

DAFTAR PUSTAKA

- Ashadi K. 2008. *Kepelatihan Cabang Senam Aerobik I (Teori / Praktek)*. Surabaya: Universitas Negeri Surabaya.
- Biantara, DF. 2007. *Hubungan Antara Obesitas Dengan Konsep Diri dan Penyesuaian Sosial Pada Remaja Wanita*. Skripsi. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Corral AR., Somers VK., Johnson JS., Thomas RJ., Clavell MLC., Korinek J., Allison TG., Batsis JA., Kuniyoshi FHS dan Jimenez FL. 2008. Accuracy of Body Mass Index in Diagnosing Obesity in the Adult General Population. *International Journal of Obesity*. USA. **32**: 959–966.
- El Roby AAA. 2010. The Effect of a Tae Bo Exercise Program on Physical Fitness and Some Kinesthetic Perceptions for University Level Basketball Players in Egypt. *World Journal of Sport Sciences*. Egypt. **2**: 107-112.
- Galaggher, J. 2014. *Human Energy. Acrobat Distiller*. England.
- Guerrero ACM., Fisac JLG., Castillo'n PG., Banegas JR dan Artalejo FR. 2008. Eating Behaviours and Obesity in the Adult Population of Spain. *British Journal of Nutrition*. Spain. **100**:1142–1148.
- Hartini. 2012. Perbedaan Pengaruh Latihan Senam Aerobik High Impact dan Low Impact Terhadap Penurunan Persentase Lemak Tubuh Ditinjau Dari Body Mass Index. *Jurnal Ilmiah Spirit*. Surakarta.
- Irawan, MA. 2007. *Metabolisme Energi Tubuh dan Olahraga. Sport Science Brief*.
- Mayasari OI. 2011. *Hubungan Antara Obesitas dan Tingkat Kesegaran Jasmani Pada Remaja Usia 12-14 Tahun di SMP Al-Firdaus Surakarta*. Skripsi. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Mulyaningsih F. 2009. *Senam Aerobik Sebagai Wahana Pengembangan Kreativitas Instruktur*.
- Mustedanagić J., Jorgić B dan Cicović B. 2014. Effects of a Tae Bo Aerobic Training Program on the Fitness Abilities of Young Women. *Physical Education and Sport*. Serbia. **12**: 41-49.
- Pitt, S. 2006. *How to be Fit and Young*. New Delhi: Lotus Press.

- Qatanani M dan Lazar MA. 2008. Mechanisms of Obesity-Associated Insulin Resistance: Many Choices on the Menu. *Genes and Development*. USA. **21**: 1443-1455.
- Sari, DRK. 2013. *Pendidikan Tentang Olahraga Aerobik Intensitas Ringan Dalam Meningkatkan Kadar High Density Lipoprotein Pada Wanita Menopause Di Desa Pandanan Wonosari Klaten*. Laporan Pengabdian Masyarakat Kolaboratif. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Sari, YM. 2009. *Pengaruh Antara Senam Aerobik Intensitas Ringan dan Intensitas Sedang Terhadap Penurunan Persentase Lemak Badan di Aerobic and Fitness Centre "Fortuna"*. Skripsi. Surakarta: Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Visscher TLS dan Seidell JC. 2001. The Public Health Impact of Obesity. Amsterdam: Institute for Research in Extramural Medicine. *Annual Review of Public Health*. Amsterdam. **22**: 355-75.
- Wahyusari. 2011. *Hubungan Pengetahuan Tentang Obesitas Dengan Kejadian Obesitas Pada Ibu Rumah Tangga di Desa Meteseh, Kecamatan Boja Kabupaten Kendal*. Skripsi. Semarang: Universitas Muhammadiyah Semarang.
- Wiramihardja, K.K. 2000. *Obesitas dan Penanggulangannya*. Bandung: Granada.