

## ABSTRAK

Kegiatan olahraga sebagai bentuk aktivitas fisik saat ini menjadi preferensi dalam hal menjaga kesehatan maupun kebugaran jasmani. Aktivitas fisik ini dapat meningkatkan kebugaran jasmani yang berdampak pada peningkatan Produktivitas. Salah satu olahraga yang dapat meningkatkan kebugaran fisik, yaitu futsal. Dalam permainan futsal memiliki proporsi tubuh yang ideal adalah salah satu faktor yang mempengaruhi keterampilan berupa kelincahan agar mendukung performa di dalam bermain. Salah satu alat ukur untuk mengukur indeks massa tubuh (IMT) yaitu timbangan badan digital dan *stature meter* dan alat ukur untuk mengukur kelincahan yaitu *shuttle run test*. **Tujuan:** penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya hubungan antara indeks massa tubuh terhadap kelincahan pada pemain futsal di klub Asensio. Penelitian ini dilakukan pada laki-laki dengan rentang usia 15-24 tahun. **Metode:** Rancangan penelitian yang digunakan dalam penelitian ini yaitu dengan menggunakan metode kuantitatif dan pengukuran dalam proses pengumpulan data dan analisis datanya tanpa dilakukan *pre* dan *post test*. Pengambilan sampel dengan *purposive sampling* berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Untuk menguji hipotesis dalam penelitian ini dilakukan dengan menggunakan uji korelasi *regresi berganda*. Hasil penelitian menyatakan bahwa ada hubungan yang antara indeks massa tubuh dengan kelincahan pada pemain futsal. **Kesimpulan** dari penelitian ini adalah pembahasan menunjukkan bahwa ada hubungan yang lemah antara indeks massa tubuh *underweight*, normal, *overweight*, Obesitas I dan Obesitas II terhadap kelincahan pada pemain futsal klub asensio

**Kata kunci:** Futsal, IMT, Kelincahan.

## **ABSTRAC**

*Sports activities as a form of physical activity are currently a preference for maintaining health and physical fitness. This physical activity can improve physical fitness which has an impact on increasing productivity. One sport that can improve physical fitness is futsal. In the game of futsal, having ideal body proportions is one factor that influences skills in the form of agility to support performance in playing. One measuring tool to measure body mass index (BMI) is a digital body scale and stature meter and a measuring tool to measure agility is the shuttle run test. Purpose: this study was to determine the relationship between body mass index and agility in futsal players at the Asensio club. This research was conducted on men with an age range of 15-24 years. Method: The research design used in this research is to use quantitative methods with measurements in the data collection process and data analysis without pre and post-tests using a research design with multiple linear regression with three predictors. Sampling by purposive sampling based on inclusion and exclusion criteria. To test the hypothesis, this study was carried out using multiple regression correlation tests. The results of the research on body mass index (X1) were underweight, (X2) normal, (X3) overweight, obesity I, and obesity to (Y) agility because  $p < 0.05$ . The value of the correlation coefficient shows the value of 0.325, 0.476, 0.309 which means that body mass index and agility have a weak level of relationship with a positive sign. The conclusion of this study is the discussion shows that there is a weak relationship between body mass index underweight, normal, overweight, Obesity I, and Obesity II on agility in futsal players in the Asensio club.*

**Keywords : Futsal, Body Max, Agillity**