

**EFEKTIFITAS SENAM KEBUGARAN DAN USIA (USIA  
PERTENGAHAN DAN USIA LANJUT) TERHADAP KEBUGARAN  
JASMANI YANG BERHUBUNGAN DENGAN KESEHATAN  
(Studi Eksperimen Pada Ibu-Ibu lanjut Usia di Kota Bandung)**

**DISERTASI**

**Diajukan untuk Memenuhi Sebagian dari  
Syarat Ujian Tahap II Program Doktor Ilmu Pendidikan  
dalam Bidang Pendidikan Olahraga**



**PROMOVENDA**

**SUPARDI UDUNG ATMAJA  
NIM: 0808815**

**PROGRAM STUDI PENDIDIKAN OLAHRAGA  
SEKOLAH PASCASARJANA  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA  
2015  
LEMBAR PENGESAHAN PEMBIMBING**

# **EFEKTIFITAS SENAM KEBUGARAN DAN USIA (USIA PERTENGAHAN DAN USIA LANJUT) TERHADAP KEBUGARAN JASMANI YANG BERHUBUNGAN DENGAN KESEHATAN**

Oleh  
Supardi Udung Atmaja

Sebuah Disertasi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat memperoleh gelar  
Doktor pada Sekolah Pascasarjana Universitas Pendidikan Indonesia

© Supardi Udung Atmaja 2015  
Universitas Pendidikan Indonesia  
Agustus 2015

Hak Cipta dilindungi undang-undang.  
Disertasi ini tidak boleh diperbanyak seluruhnya atau sebagian,  
dengan dicetak ulang, difoto kopi, atau cara lainnya tanpa ijin dari penulis.

**LEMBAR PENGESAHAN**

**Disetujui Dan Disahkan Oleh**

**PROMOTOR**

**Dr. NURLAN KUSMAEDI, M.Pd.**

**KOPROMOTOR**

**Dr. YUNYUN YUDIANA, M.Pd.**

**Ketua Prodi Pendidikan Olahraga**

**Sekolah PascaSarjana**

**Universitas Pendidikan Indonesia**

**Dr. YUDY HENDRAYANA, M.Kes., AIF0.**