

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 indikator, sub-indikator dan pernyataan uji validitas dan realibilitas	31
tabel 3.2 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas Instrumen Penelitian	33
Tabel 3.3 Derajat Validitas dan Reliabilitas TKJI	34
Tabel 3.4 Kriteria Jarak Tes Lari Cepat (<i>Sprint</i>)	34
Tabel 3.5 Norma Nilai Lari Jarak Cepat (dalam detik)	36
Tabel 3.6 Kriteria Waktu Tes Angkat Tubuh (<i>Pull Up</i>)	36
Tabel 3.7 Norma Nilai Tes Angkat Tubuh (<i>Pull Up</i>)	38
Tabel 3.8 Kriteria Waktu Tes Baring Duduk (<i>Sit Up</i>)	38
Tabel 3.9 Norma Nilai Tes Baring Duduk (<i>Sit Up</i>)	40
Tabel 3. 10 Norma Nilai Tes Loncat Tegak (<i>Vertical Jump</i>)	41
Tabel 3.11 Kriteria Jarak Tes Lari Jarak Sedang	42
Tabel 3.12 Norma Nilai Tes Lari Jarak Sedang	43
Tabel 3.13 Norma Tes Kebugaran Jasmani Indonesia (SKJI)	44
Tabel 3.14 Waktu Penelitian	46
Tabel 4.1 Deskripsi Hasil Penelitian	48
Tabel 4.2. Hasil Uji Normalitas	50
Tabel 4.3 Hasil Uji Linearitas	51
Tabel 4.4 Hasil Pengujian Hipotesis	53
Tabel 4.5 Hasil Uji t	54
Tabel 4.6 Hasil Uji F	545