

## DAFTAR PUSTAKA

- Hutapea, Albert M. *Menuju Gaya Hidup Sehat*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka, 1996.
- Afriwardi, *Fisiologi dan Olahraga*. Yogyakarta: PT. Graha Ilmu, 2013.
- Almatseir Sunita, *Prinsip Dasar Ilmu Gizi*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2001.
- Barnard, Christiaan, *Kiat Jantung Sehat*. Bandung: PT. Kaifa Jaya Raya 2002.
- Faisal Baras, *Mencegah Serangan Jantung dan Menenkan Kolestrol*, Semarang: PT Sentosa jaya 2000.
- Jonathan Kuntaraf, *Olahraga Sumber Kesehatan*. Indonesia Jakarta Percetakan Adven 2007.
- Johan Schurink, *Jogging* . Bandung: PT Rosda Jaya Pura 2001.
- Giri Wiarto, *Atletik*. Yogyakarta: Graha Ilmu 2013.
- Kate Iorig, *Cara Menurunkan Kolestrol*. Jakarta Indonesia: PT Alam Sutra. 2004.
- Mark Payne, *Kiat Menghindari Penyakit Jantung*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Anggota IKAPI 1995.
- Meson W. Freeman dan Junge, *Kolestrol Rendah Jantung Sehat*. Jakarta: PT Bhuana 2004.
- Paramita Styawati, *Bakar Lemak Parasmu Pinang Merah*. Yogyakarta: PT. Jaya Raya 2002.
- Sadoso Sumosardjuno, *Pengetahuan Praktis Kesehatan Dalam Olahraga 2*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama 1994.
- Sunita Almatsier, *Prinsip Dasar Ilmu Gizi dan Asupan*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama 2000.
- Sugiono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: CV. Alva Beta 2016.

Yudha M.Saputra, *Dasar- Dasar Keterampilan Atletik*. Jakarta: Direktorat Jendral Olahraga Depdiknas. 2001.

Zikrur Rahmat, *Atletik Dasar & Lanjutan*. Banda Aceh; Penerbit STKIP BBG Getsempena. 2015.

www.researchgate.net. Robert. *The Influence of Diet to Total Cholesterol Levels* JURNAL MKMI, Vol. 13 No. 4, Desember 2017.