

LITERATURE REVIEW: HUBUNGAN DURASI LAMA DUDUK TERHADAP *STATIC BALANCE* PADA LANSIA

Risha Aulia Putri Azhari

Abstrak

Latar Belakang: Aktivitas duduk tidak dapat dipisahkan dari kehidupan sehari-hari, Aktivitas yang dilakukan individu terutama lansia dalam berbagai kegiatan tiap hari nya ini diduga dapat mempengaruhi balance apabila dilakukan dalam waktu lama setiap hari nya. **Tujuan :** Penulisan ini dilakukan untuk mengkaji hubungan antara durasi lama duduk terhadap balance pada lansia. **Metode :** Penulisan ini dilakukan dengan cara literature review atau teknik pengumpulan data sekunder dengan sumber data oleh studi pustaka yang telah dipublikasi melalui database kesehatan, seperti PUBMED, EBSCO, Science Direct, Springerlink, Google Scholar, ProQuest dan berbagai situs jurnal dan data-data tertulis lainnya yang ada relevansinya dengan judul karya tulis ilmiah akhir ini. Publikasi atau sumber literatur yang terbitan lima tahun terakhir yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi dilakukan analisa. **Hasil :** empat dari lima jurnal yang telah dianalisis menunjukkan skor balance yang rendah pada lansia yang duduk dalam waktu lama. **Kesimpulan :** adanya hubungan yang signifikan diantara lansia yang melakukan duduk dalam waktu yang lama terhadap balance pada 4 dari 5 jurnal yang telah dianalisis

Kata Kunci : Lama duduk, Lansia, Balance

LITERATURE REVIEW: RELATIONSHIP BETWEEN LONG SITTING TIME WITH STATIC BALANCE IN ELDERLY

Risha Aulia Putri Azhari

Abstract

Background: Sitting activities cannot be separated from daily life. Activities carried out by many people especially the elderly in various daily activities, are thought to be able to affect the balance if done for a long time each day. **Objectives:** This study aims to examine the relationship between sitting time and balance in elderly. **Method:** This research used literature review or collecting data through the internet sources that have been published in health databases, such as PUBMED, EBSCO, Science Direct, Springerlink, Google Scholar, ProQuest and various journal sites which are relevant to the title of this study. Publications or literature that have been published in the last five years are analyzed if the data meets the inclusion and exclusion criteria. **Results:** four of the five journals analyzed showed low balance scores in older people who sit for long periods Conclusion: significant relationship between elderly people who sit for long periods of time to balance in 4 from 5 journal that have been analyze.

Keyword : Sitting time, Elderly, Balance.