

## DAFTAR PUSTAKA

- C. Fajar Sriwahyuniati. (2008). "Menjaga Kesehatan dan Kebugaran Bagi Lansia Melalui Berolahraga" *Jurnal Kesehatan Bagi Lansia*.
- Faizati Karim. (2002). *Panduan Kesehatan Olahraga*. Jakarta. Direktorat Kesehatan Komunitas.
- Guyton and Hall. (2006). *Fisiologi Kedokteran*. Jakarta. EGC
- Ismayadi. (2004). "Proses Menua" *Jurnal Kesehatan Lansia*". USU Digital Library
- Jeremy P.T. et al. (2007). *Sistem Respirasi*. Jakarta. Erlangga.
- Noname. (2010). *Sehat dan Bugar di Usia Lanjut*. Yogyakarta. Banyu Media.
- Philip I. and Jeremy P.T. (2008). *Sistem Kardiovaskular*. Jakarta. Erlangga.
- Suharsimi Arikunto. (2006). *Prosedur Penelitian*. Jakarta. PT Rineka Cipta.
- <http://www.kesehatan123.com/2200/manfaat-olahraga/>
- [http://etd.eprints.ums.ac.id/16069/3/BAB\\_II.pdf](http://etd.eprints.ums.ac.id/16069/3/BAB_II.pdf)
- <http://id.shvoong.com/medicine-and-health/epidemiology-public-health/2174769-jantung-struktur-fungsi-dan-bagian/#ixzz1zpfStTSC>
- <http://hansotopratomayohan.blogspot.com/2011/08/sifat-khusus-otot-jantung-dan-kontraksi.html>
- <http://anditerdakwa.student.umm.ac.id/2010/08/26/fisiologi-kardiovaskuler/>
- <http://www.sarjanaku.com/2011/06/perhitungan-denyut-nadi-jantung.html>
- <http://healingxamthone.com/denyut-jantung/>
- <http://sikkahoder.blogspot.com/2012/04/cara-mengukur-denyut-nadi.html>
- <http://mangfebri.blogspot.com/2011/04/faktor-yang-mempengaruhi-tekanan-darah.html>