

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DAN INDEKS MASSA TUBUH  
DENGAN AGILITY PADA PEMAIN FUTSAL  
DI CLUB PFA SUKOHARJO**

Muhammad Imawan Ardi<sup>1</sup>, Rini Widarti<sup>2</sup>

[Ardiimawan012@gmail.com](mailto:Ardiimawan012@gmail.com)

Universitas 'Aisyiyah Surakarta

**Latar Belakang:** Olahraga suatu aktivitas fisik yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan dan kebugaran seseorang. Futsal mampu menyihir masyarakat untuk menggandrungi olahraga ini untuk memainkannya. Seorang pemain futsal harus memiliki endurance, speed, strenght, serta *agillity* sebagai komponen penting dalam bermain futsal. **Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dan IMT dengan *agillity* pada pemain futsal. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah penelitian kualitatif dengan menggunakan pendekatan deskriptif korelasional *cross sectional*. Dengan jumlah sampel sebanyak 50 subyek. Instrumen penelitian menggunakan kuisisioner, *Physical Activity Questionner Adolescent*, Timbangan dan *Stadiometer*, *Hexagonal Drill Test*. **Hasil:** Hasil penelitian ini menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dan IMT terhadap *Agility*. Dengan nilai Aktifitas fisik ( $p=0,017$ ) dan nilai IMT ( $p=0,018$ ). **Kesimpulan:** Terdapat hubungan Aktivitas Fisik dan IMT terdapat *Agility*.

**Kata kunci:** Aktifitas Fisik, IMT, *Agility*, Futsal