

DAFTAR PUSTAKA

Literatur

- Dariyo, Agus. 2003. *Psikologi Perkembangan Dewasa Muda*. Jakarta: Gramedia Widiasarana Indonesia.
- Hoeger, Werner K. dan Hoeger, Sharon A. 2013. *Lifetime Physical Fitness & Wellness: A Personalized Program, 13th Edition*. United States: Cengage Learning.
- Hoeger, Werner K. dan Hoeger, Sharon A. 2014. *Principles and Labs for Physical Fitness*. United States: Cengage Learning.
- Hutapea, Albert M. 1993. *Menuju Gaya Hidup Sehat*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Mappiare, Andi. 1983. *Psikologi Orang Dewasa*. Surabaya: Usaha Nasional.
- Stone, Terry. 2006. *Color Design Workbook*. Massachusetts: Rockport Publishers.
- Tapan, Erik. 2005. *Penyakit Degeneratif*. Jakarta: Elex Media Komputindo.
- Venus, Antar. 2009. *Manajemen Kampanye*. Bandung: Simbiosis Rekatama Media

Artikel Online

- Amirullah. 21 Maret 2012. "Jarang Bergerak Sebabkan Kematian", (Online), (<http://gaya.tempo.co/read/news/2012/03/21/107391745/jarang-bergerak-sebab-kan-kematian>, diakses 20 Agustus 2015, pukul 18.29 WIB)
- Bararah, 18 Juli 2012, "Awat! Malas Gerak Bahayanya Hampir Sama Seperti Merokok", (Online), (<http://health.detik.com/read/2012/07/18/183103/1968869/763/awat-malas-gerak-bahayanya-hampir-sama-seperti-merokok>, diakses 30 Agustus, pukul 16.05 WIB)
- Maharani, Dian. 11 Maret 2015. "Sayangi Jantung Jangan Terlalu Lama Duduk", (Online), (<http://health.kompas.com/read/2015/03/11/091000223/Sayangi.Jantung.Jangan.Duduk.Terlalu.Lama>, diakses 9 September 2015, pukul 17.08 WIB)

Pramudiarja, Uyung. 20 April 2011. “Risiko Orang Kantoran Duduk Berjam-jam Mengerikan!”, (Online), (<http://health.detik.com/read/2011/04/20/150215/1621946/763/risiko-orang-kantoran-duduk-berjam-jam-mengerikan>), diakses 20 Agustus 2015, pukul 14.51 WIB)

Ramadhan, Aditya. 18 Mei 2015. “Gaya Hidup Masyarakat Berisiko Sebabkan Penyakit Tak Menular”, (Online), (<http://print.kompas.com/baca/2015/05/18/Gaya-Hidup-Masyarakat-Berisiko-Sebabkan-Kena-Penya>), diakses 30 Agustus 2015, pukul 15.11 WIB)



DATA PENULIS

1. Nama Penulis : Citra Amanda Christy
2. Alamat : Jalan Harendong No.6 Rancakendal-Cigadung, Bandung
(40191)
3. Telepon : (022) 2501153
4. *Handphone* : 087823883210
5. Alamat *Email* : amandachristy12@gmail.com
6. Pendidikan SMU : SMA Santa Angela, Bandung, 2010

UCAPAN TERIMAKASIH

Penulis ingin mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada pihak-pihak yang telah ikut serta dan membantu dalam proses penyelesaian laporan Tugas Akhir ini :

1. Keluarga terkasih, Papa, Mama, Mba Gita, Mba Ratri, dan Mba Dinda yang telah mendukung baik dalam doa maupun materil, terima kasih atas dukungannya selama empat setengah tahun menyelesaikan studi S-1 ini.
2. Sahabat dan teman-teman seperjuangan saya di kampus, Oye, Ichil, Agatha, Lala, Vania, dan teman-teman DKV angkatan 2011 lainnya, terima kasih atas kebersamaan, dukungan dan pengalaman selama empat setengah tahun ini, terutama selama Tugas Akhir.
3. Dosen pembimbing, Ibu Nani dan Ci Lidya, terima kasih untuk bimbingan dan arahnya selama empat bulan ini.
4. Ibu Ratu, selaku ketua Yayasan Jantung Indonesia cabang Bandung, yang telah memberikan izin kepada penulis untuk wawancara dan memberikan dukungan untuk perancangan Tugas Akhir ini.