

**PENGARUH OLAHRAGA ZUMBA STRONG DAN ZUMBA
FITNESS TERHADAP PENURUNAN PERSENTASE LEMAK
DAN *BODY MASS INDEX***

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh
Gelar Sarjana Sains Program Studi Ilmu Keolahragaan



Oleh

Andriani Fatonah

1401102

**PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN
DEPARTEMEN PENDIDIKAN KESEHATAN DAN
REKREASI
FAKULTAS PENDIDIKAN OLAHRAGA DAN KESEHATAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN INDONESIA
2018**

**Pengaruh Olahraga Zumba Strong dan Zumba Fitness
Terhadap Penurunan Persentase Lemak dan *Body Mass Index***

Oleh
Andriani Fatonah

Sebuah skripsi yang diajukan untuk memenuhi salah satu syarat
untuk memperoleh gelar Sarjana Sains pada Fakultas Pendidikan
Olahraga dan Kesehatan

© Andriani Fatonah 2018
Universitas Pendidikan Indonesia
Februari 2018

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

LEMBAR PENGESAHAN

PENGARUH OLAHRAGA ZUMBA STRONG DAN ZUMBA
FITNESS TERHADAP PENURUNAN PERSENTASE LEMAK
DAN *BODY MASS INDEX*

ANDRIANI FATONAH
1401102

disetujui dan disahkan oleh :

Pembimbing I



Dr. dr. Imas Damayanti, M.Kes.
NIP. 19800721 200604 2 001

Pembimbing II



Dr. Nur Indri Rahayu, M.Ed.
NIP. 19811019 200312 2 001

Mengetahui,
Ketua Departemen Pendidikan Kesehatan dan Rekreasi
Program Studi Ilmu Keolahragaan



Nurul Fitri, MPd., Ph.D.
NIP. 19681220 199802 2 001