

## Identifikasi Body Composition (Healthy Fitness Zone) dan Resiko Cedera pada Pemain Bola Basket SMA

<b>Title</b>	Identifikasi Body Composition (Healthy Fitness Zone) dan Resiko Cedera pada Pemain Bola Basket SMA
<b>Author Order</b>	1 of 7
<b>Accreditation</b>	4
<b>Abstract</b>	<p>Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi Body Composition yang terdiri dari Body Mass Index dan Body Fat Percentage menggunakan norma Healthy Fitness Zone dari fitnessgram dengan resiko cedera pada pemain bola basket SMA. Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif korelasional, sampel penelitian yaitu Siswa SMAN 4 dan SMAN 5 Purwokerto yang mengikuti ekstrakurikuler yang dipilih menggunakan purposive sampling sejumlah 20 Putra dan 10 Putri. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu pengukuran body composition menggunakan Bioelectrical Impedance Analysis (BIA) dan tes Functional Movement Screening (FMS) untuk resiko cedera. Hasil penelitian menunjukkan pengukuran Body Mass Index siswa yang mengikut ekstrakurikuler bola basket berada pada kriteria Healthy Fitness Zone sebesar 77%. Body Fat Percentage siswa yang mengikuti ekstrakurikuler bola basket sebagian besar berada dalam kriteria Healthy Fitness Zone sebanyak 23 siswa (77%) dan nilai korelasi ganda (<math>R</math>) = 0,674 dan sig. = 0,000 &lt; 0,05 maka hubungan signifikan, atau dapat dinyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan Body Mass Index dan Body Fat Percentage dengan Functional Movement Screening. Hasil uji regresi menunjukkan nilai R square = 0,454 dapat diartikan besarnya hubungan Body Mass Index dan Body Fat Percentage dengan Functional Movement Screening sebesar 45,4% sedangkan sisanya 64,6% dipegaruhi oleh faktor lain.</p>
<b>Publisher Name</b>	Department of Physical Education, Faculty of Health Sciences, Universitas Jenderal Soedirman
<b>Publish Date</b>	2022-04-30
<b>Publish Year</b>	2022
<b>Doi</b>	DOI: 10.20884/1.paju.2022.3.2.5701
<b>Citation</b>	
<b>Source</b>	Physical Activity Journal (PAJU)
<b>Source Issue</b>	Vol 3 No 2 (2022): Physical Activity Journal (PAJU)
<b>Source Page</b>	203-218
<b>Url</b>	<a href="http://jos.unsoed.ac.id/index.php/paju/article/view/5701/2990">http://jos.unsoed.ac.id/index.php/paju/article/view/5701/2990</a>
<b>Author</b>	ARFIN DERI LISTIANDI, S.Pd, M.Pd