

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier Sunita. *Penuntun Diet*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Umum, 2006.
- Brick Lynne. *Bugar Dengan Aerobik*. Jakarta: PT. RajaGrafindo Persada, 2001.
- Bulan Ayu. *Menu Sehat 30 Hari untuk Mencegah dan Mengatasi Diabetes Mellitus*. Jakarta: PT. Agro Media, 2009.
- Chandra Budiman. *Pengantar Statistik Kesehatan*. Jakarta: PT. Penerbit Buku Kedokteran EGC, 1995.
- Dinata Marta. *Langsing dengan Aerobik Edisi II*. Jakarta: Cerdas Jaya, 2010.
- Fransisca Kristiana. *Awas Pangkreas Rusak Penyebab Diabetes*. Jakarta: PT. Niaga Swadaya, 2012.
- Krisnatuti Diah. *Diet Sehat Untuk Penderita Diabetes Mellitus*. Jakarta: PT. Penebar Swadaya, 2014.
- Lanywati Endang, *Diabetes Mellitus*. Yogyakarta: PT. Kanisius, 2001.
- Nasution S. *Metode Research(Penelitian Ilmiah)*. Jakarta: PT. Bumi Aksara, 2008.
- Nursalam, *Pendidikan dalam Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika, 2008.
- Noviyanti. *Cara Cepat Usir Diabetes*. Yogyakarta: PT. Suka Buku, 2015.
- Sherwood Lauralee, *Fisiologi Manusia dari Sel ke Sistem*. Jakarta: Penerbit buku Kedokteran EGC, 2001.

Sumosardjuno Sadoso, *Bugar Total*. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2001.

Wiarso Giri. *Fisiologi Dan Olahraga*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2013.

Wijayakusuma Hembing. *Bebas Diabetes Millitus Ala Hembing*. Jakarta: PT. Katalog Dalam Terbitan, 2004.

<https://pgribanjarsari.wordpress.com/2010/03/04/senam-aerobik-2/>

<https://kawaii-beauty-japan.com/article/2948/gerakan-senam-aerobik-dasar-untuk-menurunkan-berat-badan>