DAFTAR PUSTAKA

Jarver.Jass.1986. *Belajar dan Berlatih Atletik.*Bandung: PIONIR JAYA.

Prof.Husdarta.2010.*Psikologi Olahraga.*Bandung: ALFABETA.

Prof.Dr.Soekidjo.Notoatmodjo.2007.*Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni.*Jakarta: RINEKA CIPTA.

R.Siti Maryam dkk.2012.*Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya.*Jakarta : Salemba Medika.

Sugiyono. 2010.*Metode Penelitian Bisnis*. Bandung: ALFABETA.

Surianto Rustan.2009.*layout dasar & penerapannya.*Jakarta : PT. Gramedia Pustaka Utama.

[http://www.lkc.or.id/2012/05/22/olahraga-untuk-lansia/]

(Diakses pada 17 Desember 2012. **www.google.com)**

[http://www.onlinesyariah.com/2012/04/tinjauan-tentang-lanjut-usia.html]

(Diakses pada 17 Desember 2012. **www.google.com)**

[http://www.ilunifk83.com/t434-kesehatan-lansia]

(Diakses pada 15 Januari 2013. **www.google.com)**

[http://www.rafflesia.web.id/kesehatan/manfaat-jalan-santai-bagi-kesehatan.html]

(Diakses pada 17 Mei 2013. **www.google.com)**

[http://file.upi.edu/Direktori/JURNAL/JURNAL_MIMBAR_PENDIDIKAN/MIMBAR_NO_2_1999/Pelatihan_Jasmani_untuk_Usia_Lanjut.pdf]

(Diakses pada 20 kamis 2013 www.google.com)