hasil Uji Turnitin