

DAFTAR PUSTAKA

- Ade Irma Nahdliyyah, Nur Achiri M, T. A. dkk. 2020. Tema : Latihan Keseimbangan, Pernafasan Untuk Meningkatkan Aktivitas Fungsional pada Lansia. *Abdimas*, 1(1), 20–29.
- Afriyantara, L. 2018. Pengaruh Senam Lansia Terhadap Keseimbangan Tubuh Pada Lansia Di Posyandu Mawar Desa Janggan Kecamatan Poncol Kabupaten Magetan Tahun 2018. In *Comprehensive Physiology* (Vol. 6, Issue 19).
- Astiti Suadnyana, I. A., Tirtayasa, K., Munawaroh, M., Sri Handari Adiputra, L. M. I., Griadhi, I. P. A., & Irfan, M. 2018. Pelatihan 12 Balance Lebih Meningkatkan Keseimbangan Dibandingkan Pelatihan Core Stability Pada Lansia Di Banjar Batu, Desa Pererenan Kecamatan Mengwi-Badung. *Sport and Fitness Journal*, 6(1), 107–116. <https://doi.org/10.24843/spj.2018.v06.i01.p14>
- Athika, L., & Agustina, N. 2019. Hubungan Body Massa Indeks Dan Bentuk Telapak Kaki Dengan Keseimbangan Dinamis.
- Braun, A., Herber, V., & Michaelsen, S. M. 2012. Relationship among physical activity level, balance and quality of life in individuals with hemi paresis. *Revista Brasileira de Medicina Do Esporte*, 18(1), 30–34. <https://doi.org/10.1590/S1517-86922012000100006>
- Buanasari, A. 2019. Gambaran Tingkat Stres Pada Lansia. *Gambaran Tingkat Stres Pada Lansia*, 7(2).
- Crowley, K. 2011. Sleep and sleep disorders in older adults. *Neuropsychology Review*, 21(1), 41–53. <https://doi.org/10.1007/s11065-010-9154-6>
- Erwinanto, D. 2017. Hubungan Antara Tingkat Aktivita Fisik Dengan Kebugaran Jasmani Siswa Kleas X Tahun Ajaran 2016/2017 Di SMK Muhammadiyah 1 Wates Kabupaten Kulon Progo DIY. Universitas Negeri Yogyakarta.
- Friska, B. 2020. The Relationship Of Family Support With The Quality Of Elderly Living In Sidomulyo Health Center Work Area In Pekanbaru Road. *Jurnal Proteksi Kesehatan*, 9(1), 1–8.
- Habut, M. Y., Nurmawan, I. P. S., & Wiryanthini, I. A. D. 2018. Relationship of Body Mass Index and Physical Activity for Dynamic Balance. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 2, 45–51.
- Hastuti, J. 2013. Anthropometry And Body Composition Of Indonesian Adults : Anevaluation Of Body Image, Eating Behaviour And Physical Activity.

- Hidayat, A. 2017. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Posyandu Desa Selokerto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Gombong.
- Hutomo, A. K. 2015. Hubungan Penataan Lingkungan Rumah Terhadap Risiko Jatuh Pada Lansia Di Desa Karangwuni Wates Kulon Progo. 1–9. [http://digilib.unisayogya.ac.id/51/1/Naskah Publikasi.pdf](http://digilib.unisayogya.ac.id/51/1/Naskah%20Publikasi.pdf)
- Ibrahim, F. A., Nurhasanah, & Juanita. 2018. Hubungan Keseimbangan Dengan Aktivitas Sehari-Hari Di Puskesmas Aceh Besar. *Idea Nursing Journal*, 9(2), 7–13.
- Kemkes. 2020. Indonesia Masuki Periode Aging Population. *Kementerian Kesehatan RI*, 11–13.
- Kemkes RI. 2017. Analisis Lansia di Indonesia. *Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI*, 1–2. [www.depkes.go.id/download.php?file=download/.../infodatin lansia 2016.pdf%0A](http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/.../infodatin%20lansia%202016.pdf%0A)
- Kusumawardani, D., & Andanawarih, P. 2018. Peran Posyandu Lansia Terhadap Kesehatan Lansia Di Perumahan Bina Griya Indah Kota Pekalongan. *Siklus : Journal Research Midwifery Politeknik Tegal*, 7(1), 273–277. <https://doi.org/10.30591/siklus.v7i1.748>
- Laili, F. N., & Hatmanti, N. M. 2018. Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Tidur Lansia Di Posyandu Lansia Wulan Erma Menanggal Surabaya: Physical Activity With Sleep Quality In Elderly Posyandu Wulan Erma Menanggal Surabaya. *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 4(1), 7–14. <https://doi.org/10.33023/jikep.v4i1.129>
- Lestari, G. L. 2019. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang.
- Listyarini, A. D., & Alvita, G. W. 2018. Pengaruh Balance Exercise Terhadap Keseimbangan Tubuh Lansia di Desa Singocandi Kabupaten Kudus. *JIKO (Jurnal Ilmiah Keperawatan Orthopedi)*, 2(2), 31–38. <https://doi.org/10.46749/jiko.v2i2.14>
- Manangkot, M. V., Sukawana, I. W., & Witarasa, I. M. S. 2016. Pengaruh Senam Lansia Terhadap Keseimbangan Tubuh. *Community of Publishing in Nursing*, April, 24–27.
- Mardilah. 2017. Identifikasi Gangguan Kesimbangan Tubuh Pada Lansia Di Pantia Sosial Trena Werdha Minaula Kendari. Politeknik Kesehatan Kendari.
- Mujiadi, & Mawaddah, N. 2019. Pengaruh Latihan Keseimbangan Terhadap Risiko Jatuh Pada Lansia Di Upt Pesanggrahan Pmks Mojopahit Mojokerto. *Hasil*

Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat, 3, 233–238.

- Murtiani, N., & Suidah, H. 2019. Pengaruh Pemberian Intervensi 12 Balance Exercise Terhadap Keseimbangan Postural Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan*, Vol 12, No 1, Januari 2019, 12(1), 42–52.
- Oktriani, S. 2019. Physical Activity in Elderly: An Analysis of Type of Sport Taken by Elderly in Bandung. *Jurnal Pendidikan Jasmani Dan Olahraga*, 4(1), 62–67. <https://doi.org/10.17509/jpjo.v4i1.15059>
- Prabasari, N. A., Juwita, L., & Maryuti, I. A. 2017. Jurnal Ners Lentera, Vol. 5, No. 1, Maret 2017 Pengalaman Keluarga Dalam Merawat Lansia Di Rumah (Studi Fenomenologi). *Jurnal Ners Lentera*, 5(1), 56–68.
- Prabowo, E. 2020. Pengaruh Kinesio Taping Terhadap Peningkatan Fleksibilitas Pada Orang Lanjut Usia (Lansia). *Jurnal Fisioterapi Dan Rehabilitasi*, 4(1), 49–53. <https://doi.org/10.33660/jfrwhs.v4i1.96>
- Pranata, W. 2017. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Obesitas Pada Anak Usia Sekolah 7- 12 Tahun. 16.
- Purnama, H., & Suhada, T. 2019. Tingkat Aktivitas Fisik Pada Lansia Di Provinsi Jawa Barat, Indonesia. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 5(2), 102–106. <https://doi.org/10.33755/jkk.v5i2.145>
- Putri, N. P., & Rakhmadi, A. 2018. *Pemeriksaan Keseimbangan Dinamis Pasien Lanjut Usia*. 18(1), 28–35.
- Rakhmawati, A. 2017. Pengaruh Walking Semi Tandem Heel Raises Exercise Terhadap Fungsi Kognitif Dan Keseimbangan Lansia Di UPTD Griya Werdha Surabaya. Universitas Airlangga.
- Rohayani, I. 2017. Perbedaan Pagaruh Balance Exercise Dan Senam Lansia Terhadap Peningkatan Keseimbangan Lansia Di Posyandu Lansia Wiralestari XI Wirobrajan. 1–12.
- Sadondang, T. M., & Komalasari, R. 2018. Upaya Peningkatan Keseimbangan Tubuh untuk Mengurangi Risiko Jatuh pada Lanjut Usia. *Nursing Current*, 6(1).
- Salzman, B. 2011. Gait and balance disorders in older adults. *American Family Physician*, 82(1), 61–68.
- Sari, I. F. 2018. Pengaruh Garra Rufa Care Terhadap Perubahan Tingkat Stres Lansia Dengan Dermatitis Kontak. *Tesis*, 2–4. <http://repository.unair.ac.id/76497/2/KKC%2520KK%2520FKP.N.185-18%2520Sar%2520p%25SKRIPSI.pdf>

- Sari, R., Yani, F., & Fatmawati, V. 2018. Perbedaan Pengaruh Tandem Gait Exercise Dan Ankle Strategy Exercise Terhadap Keseimbangan Pada Lanjut Usia Naskah Publikasi. <http://digilib2.unisayogya.ac.id/xmlui/handle/123456789/1121>
- Siregar, R., Gultom, R., & Sirait, I. I. 2020. Pengaruh Latihan Jalan Tandem terhadap Keseimbangan Tubuh Lansia untuk mengurangi Resiko Jatuh di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai Sumatera Utara Effects of Tandem Walking Exercise on Elderly Body Balance to Reduce Falling Risk at UPT Binjai Elderl. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 6(1), 2615–109. <http://jurnal.uui.ac.id/index.php/JHTM/article/view/697>
- Sulaiman, & Anggriani. 2018. Efek Postur Tubuh Terhadap Keseimbangan Lanjut Usia Di Desa Suka Raya Kecamatan Pancur Batu. *Jurnal JUMANTIK*, 3(2), 127–140. <http://jurnal.uinsu.ac.id/index.php/kesmas/article/view/2875/1714>
- Supriyono, E. 2015. Aktivitas Fisik Keseimbangan Guna Mengurangi Resiko Jatuh Pada Lansia. *Jurnal Olahraga Prestasi*, 11.
- Surti, Candrawati Erlisa, W. 2017. Hubungan antara Karakteristik Lanjut Usia dengan Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas Fisik Lansia di Kelurahan Tlogomas Kota Malang. *Journal Nursing News*, 2(1), 511–523.
- Syah, I., Purnawati, S., & Sugijanto. 2017. Efek Pelatihan Senam Lansia Dan Latihan Jalan Tandem Sosial Tresna Kasih Sayang Ibu Batusangkar Sumatra T He Effect of Combination of Elderly Gymnastics and Tandem Stance Exercise To Increase Elderly Balance At. *Sport and Fitness Journal*, 5(1), 8–16.
- Taghipour, M., Hosseini, S. R., & Pouraria, S. 2016. The Relationship between Physical Activity and Balance Control in the Elderly. *Salmand: Iranian Journal of Ageing*, 10(4), 60–67.
- Tien Yung-Hui, L. K.-F. 2008. The Relationships Between Physical Activity and Static Balance in Elderly People. 6(1), 21–25.
- Vanny, T., Polan, S., Asrifuddin, A., & Kalesaran, A. F. C. 2018. Hubungan aktivitas fisik dengan fungsi kognitif pada lansia di puskesmas wori kecamatan wori kabupaten minahasa utara. *Jurnal Kesmas*, 7(4).
- Wibowo, Y. A. 2018. Hubungan Keaktifan Mengikuti Senam Lansia Dengan Keseimbangan Tubuh Pada Lansia. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Medika Jombang.
- Wijaya, N. K. 2019. Hubungan Karakteristik Individu, Aktivitas Fisik Dan Gaya Hidup Dengan Tingkat Kebugaran Fisik Pada Lansia. Universitas Airlangga.
- Wijianto, W., Dewangga, M. W., & Batubara, N. 2019. Resiko Terjadinya

- Gangguan Keseimbangan Dinamis dengan Kondisi Forward Head Posture (FHP) pada Pegawai Solopos. *Gaster*, 17(2), 217. <https://doi.org/10.30787/gaster.v17i2.427>
- Yanti, A. D., & Armayanti, L. 2016. Hubungan Keaktifan Senam Lansia Dengan Keseimbangan Tubuh Pada Lansia Di Panti Werdha Majapahit Mojokerto. *Jurnal Keperawatan*, 5(2), 88–95. <https://doi.org/10.47560/kep.v5i2.170>
- Yoga, T. 2019. Perbedaan Pengaruh Pemberian Core Stability Exercisse Dan Latihan Jalan Tandem Untuk Meningkatkan Keseimbangan Dinamis Pada Lansia. 1–14.
- Yuliadarwati, N. M., Agustina, M., Rahmanto, S., Susanti, S., & Septyorini. 2020. Gambaran Aktivitas Fisik Berkorelasi Dengan Keseimbangan Dinamis Lansia. *4681*, 107–112.
- Zulvikar, J. 2016. Pengaruh Latihan Core Stability Statis (Plank dan Side Plank) dan Core Stability Dinamis (Side Lying Hip Abduction dan Oblique Crunch) Terhadap Keseimbangan. *Journal of Physical Education Health and Sport*, 3(2), 96–103. <https://doi.org/10.15294/jpehs.v3i2.6550>