

DAFTAR PUSTAKA

- Arie S Soetopo dan Alma Permana W, *Buku Penuntun Praktikum Ilmu Faal Dasar. Edisi 2/2001*. Jakarta:FIK UNJ, 2001
- Bompa, Tudor, *Theory and Methodology of Training*. Jakarta: terjemahan
- Brick, Lynne, *Bugar dengan Senam Aerobik*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada, 2001
- Depdiknas, *Pedoman dan Modul Pelatihan Kesehatan Olahraga Bagi Pelatih Olahraga Pelajar*. Jakarta: Depdiknas PPKJ, 2000
- Dinata, Marta, *Senam Aerobik dan Peningkatan Kesegaran Jasmani*. Bandar Lampung: Cerdas Jaya, 2002
- Harsono, *Ilmu Coaching*. Jakarta: Pusat Ilmu Olahraga KONI Pusat, 1986
- Johan Schurink dan Sjouk Tel, *Joging Terjemahan Soeparmo*. Jakarta: PT Rosda Jayaputra Offset, 1987
- Kementrian Negara Pemuda dan Olahraga Republik Indonesia. *Buku Pedoman Biomekanik dan Kebugaran Jasmani*. Jakarta, 2008.
- Pusat Data dan Informasi Kementrian Kesehatan RI. *Pembinaan Kesehatan Olahraga Di Indonesia*. Jakarta, 2015.

- Rusli Lutan, Hartono, Tomoliyus, *Pendidikan Kebugaran Jasmani: Orientasi Pembinaan di Sepanjang Hayat*. Jakarta: Direktorat Jendral Olahraga Depdiknas, 2001
- Saputra, Yudha M, *Dasar-Dasar Keterampilan Atletik*. Jakarta: Direktorat Jendral Olahraga, Depdiknas, 2001
- Sudibyo, Endang, *Latar Belakang Manfaat dan Penyajian Aerobik Dance sebagai Bagian dari General Gymnastic, Makalah HUT PKO VII*. Jakarta: 1988
- Sugiyono, *Metode Penelitian Pendidikan pendekatan kualitatif, kuantitatif dan R & D*, Bandung: Alfabeta, 2011
- Sumosardjuno, Sadoso, *Olahraga dan Kesehatan dari A sampai Z*. Jakarta: Pustaka Kartini, 1989
- W. J. S. Poerwadarminta, *Kamus Umum Bahasa Indonesia*. Jakarta: PT Balai Pustaka, 2007