

## RINGKASAN

### HUBUNGAN PROSENTASE LEMAK DAN BERAT BADAN DENGAN AGILITY ATLET TAEKWONDO DI PANGKAL PINANG

#### ABSTRAK

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan prosentase Lemak dan berat badan dengan *agility* atlet taekwondo klub Family kota Pangkal Pinang Provinsi Bangka Belitung.

Penelitian ini dilaksanakan di klub Family kota Pangkal Pinang Provinsi Bangka Belitung dengan menggunakan metode kuantitatif dengan teknik korelasi. Dimana tes prosentase lemak menggunakan *fat caliper*, berat badan dengan tes menggunakan alat yaitu timbangan dan *agility* menggunakan tes T test. Pengambilan dan pengolahan data ini berlangsung selama dua hari. Dilaksanakan pada hari minggu, 24 April 2016 pukul 07.00 WIB dan hari senin, 25 April 2016 pukul 15.30 WIB

Diawali dengan menggunakan tes prosentase lemak, lalu tes berat badan dan terakhir tes *agility* pada atlet taekwondo klub Family kota Pangkal Pinang Provinsi Bangka Belitung sebanyak 30 orang.

Hubungan prosentase lemak dan *agility* dinyatakan oleh persamaan regresi  $\hat{Y} = 7.12 + 0.858X_1$ . Artinya hasil *agility* dapat diketahui atau diperkirakan dengan persamaan regresi tersebut, jika variabel prosentase lemak ( $X_1$ ) diketahui.

Hubungan antara prosentase lemak ( $X_1$ ) dengan hasil *agility* ( $Y$ ) ditunjukkan oleh koefisien korelasi  $r_{y1} = 0.858$  Koefisien korelasi tersebut harus diuji terlebih dahulu mengenai keberartiannya, sebelum digunakan untuk mengambil kesimpulan. Dari uji keberartian koefisien korelasi bahwa  $t_{hitung} = 8.83$  lebih Besar dari  $t_{tabel} = 1.70$  berarti koefisien korelasi  $r_{y1} = 0.858$  adalah signifikan. Dengan demikian hipotesis yang mengatakan terdapat hubungan yang positif antara prosentase lemak terhadap *agility* diterima. Koefisien determinasi prosentase lemak terhadap *agility* ( $r_{y1}^2$ ) = 0,736 hal ini berarti bahwa 73,6 % *agility* ( $Y$ ) ditentukan oleh prosentase lemak ( $X_1$ ).

Hubungan antara berat badan terhadap hasil *agility* dinyatakan oleh persamaan regresi  $\hat{Y} = 16.05 + 0.679 X_2$ . Artinya hasil *agility* dapat diketahui atau diperkirakan dengan persamaan regresi tersebut, jika variabel berat badan ( $X_2$ ) diketahui.

Hubungan antara berat badan ( $X_2$ ) dengan hasil *agility* ( $Y$ ) ditunjukkan oleh koefisien korelasi  $r_{y2} = 0.679$ . Koefisien korelasi tersebut harus diuji terlebih dahulu mengenai keberartiannya, sebelum digunakan untuk mengambil kesimpulan. Dari uji keberartian koefisien korelasi terlihat bahwa  $t_{hitung} = 4.89$  lebih Besar dari  $t_{tabel} = 1.70$  berarti koefisien korelasi  $r_{y1} = 0.679$  adalah signifikan. Dengan demikian hipotesis yang mengatakan terdapat hubungan yang positif antara berat badan terhadap hasil *agility* diterima. Koefisien determinasi hasil *agility* terhadap berat badan ( $r_{y2}^2$ ) = 0.461 hal ini berarti bahwa 46.1 % hasil *agility* ditentukan oleh berat badan ( $X_2$ ).

Hubungan antara prosentase lemak ( $X_1$ ) dan berat badan ( $X_2$ ) dengan Hasil *agility* ( $Y$ ) dinyatakan oleh persamaan regresi  $\hat{Y} = 1.503 + 0.700 X_1 + 0.270 X_2$ . Sedangkan hubungan antara ketiga variabel tersebut dinyatakan oleh koefisien korelasi ganda  $R_{y1-2} = 0.885$ . Koefisien korelasi ganda tersebut, harus di uji terlebih dahulu mengenai keberartiannya sebelum digunakan untuk mengambil kesimpulan. Uji keberartian koefisien korelasi terlihat bahwa  $F_{hitung} = 48.893$  lebih besar dari  $F_{tabel} = 4.20$  yang berarti koefisien korelasi ganda tersebut  $R_{y1-2} = 0.885$  adalah signifikan. Hal Dengan demikian hipotesis yang mengatakan terdapat hubungan yang Positif antara prosentase lemak dan berat badan terhadap *agility* didukung oleh data penelitian, yang berarti meningkatnya prosentase lemak dan berat badan maka akan meningkat pula hasil *agility*. Koefisien determinasi ( $R_{y1.2}$ )<sup>2</sup> = 0.784 hal ini berarti bahwa 78.4% hasil *agility* ditentukan oleh prosentase lemak dan berat badan secara bersama-sama.