

## DAFTAR PUSTAKA

- Aip, Syarifuddin M.P. Belajar Aktif Senam Ketangkasan. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana Indonesia, 1991.
- Ali, Khomsan. Pangan dan Gizi untuk Kesehatan, PT Raja Grafindo Persada, 2003.
- Anton, Adiwiyoto. Kolesterol. Bekasi: Kesaint Blanc, 2007.
- Anies. Kolesterol & Penyakit Jantung Koroner. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2015.
- Anas, Sudjiono. Pengantar Statistik Pendidikan. Jakarta: PT.Raja Grafindo Persada, 2003.
- Brick, Lynne. Bugar dengan Senam Aerobik. Terjemahan Anna Agustina. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2001.
- Dede, Kusmana. Olahraga untuk Orang Sehat dan Penderita Penyakit Jantung. Jakarta: Balai Penerbit FKUI, 2007.
- Freeman, Mason W. dan Junge, Christine. Kolesterol Rendah Jantung Sehat. Terjemahan Lily Endang Joeliani. Jakarta: PT Bhuana Ilmu Populer, 2008.
- G, Kartasapoetra. dan H, Marsetyo. Ilmu Gizi. Jakarta: Penerbit Rineka Cipta, 2005.
- I Dewa Nyoman Supriasa. Bachyar Bakri dkk. Penilaian Status Gizi. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC, 2002.
- Journal Of Sport Sciences And Fitness. Latihan Senam Aerobik untuk Menurunkan Berat Badan, Lemak, dan Kolesterol. Semarang: 2012

- K, Mahmudi Sholeh. Olahraga Pilihan Senam. Surakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan Direktorat Jenderal Pendidikan Tinggi Proyek Pembinaan Tenaga Kependidikan, 1991.
- M, Ali dan M, Asrori. Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik. Jakarta: Bumi Aksara, 2011.
- Marta, Dinata. Langsing dengan Aerobik Edisi II. Jakarta: Cerdas Jaya, 2010.
- M, S Wiadnyana. Dynamic Yoga & Standing Asana. Jakarta: PT Gramedia Widiasarana, 2012.
- Nyoman, Kertia. Panjang Umur dengan Kontrol Kolesterol & Asam Urat. Yogyakarta: Cahaya Atma Pustaka, 2012.
- Nakita. Sehat dan Bugar Berkat Gizi Seimbang. Jakarta: Kompas Gramedia, 2010.
- P, Astrand. dan K, Rodhal, Teksbook Of Work Physiology (Sidney: International Student Edition, 1970
- Pantouw, Reynaldo Stevanus. Wongkar, Djon. Ticoalu, Shane H.R. Pengaruh Latihan Zumba Terhadap Kadar Kolesterol HDL Darah. Jakarta: FK Universitas Sam Ratulangi, 2014.
- Rachmat, Kriyantono. Teknis Praktis Riset Komunikasi. Jakarta: Kencana Preda Media, 2008.
- Sarlito, Wirawan Sarwono. Psikologi Remaja. Jakarta: PT. Raja Grafindo Persada, 2002.
- S, Nasution M.A. Metodologi Research Jakarta: Bumi Aksara, 2002.
- Sadoso, Sumosardjuno. Kesehatan dalam Olahraga 2. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 1990.
- Sunita, Almatsier. Prinsip Dasar Ilmu Gizi, Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2009.
- Soekidjo, Notoatmodjo. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta, 2010.
- Sugiyanto. Pertumbuhan dan Perkembangan Gerak. Jakarta: Komite Olahraga Nasional Indonesia Pusat, 1993.

Sugiyono. Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif Bandung: CV Alfabeta, 2011.

Zulkifli L. Psikologi Perkembangan. Bandung: Remadja Karya CV, 1986.

<http://www.anneahira.com/pengertian-senam-aerobik.htm> (diakses 6 April 2015)

<http://www.sman3depok.sch.id/html/profil.php?id=profil&kode=12&profil=Sejarah%20> (diakses pada 3 April 2015)