

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional Rutinitas Senam <i>Aerobic</i> Terhadap Penurunan Berat Badan	27
Tabel 4.1	Distribusi frekuensi Usia Para Ibu Di Sanggar Senam <i>Aerobic</i> Kaza Surabaya Pada Bulan April 2019.....	34
Tabel 4.2	Distribusi Rutinitas Senam <i>Aerobic</i> Di Sanggar Senam <i>Aerobic</i> Kaza Surabaya Pada Bulan April 2019.....	35
Tabel 4.3	Distribusi Frekuensi Berat Badan Awal Akhir Para Ibu Yang Mengikuti Senam <i>Aerobic</i> Di Sanggar Senam <i>Aerobic</i> Kaza Surabaya Pada Bulan April 2019.....	35
Table 4.4	Distribusi Frekuensi Berat Badan Akhir Para Ibu Yang Mengikuti Senam <i>Aerobic</i> Di Sanggar Senam <i>Aerobic</i> Kaza Surabaya Pada Bulan April 2019.....	36
Table 4.5	Distribusi Frekuensi Berat Badan Para Ibu Yang Mengikuti Senam <i>Aerobic</i> Di Sanggar Senam <i>Aerobic</i> Kaza Surabaya Pada Bulan April 2019.....	36
Table 4.6	Tabulasi silang Hubungan Rutinitas Senam <i>Aerobic</i> Dengan Berat Badan Pada Para Ibu Yang Mengikuti Senam <i>Aerobic</i> Di Sanggar Senam <i>Aerobic</i> Kaza Surabaya Pada Bulan April 2019.	36