

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Populasi Penelitian.....	23
2. Tabel Penilaian.....	34
3. Rentang Skor dan Kategori Kemampuan .....	34
4. Data Hasil Pengukuran Kekuatan otot lengan .....	36
5. Data Hasil Pengukuran Kekuatan Otot Tungkai .....	37
6. Data Hasil Pengukuran Daya Tahan Otot Perut .....	38
7. Data Hasil Pengukuran Daya Tahan Otot Tungkai.....	38
8. Data Hasil Pengukuran Kelincahan .....	39
9. Data Hasil Pengukuran Kelentukan .....	39
10. Data Hasil Pengukuran Daya Ledak Otot Lengan .....	40
11. Data Hasil Pengukuran Daya Ledak Otot Tungkai.....	41
12. Data Hasil Pengukuran Daya Tahan Cardiorespiratory.....	41
13. Data Hasil Pengukuran Secara Menyeluruh Kondisi Fisik Atlet karate Pengcab KKI Toba Samosir .....	42

THE  
*Character Building*  
UNIVERSITY