ABSTRAK

Aryani, Dwi Febri. 2024. *Survei Kondisi Fisik Atlet Taekwondo BAPOMI Provinsi Jambi Menuju POMNAS 2023*, Fakultas Keguruan Dan Ilmu Pendidikan, Universitas Jambi : Pembimbing: (I) Dr. Muhammad Ali, S.Pd.,M.Pd (II) Yusradinafi, S.Pd., M.Pd.

Kata kunci : *Kondisi Fisik, Taekwondo, BAPOMI Provinsi Jambi*

Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui survei kondisi fisik atlet Taekwondo BAPOMI Provinsi Jambi Menuju POMNAS 2023. Jenis penelitian adalah kuantitatif yang menggunakan metode survei dengan teknik pengumpulan data menggunakan tes dan pengukuran. Populasi penelitian ini adalah atlet Taekwondo BAPOMI Jambi dengan sampel yang berjumlah 7 orang. Teknik pengambilan sampel *Total Sampling*.

Tempat penelitian ini dilaksanakan di Stadion Mini, Kota Jambi. Waktu penelitian dilaksanakan pada tanggal 12 November 2023. Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Sumber data utama dalam penelitian kuantitatif adalah kata-kata dan tindakan, selebihnya adalah data tambahan seperti dokumen dan lain-lain. Instrumen kondisi fisik yang digunakan adalah tes : *Sprint* 30 meter, *Sit and Reach*, *Push Up*, *Hexagon obstacle*, *Standing board jump* dan *Bleep test*.

Berdasarkan analisis data diperoleh kondisi fisik tes Kecepatan , 2 Putra memiliki kategori baik, 1 orang Putra dikategori sedang, 1 orang putra dikategori kurang, 1 orang putra dikategori kurang sekali dan 2 putri kategori kurang sekali. Kelentukan 4 orang putra dikategori sedang, 1 orang putra dikategori kurang, dan 2 orang putri dikategori baik. Kekuatan 1 orang putra dikategori baik, 3 orang putra dikategori sedang, 1 orang putra dikategori kurang, dan 2 orang putri dikategori kurang. Kelincahan 1 orang putra dengan kategori baik sekali, 3 orang putra dikategori baik, 1 orang putra dikategori kurang, dan 2 putri kategori sedang. *Power*, 3 putra kategori baik sekali, 1 putra kategori baik, 1 putra kategori kurang, dan 2 putri kategori kurang Sekali. Daya tahan, 1 putra kategori baik , 2 putra kategori sedang, 1 putra kategori kurang, 1 putra kategori kurang sekali, dan 2 putri kategori kurang.

Dapat disimpulkan bahwa kondisi fisik atlet Taekwondo BAPOMI Provinsi Jambi Menuju POMNAS 2023 , Atlet Putra berada pada kategori “sedang” dan Atlet Putri berda pada kategori “Kurang”