

# **PERILAKU AKTIVITAS FISIK DALAM MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP MAHASISWA**

**Christantie Effendy  
Mahmasoni Masdar**



GADJAH MADA UNIVERSITY PRESS

# DAFTAR ISI

PRAKATA.....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	xix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
BAB 2 AKTIVITAS FISIK.....	5
BAB 3 AKTIVITAS FISIK MAHASISWA.....	9
BAB 4 FAKTOR YANG MEMPENGARUHI AKTIVITAS FISIK MAHASISWA.....	43
BAB 5 STATUS KESEHATAN MAHASISWA.....	49
BAB 6 MANFAAT AKTIFITAS FISIK BAGI KESEHATAN MAHASISWA.....	59
BAB 7 AKTIVITAS FISIK DAN KUALITAS HIDUP MAHASISWA.....	63
BAB 8 KESIMPULAN.....	67
REFERENSI.....	69
INDEKS.....	101
TENTANG PENULIS.....	103