

## DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1. 1 Prestasi Ekstrakurikuler Bola Voli Putra SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya..	3
Tabel 3. 1 Daftar Sampel Penelitian dan Prestasi Atlet Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya .....	29
Tabel 3. 2 Data Normatif <i>Sit Up</i> .....	32
Tabel 3. 3 Data Normatif <i>Push Up</i> .....	34
Tabel 3. 4 Norma lari Multitahap ( <i>bleep test</i> ).....	36
Tabel 3. 5 Norma kekuatan genggam ( <i>handgrip dynamometer</i> ).....	38
Tabel 3. 6 Norma kekuatan otot tungkai ( <i>leg dynamometer</i> ).....	39
Tabel 3. 7 Data Normatif <i>Sit and Reach</i> .....	41
Tabel 3. 8 Data Normatif <i>Vertical Jump Test</i> Untuk Usia 16-19 Tahun .....	43
Tabel 3. 9 Data Normatif <i>Forward Overhead Medicine Ball Throw Test</i> .....	45
Tabel 3. 10 Data Normatif <i>T-Test Agility</i> untuk atlet dewasa .....	47
Tabel 3. 11 Konversi Nilai dari Setiap Kategori Komponen Kondisi Fisik .....	48
Tabel 3. 12 Kategori Status Kondisi Fisik Atlet .....	48
Tabel 3. 13 Waktu dan Tempat Penelitian .....	50
Tabel 4. 1 Hasil <i>Sit Up Test</i> .....	52
Tabel 4. 2 Hasil <i>Push Up</i> .....	53
Tabel 4. 3 Hasil <i>Multistage FitnessTest</i> .....	54
Tabel 4. 4 Hasil <i>Handgrip Strenght Test</i> .....	55
Tabel 4. 5 Hasil <i>Leg Dynamometer</i> .....	56
Tabel 4. 6 Hasil <i>Sit and Reach</i> .....	57
Tabel 4. 7 Hasil <i>Vertical Jump</i> .....	58
Tabel 4. 8 <i>Forward Overhead Medicine Ball Throw</i> .....	59
Tabel 4. 9 Hasil <i>T Test</i> .....	60
Tabel 4. 10 Rekapitulasi kondisi fisik Peserta Didik Putra Ekstrakurikuler Bola Voli SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya .....	61