

DAFTAR RIWAYAT HIDUP

Nama : Herru
Tempat/ tanggal Lahir : Jakarta, 8 desember 1992
Agama : Kristen protestan
Alamat : Taman Dadap Indah blok C2 no. 15, Tangerang.
No. Telepon : 0812 8444 9897

Riwayat Pendidikan

1. SD Bethel Tangerang, Lulus tahun 2004
2. SMP Bethel Tangerang, Lulus tahun 2007
3. SMAN 56 Jakarta, Lulus tahun 2010
4. Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul (2010-2014), Jakarta Barat



Foto Sampel Penelitian

Kelompok Perlakuan 1.
Senam aerobik



Penghitungan Denyut Nadi
Istirahat 2 menit Setelah
Latihan



Kelompok Perlakuan 2.
Senam aerobik +
Resistance exercise

