

DAFTAR PUSTAKA

- Azizah, A., Komaini, A., & Padang, U. N. (2018). Motivasi lansia dalam mengikuti senam di klinik anisa medical center kota padang. 1, 135–144.
- Lestyowati, R. I. K. A. (n.d.). MOTIVASI WANITA LANSIA DINI TERHADAP SENAM AEROBIK LOW IMPACT DI TEMPAT ARISAN RW 09 PONDOK BENOWO INDAH (Studi pada Perkumpulan Ibu-ibu Arisan RW 09 Pondok Benowo Indah).
- Ii, B. A. B., Teori, A. L., & Lansia, L. U. (2009). No Title. 9–21.
- Mc. Donald (dalam Sardiman 2007). Pengertian motivasi menurut para ahli . created by dosen pendidikan.com (2014). (<https://www.dosenpendidikan.co.id/pengertian-motivasi-menurut-para-ahli/>).
- Moh , Haryanto dan Nor El-Ibrahim. (2012). Dr. Olahraga Mengenalkan Teknik S enam Dasar. (https://books.google.co.id/books?id=C_Z8DQ_A_A_Q_B_AJ&pg=PA46&dq=senam+aerobik+low+impact&hl=jv&sa=X&ved=2ahUKEwjw6n0uJPvAhUDb30KHbnTDakQ6AEwAnoECAMQAg#v=onepage&q=senam%20aerobik%20low%20impact&f=false).
- Nurgoro, Faozan Tri, 11 januari 2021. Pengertian Senam Aerobik, Jenis-Jenis, dan Manfaatnya bagi Kesehatan. (<https://www.bola.com/ragam/read/4453895/pengertian-senam-aerobik-jenis-jenis-dan-manfaatnya-bagi-kesehatan>).
- Arikunto, Suharsimi. (2013). *Prosedur Penelitian suatu pendekatan praktek*. Jakarta: Rineka cipta.
- Pemula, K. I., Karangasem, D. I., Maret, U. S., Ir, J., & No, S. (2012). Jurnal Skripsi PERBEDAAN PENGARUH LATIHAN SENAM AEROBIK.
- Pilangsari, D., & Darah, T. (2016). Senam Aerobik Low Impact Intensitas Sedang Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia The Effect Of Moderate Intensity Of Low Impact Aerobic Gymnastics On The Changes Of Elderly Blood Pressure In. 13(March 2015), 50–54.
- Putri, Nina Hertiwi, 18 juni 2019. Denyut Nadi Normal Lansia, Pertanda Aman dari Gejala Aritmia. (<https://www.sehatq.com/artikel/berapa-sebenarnya-detak-jantung-normal-pada-lansia>).
- Syafe, M. M. (2017). SEMINAR KEPELATIHAN PELATIH SENAM AEROBIK SE-. 167–173.

- That, F., The, I., Gymnastics, E., In, P., & Health, T. (n.d.). Faktor yang mempengaruhi keikutsertaan senam lansia di wilayah kerja puskesmas titue. Vmax, T. P. (2018). aerobic low impact. 1(2), 42–51.
- Cahyono, A. E. (2018). *Arie Eko Cahyono Identifikasi Faktor Internal Yang Mempengaruhi Motivasi lansia Jember*. 5, 18–25. <https://doi.org/10.29407/e.v5i1.11919>
- Dharmmesta, Basu dan Hani T Handoko. 2011. *Menejemen Pemasaran Analisis Perilaku Konsumen*. Edisi Pertama. Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada
- Dhull, I., & Sakshi. (2017). *Online Learning. International Education & Research Journal (IERJ)*, 3(8), 32–34.
- Irdalisa & Gufron Nasional, P. S., & Biologi, G. (2020). *Abdimasmu Abdimasmu*. 1(November), 118–126.
- Kamus Besar Bahasa Indonesia Online. Tersedia di:[<https://kbbi.web.id/>]
- laily, Kusuma Zyhaira & SubkhanKelas, S., Ips, X. I., Pati, S. M. A. N., & Pelajaran, T. (2015). Pengaruh Motivasi Belajar Dan Kedisiplinan Belajar Terhadap Prestasi Belajar Mata Pelajaran Akuntansi Siswa Kelas Xi Ips Sma N 3 Pati Tahun Pelajaran 2013/2014. *Economic Education Analysis Journal*, 4(1), 164–171.
- Munawar, A. Al, Hendrawan, D., & Bola, P. S. (2019). *Jurnal ilmiah stok bina guna medan*. 7(November), 62–69.
- Mylsidayu, Apta. (2014). *Psikologi Olahraga*. Jakarta: PT.Bumi Aksara
- Prasetyo, I. (2014). Teknik Analisis Data Dalam Research and Development. *Teknik Analisis Data Dalam Research And Development*, 6, 11. 25.pdf. (n.d.).