

## ABSTRAK

Olahraga memiliki peran penting dalam kehidupan keseharian manusia. Salah satu olahraga yang paling populer dan sangat digemari akhir-akhir ini didunia adalah sepak bola. Sepak bola dimainkan dengan tujuan untuk meraih sebuah kemenangan. Oleh karena itu, untuk mencapai tujuan tersebut pemain sepak bola harus memiliki kondisi fisik yang baik. Kecepatan berlari adalah salah satu unsur fisik yang melengkapi teknik dasar dalam permainan sepak bola. **Tujuan** : penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara indeks massa tubuh dengan kecepatan lari pada pemain sepak bola. **Metode** : penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan tanpa memberikan perlakuan atau latihan. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan teknik purposive sampling, dengan menentukan kriteria inklusi dan eksklusi. sampel penelitian sebanyak 30 orang, berjenis kelamin laki-laki dengan rentang usia 18-23 tahun. Penelitian akan dilakukan dengan cara mengukur indeks massa tubuh dengan menggunakan timbangan digital dan *stature meter* dan kecepatan lari dengan menggunakan lintasan, *cone*, *stopwatch* dan *test* lari 30 meter. **Kesimpulan** : Berdasarkan hasil uji korelasi yaitu korelasi indeks massa tubuh normal dan *overweight* dengan kecepatan lari pada pemain sepak bola memiliki hubungan yang lemah bertanda positif. Hal tersebut juga menjawab hipotesis yang dibuat oleh peneliti bahwa terdapat hubungan antara indeks massa tubuh terhadap kecepatan lari pada pemain sepak bola di Badung, Bali.

**Kata kunci** : Imt, Kecepatan Lari, Pemain Sepak Bola.

## **ABSTRACT**

*Sports play a significant influence in the everyday lives of individuals. Football is widely regarded as one of the most popular sports globally. The objective of football is to attain triumph through gameplay. Hence, in order to attain this objective, it is imperative for football players to maintain a high level of physical fitness. The velocity at which an individual can run is a fundamental physical attribute that enhances the fundamental tactics employed in the sport of football. **Objective:** the primary objective of this study is to investigate the correlation between body mass index (BMI) and running speed among individuals who participate in soccer. **Methodology:** The present study employed a quantitative research design, whereby no treatment or training interventions were administered. The researchers employed the purposive sampling technique to conduct the sample process, which involved establishing specific criteria for inclusion and exclusion. The study utilized a sample size of 30 individuals, exclusively consisting of males aged between 18 and 23 years. The study will be conducted by assessing body mass index by the utilization of digital scales and stature meters, and evaluating running speed by employing a track, cone, stopwatch, and a 30-meter running test. **Conclusion:** the findings of the correlation analysis indicate that there exists a weak positive association between body mass index (BMI) categories of normal and overweight and running speed among soccer players. Furthermore, this study addresses the concept provided by researchers regarding the potential correlation between body mass index and running speed among soccer players in the region of Badung, Bali.*

**Keywords:** *body mass index, running speed, football players*