

**PERBANDINGAN LATIHAN JOGING DAN SENAM AEROBIK  
TERHADAP KEBUGARAN JASMANI ANGGOTA  
PERSEKUTUAN MAHASISWA KRISTEN UNIVERSITAS  
NEGERI JAKARTA**



**KRISTHOPER KRISOS TOMUS**

**6815132654**

**ILMU KEOLAHRAGAAN**

Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Persyaratan Untuk Memperoleh Gelar  
Sarjana Olahraga

**FAKULTAS ILMU OLAHRAGA  
UNIVERSITAS NEGERI JAKARTA**

**2017**