

## DAFTAR PUSTAKA

- Anas Sudijono, *Pengantar Statistik Pendidikan*. Jakarta: Raja Grafindo Persada, 2003.
- Anies, *Kolesterol & Penyakit Jantung Koroner*. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media, 2015.
- Astrand P and Rodhal K, *Textbook of Work Physiology*. New York: McGraw Hill Book Company, 1986.
- Astuti, Noviya Rimbi, *Makanan-Makanan Tinggi Kolesterol*. Yogyakarta: Flashbook, 2015.
- Endang Sudibyo, *Meningkatkan Keseharian Jasmani dengan Senam*. Jakarta: 2008.
- Faisal Baraas, *Mencegah Serangan Jantung dengan Menekan Kolesterol*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 1994.
- G. Kartasapoetra dan Marsetyo, *Ilmu Gizi*. Jakarta: Penerbit Rineka Cipta. 2005.
- Giri Wiarto, *Fisiologi Dan Olahraga*. Yogyakarta: Graha Ilmu, 2013.
- Hutapea, Albert M, *Menuju Gaya Hidup Sehat: Kiat praktis untuk orang sibuk yang ingin sehat*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 1993.
- Indra Wijaya, *Stop Diabetes*. Jakarta: Familia Group, 2012.
- Junusul Hairy, *Daya Tahan Aerobik*. Direktorat Jenderal Olahraga Departemen Pendidikan Indonesia, Jakarta: 2003.

Larsheslet, *Kolesterol yang Perlu anda Ketahui*. Jakarta: Kesaint Blanc, 2007.

Lynne Brick, *Bugar dengan Senam Aerobik*. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada 2001.

Marta Dinata, *Langsing Dengan Aerobik*. Jakarta: Penerbit Cerdas Jaya, 2010.

Michael Triangto, *Jalan Sehat Dengan Sport Therapy*. Intisari Seri Kesehatan, edisi Mei 2006.

Nakita, *Sehat dan Bugar Berkat Gizi Seimbang*. Jakarta: Kompas Gramedia. 2010.

Richard Donnelly, *Penanganan Diabetes*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka Utama, 2014.

RS. Hari Sanjaya, *Dasar dan Teknik Lomba Gerak Jalan*. Bandung: Angkasa, 2001.

Sadoso Sumardjono, *Olahraga dan Kesehatan*. Jakarta: Pustaka Kartini, 1989.

Sadoso Sumardjono, *Pengetahuan Praktis Kesehatan dalam Olahraga 1*. Jakarta: PT. Gramedia Pustaka utama, 1992.

Santosa Giriwijoyo dan Dikdik Z. Sidik, *Ilmu Faal Olahraga / (Fisiologi Olahraga)*. Jakarta: PT. Remaja Rosdakarya, 2012.

Sjaifoellah Noer, *Ilmu Penyakit Dalam*. Jakarta: Balai Penerbit FKUI, 1996.

S.Nasution, M.A. *Metodelogi Research*. Jakarta: Bumi Aksara, 2002.

Sudjana, *Metode Statistika*. Bandung: PT. Tarsito, 2005.

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

Sunita Almatsier, *Prinsip Dasar ILMU GIZI*. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama, 2009.

Theresse Iknoian, *Berjalan Kaki Untuk Kebugaran*, terjemahan Eri Desmarini dan Augusta Wibawa. Jakarta: PT.RajaGrafindoPersada, 2000.

Triana Helmawati, *Hidup Sehat tanpa Diabetes*. Yogyakarta: PT. Suka Buku, 2014.

Ulfah Nurrahman, *STOP! Diabetes Melitus*. Yogyakarta: Familia, 2012.

Yekti Susilo, *Cara Jitu Mengatasi Diabetes Mellitus*. Yogyakarta: CV. Andi Offset, 2011.

<http://www.wikipedia.com/2014/07/Lemak-pengertian.html>. diakses sabtu, 25 Maret 2015.

[http://www.penyakitdiabetesmelitus.net/?Definisi\\_Penyakit\\_Diabetes\\_Melitus](http://www.penyakitdiabetesmelitus.net/?Definisi_Penyakit_Diabetes_Melitus). Diakses 11 September 2015.

<http://panjatancity.blogspot.com/2012/04/tentang-senam.html> Diakses 1 maret 2016.