

DAFTAR TABEL

Tabel 3. 1 Nilai TKJI Lari 50 Meter	32
Tabel 3. 2 Nilai TKJI Gantung Tubuh Angkat Tubuh	37
Tabel 3. 3 Nilai TKJI Baring Duduk.....	40
Tabel 3. 4 Nilai TKJI Loncat Tegak	43
Tabel 3. 5 Nilai TKJI Lari 800-1000 Meter.....	45
Tabel 3. 6 Nilai TKJI (Untuk Putra Usia 13-15 Tahun)	47
Tabel 3. 7 NILAI TKJI (Untuk Putri Usia 13-15 Tahun.....	48
Tabel 3. 8 Nasional Norma Tes Kebugaran Jasmani Indonesia.....	48
Tabel 4. 1 Rekapitulasi Hasil TKJI	50
Tabel 4. 2 Rekapitulasi Hasil Lari 60 Meter	53
Tabel 4. 3 Rekapitulasi Hasil Gantung Angkat Tubuh	54
Tabel 4. 4 Rekapitulasi Hasil Sit-up (30 detik).....	56
Tabel 4. 5 Rekapitulasi Loncat Tegak	58
Tabel 4. 6 Rekapitulasi Lari 1000 Meter	60

