

DAFTAR PUSTAKA

- Akmarawita, Kadir. *Olahraga Pada Usia Lanjut (USIA LANJUT)* Vol. 1, Januari 2007.
- Anas Sujiono. *Pengantar Statistik Pendidikan*. Yogyakarta: Andi, 2000.
- Astrand, Per-Olof., dan Rodahl, Kaare. *Textbook of Work Physiology*. International Student Edition.
- Dyana Salvasty. http://www.husadautamahospital.com/artikel_82.php. Diakses Pada 14 Oktober 2014, 22:19.
- Harsuki. *Perkembangan Olahraga Terkini Kajian Para Pakar*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2003.
- McGowan, Marry P. *Menjaga Kebugaran Jantung*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2001.
- Nasution, S. *Metodologi Research*. Jakarta: Bumi Aksara, 2002.
- Pangau, Stephanie. "Akibat Kebanyakan Lemak." *Tabloit Reformata Edisi* 161, Maret 2013.
- Ratu Ayu Dewi Sartika. "Asam lemak jenuh, asam lemak trans, penyakit degeneratif." <http://jurnalkesmas.ui.ac.id/index.php/kesmas/article/view/258>, diakses pada 12 januari 2015 pukul 12:00.
- Sadoso Sumosardjuno. *Kesehatan Dalam Olahraga 3*. Jakarta: Gramedia, 1993.
- Siti Maryam., Mia Fatma Ekasari., Rosidawati., Ahmad Jubaedi., dan Irwan Batubara., *Mengenal Usia Lanjut dan Keperawatannya*. Jakarta: Salemba Merdeka, 2008.
- Soekidjo Notoatmojo. *Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*. Jakarta: Rineka Cipta, 2007.
- Sri Dewanti. *Kolesterol, Diabetes Mellitus dan Asam Urat*. Jakarta: Kawan Kita, 2010.

- Sugiyono. *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R & D*. Bandung: Alfabeta, 2013.
- Tamber, S., dan Noorkasiani. *Kesehatan Usia Lanjut Dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Merdeka, 2009.
- Tim Program Pascasarjana. *Buku Pedoman Penulisan Tesis dan Disertasi*. Jakarta, 2012.
- W.J.S., Poerwadarminta. *Kamus Umum Bahasa Indonesia Edisi Ketiga*. Jakarta: Balai Pustaka, 2007.
- Yayasan Jantung Sehat Indonesia. *Senam Jantung Sehat seri I*. Jakarta, 2003.
- _____. *Senam Jantung Sehat seri II*. Jakarta, 2003.
- _____. *Senam Jantung Sehat seri IV*. Jakarta, 2001.
- _____. *Senam Jantung Sehat seri V*. Jakarta, 2010.
- http://eprints.undip.ac.id/33650/2/Bab_1.pdf. diakses tanggal 21 November 2014 pukul 07:30.
- <http://pandahar.files.wordpress.com/2013/03/lansia.pdf>. diakses tanggal 20 November 2014 pukul 18:08.