

DAFTAR PUSTAKA

- Anastasya, A., Jalil, R., Saman, S., Kahar, I., & Hakim, N. (2023). Pengaruh senam aerobic terhadap kebugaran jasmani ibu PKK. *Jurnal Porkes*, 6(2), 712–723.
- Armade, M., & Manurizal, L. (2019). Pengaruh metode latihan senam kebugaran jasmani (SKJ 2012) versi low impact terhadap kebugaran jasmani pada mahasiswa program studi pendidikan olahraga dan kesehatan Universitas Pasir Pengaraian. *Jurnal Penjaskesrek*, 6(1), 140–151.
- Desviandini, R. A., & Karyana, Y. (2022). *Proyeksi Penduduk Indonesia sampai Tahun 2060 dengan Data Dasar Sensus Penduduk 2020 dan Asumsi Laju Pertumbuhan Penduduk 1, 25%*. 2(2), 266–272.
- Dewi, R., & Rifki, M. S. (2020). Pengaruh senam aerobik terhadap tingkat kebugaran jasmani siswa. *Jurnal Stamina*, 3(6), 398–416.
- Fajriani, N. A. (2021). *Tinjauan Pustaka Mengenai Pemberdayaan Potensi Masyarakat Dan Keluarga Sebagai Upaya Perbaikan Gizi Anak Balita*.
- Ginting, I., Tantangan, R., & Siahaan, T. (t.t.). *Manfaat Senam Lansia Dalam Meningkatkan Kebugaran Lansia Di Desa Wakarleli Kabupaten Maluku Barat Daya, Tahun 2021*.
- Hafifah, V. N., Ummah, R., Octaviati, R. N., Talia, R. D., & Shodiqoh, H. N. (2023). Sosialisasi Rumah Sehat Dan Layak Huni Pada Ibu Pkk Di Desa Pandean Kecamatan Paiton. *Community Development Journal: Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 4(6), 13168–13171.
- Kunarti, T. U., Jubaedi, A., & Nurseto, F. (2015). Pengaruh latihan Senam irama terhadap peningkatan kebugaran jasmani. *JUPE (Jurnal Penjaskesrek)*, 3(1).
- Larasati, L., Lengkong, F., & Londa, V. (2021). Pemberdayaan Organisasi Pkk Di Kelurahan Tuminting Kota Manado. *Jurnal Administrasi Publik*, 7(103).
- Majid, W. (2020). *Perilaku aktivitas olahraga terhadap peningkatan kebugaran jasmani pada masyarakat. 1*.
- Maryani, D., & Nainggolan, R. R. E. (2019). *Pemberdayaan masyarakat*. Deepublish.
- Navera, P. C., & Mistar, J. (2021). Pengaruh Latihan Senam Aerobik Terhadap Kebugaran Jasmani Pada Kelompok Ibu-Ibu Pkk Di Desa Asam Peutik Dusun Bukit Tengah Kecamatan Langsa Lama. *Jurnal Olahraga Rekreasi Samudra*, 4(2), 9–16.

- Nugraha, P. D. (2020). *Sosialisasi pelaksanaan senam yoga untuk ibu-ibu Tp. PKK Desa Randusari Kecamatan Teras Kabupaten Boyolali*. 1(1).
- Permatasari, I. (2023). *Pengaruh Kombinasi Senam Irama Dan Senam Tongkat Terhadap Kebugaran Jasmananak Usia 10-12 Tahun Dimasa Pandemi Covid-19*.
- Purwantini, D. (2021). Kebugaran Jasmani Pada Lanjut Usia. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 4(2), 19–25.
- Ramadani, D. M. (2020). Upaya Pemberdayaan dan Kesejahteraan Keluarga (PKK) dalam Pemberdayaan Perempuan di Desa Mukti Jaya kecamatan Rantau Pulung Kabupaten Kutai Timur. *Jurnal Ilmu Pemerintahan*, 8, 3.
- Rizki, H. (2022). Dampak Harvard Step Tes Tentang Kesegaran Jasmani. *Jurnal Edukasimu*, 2(4).
- Rohmah, U. R., & Kumaat, N. A. (2021). Profil Kebugaran Jasmani Lansia Dalam Menghadapi Masa New Normal Akibat Pandemi Covid-19 Dusun Domot Barat Rt: 02 Rw: 06 Desa Purwokerto Kecamatan Sregat Kabupaten Blitar. *J Kesehatan Olahraga*, 9(02), 37–46.
- Rustyaningrum, M., Marwahyudi, M., & Kristiana, D. (2020). *Perancangan Desain Interior Kattoen Green Café Dengan Konsep Bohemian Singasari*.
- Safitri, D., Kurniawan, D., & Dewi, S. (2023). Perencanaan Ulang Saluran Sekunder Di Batang Lampang Kecamatan Talamau Kabupaten Pasaman Barat. *Ensiklopedia Research and Community Service Review*, 2(2), 35–42.
- Sunaryo, A. (2020). Implementasi pemberdayaan perempuan melalui 10 program pokok PKK. *Public Service and Governance Journal*, 1(02), 235–278.
- Supriady, A., & Schiff, N. T. (2021). Sosialisai Olahraga Senam Aerobik Untuk Meningkatkan Kebugaran Jasmani Masyarakat Pamoyanan. *aksararaga*, 3(1), 33–41.
- Ulfah, A. A., Dimiyati, D., & Putra, A. J. A. (2021). Analisis Penerapan Senam Irama dalam Meningkatkan Kemampuan Motorik Kasar Anak Usia Dini. *Jurnal Obsesi: Jurnal Pendidikan Anak Usia Dini*, 5(2), 1844–1852.
- Yusuf, H. (2018). Evaluasi Kebugaran Jasmani Melalui Harvard Step Test pada Mahasiswapjkr Tahun 2016/2017 IKIP Budi Utomo. *Jp. Jok (Jurnal Pendidikan Jasmani, Olahraga Dan Kesehatan)*, 1(2), 1–13.
- Naila. (2023). Profil Penduduk Di Wilayah Kerja Puskesmas Pakisaji. 25 Januari 2024.

Dinkes Jatim. (2022) . Profil Penduduk Di Provinsi Jawa Timur.
[Https://Dinkes.Jatimprov.Go.Id](https://Dinkes.Jatimprov.Go.Id) . 6 Desember 2023.

Bps Kabupaten Malang. (2023) . Profil Penduduk Di Kabupaten Malang.
[Https://Malangkab.Bps.Go.Id](https://Malangkab.Bps.Go.Id) . 25 Januari 2023 .