

Kapasitas Aerobik - Bip Tes (Unit : Level.Shuttle)

	1
	1
	1
	1
	1

Kapasitas Aerobik - Uji aerobik VO2max / VMA (Unit : mL/kg/min)

	1
	1
	1
	1
	1

Kekuatan - Lompat Vertikal (Tes Lompat Sargent) (Unit : cm)

	1	2	3
	1	2	3
	1	2	3
	1	2	3
	1	2	3

Kekuatan - Lompat jauh tanpa momentum (Unit : cm)

	1	2	3
	1	2	3
	1	2	3
	1	2	3
	1	2	3

Kecepatan - Lari cepat 10m (Unit : s)

	1	2
	1	2
	1	2
	1	2
	1	2

Kecepatan - Lari cepat 20m (Unit : s)

	1	2
	1	2
	1	2
	1	2
	1	2

Kecepatan - Lari cepat 30m (Unit : s)

	1	2
	1	2
	1	2
	1	2
	1	2

Kecepatan - Lari cepat 40m (Unit : s)

	1	2
	1	2
	1	2
	1	2
	1	2

Kelincahan tanpa bola - Tes ketangkasan "505" (Unit : s)

	1	2
	1	2
	1	2
	1	2
	1	2

Kelincahan tanpa bola - 40m (berbentuk L) (Unit : s)

	1	2
	1	2
	1	2
	1	2
	1	2

Kelincahan dengan bola - Mengemudi bola (8 kecil) (Unit : s)

	1	2
	1	2
	1	2
	1	2
	1	2

Kelincahan dengan bola - Mengemudi bola (8 besar) (Unit : s)

	1	2
	1	2
	1	2
	1	2
	1	2

juggles - Juggles (kaki kuat) (Unit : juggles)

	1	2
	1	2
	1	2
	1	2
	1	2

juggles - Juggles (kaki lemah) (Unit : juggles)

	1	2
	1	2
	1	2
	1	2
	1	2

juggles - Juggles (kepala) (Unit : juggles)

	1	2
	1	2
	1	2
	1	2
	1	2

Operan - Umpan pendek (16.5m) kaki kuat (Unit : /10)

	1
	1
	1
	1
	1

Operan - Umpan pendek (16.5m) kaki lemah (Unit : /10)

	1
	1
	1
	1
	1

Operan - Umpan panjang (30m) kaki kuat (Unit : /15)

	1	2
	1	2
	1	2
	1	2
	1	2

Operan - Umpan panjang (30m) kaki lemah (Unit : /15)

	1
	1
	1
	1
	1

Tendang - Tendangan (16.5m) kaki kuat (Unit : /10)

	1
	1
	1
	1
	1

Tendang - Tendangan (16.5m) kaki lemah (Unit : /10)

	1
	1
	1
	1
	1

Fleksibilitas - Fleksibilitas punggung bawah (Unit : cm)

	1
	1
	1
	1
	1

Fleksibilitas - Tes fleksibilitas pinggul (Unit : derajat)

	1
	1
	1
	1
	1