

Daftar Pustaka

- [1] H. H. a. A. J. Mujahid, "Pengaruh Penggunaan Smartphone terhadap Perkembangan Personal Sosial Anak Usia Pra-Sekolah," *Jurnal Keperawatan Silampari*, vol. 2, pp. 330-342, 15 September 2018.
- [2] Khairil, "Rancang Bangun Aplikasi Chatting Keluarga Menggunakan Fitur Device Location Berbasis Android," *Jurnal Mahasiswa Fakultas Teknik dan Ilmu Komputer*, vol. 1, pp. 489-498, 9 May 2020.
- [3] Lubis, "Model Baru Penggunaan Smartphone Untuk Menyalakan," *Journal of Electrical Technology*, vol. 6, pp. 2502-3624, 13 Juni 2021.
- [4] M. L. M. Y. Patonah, "Edukasi Pola Hidup Sehat Kepada Masyarakat Di Kelurahan Manjahlega Kota Bandung Dalam Menanggulangi Obesitas Sebagai Faktor Resiko Penyakit Kardiovaskular," *Jurnal Amaliah*, vol. 3, pp. 354-361, 26 Desember 2019.
- [5] E. B. Setiawan, W. Saputra and A. Setiyadi, "Implementasi Push Notification dan Location," *Ultimatics*, vol. 11, pp. 20-27, 2019.
- [6] Juara.net, "Olahraga yang dilakukan secara rutin bisa memberikan banyak manfaat untuk kesehatan kita," Bobo.id, 9 Juni 2018. [Online]. Available: <https://juara.bolaspport.com/read/321492267/inilah-alasannya-mengapa-olahraga-bisa-mencegah-penyakit-flu>. [Accessed 9 Juni 2021].
- [7] Yuliana, "Olahraga yang Aman di Masa Pandemi COVID-19 untuk Meningkatkan Imunitas Tubuh," *Jurnal Bali Membangun Bali*, vol. 2, pp. 103-110, 2020.
- [8] M. A. P. Negara and D. S. Laksono, "Perancangan Kendali Robot pada Smartphone Menggunakan Sensor Accelerometer Berbasis Metode Fuzzy Logic," *Jurnal Rekayasa Elektrika*, vol. 13, pp. 72-77, 2017.
- [9] A. S, "Pengenalan Physical Fitness di Luar Jam Sekolah Sebagai Upaya Penurunan Kasus Obesitas (Dampak Corona "Tetap di rumah")," *Jurnal Ilmiah Pengabdian Kepada Masyarakat*, vol. 20, pp. 141- 148, 2020.
- [10] A. Fatmawati, "Pengaruh Latihan Treadmill Terhadap Peningkatan Volume Oksigen Maksimal (Vo2max) Pada Anggota ROW Of Power In Motion (RPM) Body Fitness Center," 10 November 2016.

- [11] Indrayogi, "Korelasi Antara Tingkat Kesegaran Jasmani (Physical Fitness) Dan Kesehatan Mental (Mental Hygiene) Dengan Prestasi Belajar pendidikan Jasmani Siswa Sekolah Dasar," *Jurnal Respects*, vol. 2, pp. 7-14, 2020.
- [12] D. P. Irianto, "Pedoman Praktis Berolahraga untuk kebugaran," *Jurnal Olahraga Prestasi*, vol. 1, pp. 213-227, 2005.
- [13] E. Yuliatin and M. Noor, *Bugar Dengan Olahraga*, Jakarta Timur: PT Balai Pustaka (Persero), 2012.
- [14] S. Y. Bangun, "Peranan Pendidikan Jasmani dan Olahraga Pada Lembaga Pendidikan Indonesia," *Jurnal Pemikiran, Penelitian dan Pengabdian Masyarakat Bidang Pendidikan*, vol. 6, pp. 156-167, 2016.
- [15] E. Hanifah, *Cara Hidup Sehat*, Rawamangun Jakarta Timur: PT. Sarana Bangun Pustaka, 2011.
- [16] M. P. Chrisly, J. Wongkar and R. T. Shane H, "Manfaat Latihan Olahraga Aerobik Terhadap Kebugaran Fisik Manusia," *Jurnal e-Biomedik (eBm)*, vol. 3, pp. 316-321, 2015.
- [17] Sumintarsih, "Prinsip-Prinsip dan Progam Latihan Meningkatkan Kebugaran Jasmani," in *Proceeding Seminar Nasional PPs UNY*, Yogyakarta, 2012.
- [18] Wahyono, "Hubungan Status Kebugaran Jasmani dan Status Gizi Dengan Produktivitas Kerja Pekerja Pembuat Buis Beton," *Jurnal Ilmiah Kesehatan Olahraga*, vol. 15, pp. 85-97, 2016.
- [19] G. Wiarto, *Panduan Berolahraga untuk Kesehatan dan Kebugaran*, Yogyakarta: Graha Ilmu, 2015.
- [20] Fitria, M. Jafar and Karimuddin, "Evaluasi Daya Tahan Jantung Paru Anggota Mapolda Aceh Tahun 2005," *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Pendidikan Jasmani, Kesehatan dan Rekreasi*, vol. 1, pp. 209-218, 2015.
- [21] M. Rika and H. J, "Perbedaan Pengaruh Pemberian Latihan Metode De," *Jurnal Fisioterapi Indonusa*, vol. 5, pp. 1-17, 2005.
- [22] A. P. Dyah and L. Budi, "Perbandingan Nilai Fleksibilitas Tubuh Ibu Post Partum Yang Melakukan Dan Tidak Melakukan Senam Pilates," *Jurnal Kedokteran Diponegoro*, vol. 5, pp. 703-708, 2016.

- [23] S. H. Mega, M. D. Cesilia and R. Hadi, "Hubungan Komposisi Tubuh Dan Status Gizi Dengan Perkembangan Seksual Pada Remaja Putri Di Perkotaan Dan Pedesaan," *Jourunal Of Nutrition And Food*, vol. 8, pp. 181-186, 2013.
- [24] B. C. Neyfa and D. Tamara, "Perancangan Aplikasi E-Canteen Berbasis Android Dengan Menggunakan Metode Object Oriented Analysis & Design Method," *Jurnal Penelitian Komunikasi dan Opini Publik*, vol. 20, pp. 83-91, 2016.
- [25] W. Sefty and Taufiqurrahman, "Aplikasi Kumpulan Resep Masakan Tradisional Kutai Kartanegara Berbasis Android," *Jurnal Sains Terapan Teknologi Informasi*, vol. 11, pp. 41-46, 2019.
- [26] A. K. Ikhwan, "Gsi (game Sejarah Indonesia) Game Tentang Sejarah Indonesia Dari Masa Penjajahan Sampai Kemerdekaan Indonesia Berbasis Android," in *eProceedings of Applied Science*, 2016.
- [27] Hedini, "Pemodelan UML Sistem Informasi Monitoring Penjualan Dan Stok Barang," *Jurnal Khatulistiwa Informatika*, vol. 4, pp. 107-116, 2016.
- [28] I. Safi'i, "Perancangan Sistem Informasi Jurnal Perkuliahan Sebagai Upaya Monitoring dan Evaluasi Proses Pembelajaran," *Jurnal Ilmiah Teknik dan Manajemen*, vol. 1, pp. 1-9, 2017.
- [29] C. C. Handani, "Aplikasi Pengendali Robot Menggunakan Sensor Accelerometer Pada Smartphone Android," in *e-Proceeding of Applied Science*, 2015.
- [30] W. B. Dwija, "Perancangan Sistem KHS Mobile di STMIK ASIA Malang Menggunakan Android Programming dan JSON," *Jurnal Ilmiah Teknologi dan Informasia ASIA*, vol. 9, pp. 31-39, 2015.
- [31] M. Indonesia, "Mi Smart Band 5," Xiaomi, 2021. [Online]. Available: <https://www.mi.co.id/id/mi-smart-band-5/specs/>. [Accessed 2010].
- [32] M. Gunawan, "Cara Menghitung Kalori dalam Membentuk Tubuh Ideal," PT Mitra Bugar Bersama, 14 September 2020. [Online]. Available: <https://refit.co.id/cara-menghitung-kalori-dalam-membentuk-tubuh-ideal/>. [Accessed 8 Desember 2021].
- [33] W. A. K. a. S. M. Arifin, "Monitoring Jarak Tempuh Lari Menggunakan Sensor Accelerometer," vol. 2, no. 6, pp. 759-802, 2020.
- [34] C. C. Handani and S. Siregar, "Aplikasi Pengendali Robot Menggunakan Sensor Accelerometer Pada Smartphone Android," in *eProceedings of Applied Science*, 2015.

