

Kementerian Pendidikan Nasional  
Pusat Pengembangan Kualitas Jasmani

**FORMULIR TKJI**

No: 17

Bahral Ulum

(Putera/Puteri)

18 tahun. Tinggi: 163 cm Berat: 56 kg

Orang tua: MA Tri Bhakti At Toqwa Raman Utara

Kota: Lampung Timur Kelas: 2 (SD - SMP - SMA/K)

Tgl Tes: 22 Maret 2012 Waktu Tes: pk. 08.00 WIB

| Jenis Tes             | Hasil                      | Nilai     | Keterangan       |
|-----------------------|----------------------------|-----------|------------------|
| 40/50/60 meter*       | <u>63</u> detik            | <u>5</u>  |                  |
| Siku tekuk            | <u>—</u> detik             |           |                  |
| Angkat tubuh          | <u>20</u> kali             | <u>5</u>  |                  |
| Duduk 30/60 detik*    | <u>36</u> kali             | <u>4</u>  |                  |
| Tegak (cm).           |                            |           |                  |
| g Raihan: <u>201</u>  |                            |           |                  |
| atan I : <u>254</u>   | <u>53</u> cm               | <u>3</u>  | $254 - 201 = 53$ |
| atan II : <u>250</u>  |                            |           |                  |
| atan III : <u>252</u> |                            |           |                  |
| 300/1000/1200 mtr     | <u>3</u> mnt <u>52</u> dtk | <u>4</u>  |                  |
| Nilai                 |                            | <u>21</u> |                  |

BS - (B) - S - K - KS

Baik

tidak perlu

ata,

Mengetahui,  
Kepala Pondok

Petugas Tes,