

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Rangkaian Gerakan Senam	50
Lampiran 2.	Analisis Rangkaian Gerakan Senam	59
Lampiran 3.	Jadwal Latihan Senam Aerobik	63
Lampiran 4.	Program latihan Senam Aerobik	64
Lampiran 5.	Data Karakteristik Sampel	70
Lampiran 6.	Data Hasil Pre Test Kadar Kolesterol Tubuh Sebelum Perlakuan Senam Aerobik Mix Impact Selama 45 Menit.....	71
Lampiran 7.	Data Hasil Post Test Kadar Kolesterol Tubuh Setelah Perlakuan Senam Aerobik Mix Impact Selama 45 Menit.....	72
Lampiran 8.	Uji Normalitas	73
Lampiran 9.	Uji Homogenitas	74
Lampiran 10.	Uji T-Berpasangan	75
Lampiran 11.	Dokumentasi	76

