

## ABSTRAK

Ikhsan Abi Sholeh . 2021 “*Survei Minat Masyarakat Terhadap Olahraga Bersepeda Untuk Menjaga Kesehatan Dan Kebugaran Jasmani Di Kota Jambi*”. Jurusan Pendidikan olahraga dan kepelatihan, Program Study Keahlian Olahraga, FKIP Universitas Jambi, Pembimbing (I) Dr. Atri widowati, S.Pd., M.Or. Pembimbing (II) Ahmad Muzaffar , S.Pd, M.Pd.

Kata kunci: Minat Masyarakat Terhadap Olahraga Bersepeda, Menjaga Kesehatan Dan Kebugaran Jasmani.

Berdasarkan pengamatan peneliti, masyarakat kota jambi sangat antusias untuk bersepeda terlebih lagi di masa pandemi covid-19 seperti sekarang ini yang menuntut masyarakat untuk menjaga jarak (*physical distancing*) guna menjaga diri mereka agar terhindar dari virus covid-19 yang mungkin saja di bawa oleh orang-orang di sekitar mereka. Kebanyakan alasan dari mereka memilih olahraga bersepeda karena dirasa merupakan salahsatu olahraga yang bisa di lakukan tanpa harus bertemu banyak orang misalnya bisa di lakukan di halaman rumah, jalanan komplek, bahkan di halaman kantor.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui seberapa besar minat masyarakat terhadap olahraga bersepeda untuk menjaga kesehatan dan kebugaran jasmani di kota jambi.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif yang menggunakan metode survei dan teknik pengumpulan datanya menggunakan angket dimana penelitian yang biasa dilakukan dengan subjek yang banyak, dimaksudkan untuk mengumpulkan pendapat atau informasi mengenai status gejala pada waktu penelitian berlangsung. Sampel yang di gunakan dalam penelitian ini berjumlah 30 orang. Metode penelitian deskriptif kuantitatif di rancang untuk mengumpulkan informasi tentang keadaan nyata sekarang.

Hasil analisis penelitian tentang Survey Minat masyarakat terhadap olahraga bersepeda untuk menjaga kesehatan dan kebugaran di masa pandemi covid-19 di Kota Jambi menunjukkan bahwa tingkat peminat bersepeda yang berkategori sangat baik sebanyak 2 orang dengan persentase sebesar 6.67%, berkategori Cukup sebanyak 18 orang dengan persentase 60% dan berkategori kurang sebanyak 10 orang dengan persentase 33.33%. Jadi masyarakat bisa berolahraga dengan menggunakan sepeda di masa pandemi ini di Kota Jambi dengan tetap menjaga protokol kesehatan.

Berdasarkan hasil penelitian tentang Survey Minat masyarakat terhadap olahraga bersepeda untuk menjaga kesehatan dan kebugaran di masa pandemi covid-19 di Kota Jambi menunjukkan bahwa tingkat peminat bersepeda yang berkategori sedang.