

DAFTAR PUSTAKA

- Atmaja, S. U. (2008). *Teori dan Praktek Senam*. Bandung: FPOK-UPI.
- Atmaja, S. U. (2008). *Wawasan Kecabangan Senam*. Bandung: FPOK-UPI.
- Azizah, Lilik M. (2011). *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Azwar.(2011). *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta: Pustaka Belajar.
- Badan Pusat Statistik. (2012). *Statistik Penduduk Lanjut Usia Indonesia 2011*. Jakarta: Badan Pusat Statistik.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat (2013) *Data Sosial Ekonomi Masyarakat Provinsi Jawa Barat Hasil Susenas2012*. Bandung: BPS Provinsi Jawa Barat.
- Baechle, T. R., dan Groves, B. R. (2003). *Latihan Beban*. Jakarta: P..T. Raja Grafindo Persada.
- Birtwistle,G.E. & Brodie,D.A. (1991) *Canonical relationship between two sets of variables representing the catpa subdomains andhealth related fitness*. International Journal of Physical Education, 28 (5), hlm. 21-25.
- Bruce, A. (1997). *The Biophysical Foundation of Human Movement*Printed in the United States.
- Burke, E. R. (2001). *Latihan Kebugaran di Rumah*. Jakarta: P.T. Raja Grafindo Persada.
- Crawford, K. dan Walker, J. (2009). *Pekerjaan Sosial dengan Kelompok Lanjut Usia*. Jakarta: Pustaka Sosieta.
- Departemen Kesehatan Republik Indonesia. (2006) *Kebijakan Kesehatan Olahraga*. Jakarta: Depkes.
- Departemen Pendidikan dan Kebudayaan. (1995). *Kamus Besar Bahasa Indonesia*. Jakarta : Balai Pustaka.
- Departemen Pendidikan Nasional. (2002). *Kebijakan Pembinaan dan Pengembangan Olahraga Masyarakat*.Jakarta: Depdiknas.
- Departemen Sosial RI. (1996).*Perkembangan Lanjut Usia Dalam Kehidupan Bangsa*. Jakarta: Depsos

- Egger, G., dan Champion, N. (1998). *The Fitness Leader's Handbook*. Singapore: Kyodo Printing Co
- Federation Internationale de Gymnastique (FIG). (2013). *Technical Regulation*. Moutir : FIG.
- Furqon, A. (1982). *Penelitian Dalam Pendidikan*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Gallahue, D. L. (1982). *Understanding Motor Development In Children*. New York: John Wiley & Sons.
- Ghojali, I. (2011). *Aplikasi Analisis Multivariate dengan Program IBM SPSS 19*. Semarang : Badan Penerbit UNDIP
- Gosselin, C. (1995). *The Ultimate Guide to Fitness*. London: Vermilion.
- Government of Western Australia (2008) *More than Winning*. Perth: Department of Sport and Recreation
- Giriwijoyo, H.Y. S. (2004). *Ilmu Faal Olahraga*. Bandung: FPOK-UPI.
- Giriwijoyo, H.Y. S. (2007). *Ilmu Kesehatan Olahraga*. Bandung: FPOK-UPI
- Harsono. (1988). *Coaching Dan Aspek-aspek Psikologis Dalam Coaching*. Jakarta: CV Tambak Kusuma.
- Hidayat, I. (1996). *Senam*. Bandung: FPOK-UPI.
- Irianto, K. dan Waluyo, K. (2004). *Gizi dan Pola Hidup Sehat*. Bandung: C.V. Yrama Widya.
- Jenkins, S. Dkk. (2009). *Physiotherapy Theory and Practice, Regression Equations to predict 6 minute walk distance in middle – aged and elderly adults*. [Online]. Tersedia di: www.topendsports.com/tests/walk-6_min.htm. 25 (7): 1-7, 2009. [Diakses 18-7-2015]
- Jones & Rikli. (2002). *Senior Fitness Test Manual*. [Online]. Tersedia di: https://books.google.co.id/books/about/Senior_Fitness_Test_Manual.htm?id=NXfXxOFFOVwC&redir_esc=y [Diakses 20 Januari 2014].
- Kementrian Pemuda Dan Olahraga Republik Indonesia (2012) *SKJ 2012* . Jakarta: Kemenpora.

- Kusmaedi, N. (2008). *Olahraga Lansia. Pendekatan Pembelajaran Sepanjang Hayat Menuju Sehat Aktif, dan Berguna*. Bandung: Warli Artika.
- Kusmaedi, N. (2004). *Pembelajaran Hidup Sehat Bagi Usia Lanjut Berbasis Masyarakat*. Disertasi. Sekolah Pasca Sarjana Universitas Pendidikan Indonesia
- Lutan, R. (2001). *Olahraga dan Etika Fair Play*. Jakarta: Dirjen Olahraga Departemen Pendidikan Nasional.
- Mackenzie, B. (2005). *The 5 Fundamentals of Fitness*. London: Electric Worldplc
- Menteri Negara Sekretaris Negara Republik Indonesia.(1998). *Undang-undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 Tentang Kesejahteraan Lanjut Usia*. Jakarta: Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 1998 Nomor 190
- Mood, D., dkk. (2003). *Sports And Recreational Activities*. New York: Mc Graw Hill Higher Education.
- Nariyadi, R. ((2010). *Buku Petunjuk Tentang Manfaat Senam Tera Indonesia Untuk Terapi Penyakit*. Jakarta: Dewan Pengurus Pusat Senam Tera Indonesia.
- Nurhasan dan Cholil. (2007). *Tes dan Pengukuran Keolahragaan*. Bandung: FPOK Universitas Pendidikan Indonesia.
- Priyatno, D. (2010). *Teknik Mudah dan Cepat Melakukan Analisis Data Penelitian dengan Menggunakan SPSS*. Yogyakarta : Gava Media.
- Ratliffe, T., and Laraine ,McC. (1994). *Teaching Childrens Fitness*. Canada:Human Kinetics Publishers Inc.
- Sekretariat Jenderal Majelis Permusyawaratan Rakyat. (1983). *GBHN 1983-1988,serta Pedoman Penghayatan dan Pengamalan Pancasila (P4)*. Jakarta: Ghalia Indonesia
- Sudjana. (1992). *Metoda Statistika*. Bandung: Tarsito.
- Sugiyono. (2009). *Metode Penelitian Pendidikan. Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Talbot, L.A., dkk. (1998). *Leisure-time physical activities and their relationship to cardiorespiratory fitness in healthy men and women 18-95 years old*. [Online]. Tersedia di: <http://www.msse.org>. [Diakses 20 Januari 2014]

Taylor, P.M., dan Taylor, D.K. (2002). *Mencegah dan Mengatasi Cedera Olahraga*. Jakarta: P.T. Raja Grafindo Persada.

Ugelta, S. (1997). *The Differences Between The Hard Bend And The Easy Bend Aerobic Gymnastics Influence to The Increasing of The Physical Freshness and The Complaint of the Students of FPOK-IKIP Bandung*. Tesis.S Program Pascasarjana, Universitas Padjadjaran.

Ugelta, S. (2012). *Pengaruh Model Pembelajaran Aktivitas Ritmik Dalam Konteks Pendidikan Jasmani Terhadap Derajat Sehat Dinamis Dan Persepsi Estetika Murid Sekolah Dasar*. Disertasi. Sekolah Pasca Sarjana, Universitas Pendidikan Indonesia.

UNDP. (2014). *Good country index. International ranking of Indonesia*[Online]. Tersedia di <https://en.wikipedia.org/wiki/international-rankings-of-indonesia> [Diakses 22 Juli 2015].

Uyanto, S.S. (2009). *Pedoman Analisis Data Dengan SPSS*. Yogyakarta: Graha Ilmu.

Wahyunita, V.D., dan Fitrah (2010). *Memahami Kesehatan Pada Lansia*. Jakarta: C.V. Trans Info Media.

WHO. (2015). *Definition of an older or elderly person*. [Online]. Tersedia di www.who.int/healthinfo/survey/ageingdefnolder/en/ [Diakses 22 juli 2015]

Willis, B. L. (2012). *Fitness at Middle Age.htm*. [Online]. Tersedia di <http://seniorjournal.com/NEWS/Health/2012/20120827> [Diakses 20 Januari 2014]

Wijnalda, G., dkk. (2005). *A Personalized Music System for Motivation in Sport Performance*. [Online]. Tersedia di www.computer.org/perasive. [Diakses 20 Januari 2014]

W. Lawrence Neuman. (2003). *Social Research Methods, Qualitative and Quantitative Approaches*, fifth edition, Boston New York San Francisco, Mexico City Montreal Toronto London Madrid Munich Paris.

Yayasan Jantung Indonesia. (1995). *Senam Jantung Sehat Seri III*. Jakarta: Badan Pelaksana Pusat Klub Jantung Sehat – Yayasan Jantung Indonesia.

.....(2006). *Undang-undang Sistem Keolahragaan Nasional (UU RI No.3 Th.2005)*. Jakarta: Sinar Grafika.