

Lampiran 1

FORM PENILAIAN TES KESEGERAN JASMANI

Tanggal Tes :
Nama :
Usia :
Pekerjaan :
Status :
Jumlah Anak :
Pendidikan Terakhir :
Riwayat Penyakit Kronis :
Blok/Nomer :
Tempat Tinggal Lama :
Tinggi Badan :
Berat Badan :

No	Jenis Tes	Hasil	Klasifikasi	Keterangan
1	Harvard Step Tes			
2	Push Up 60 detik			
3	Pull Dynamometer			
4	Push Dynamometer			
5	Sit & Reach Flexibility			
6	IMT			