

DAFTAR PUSTAKA

- Afiata, N. G., & Leni, A. S. M. (2022). Pengaruh Balance Strategy Exercise Terhadap Keseimbangan Anak Usia Dini. *Physio Journal*, 2(1), 19-22.
- Akbar, F., Darmiati, D., Arfan, F., & Putri, A. A. Z. (2021). Pelatihan dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia di Kecamatan Wonomulyo. *Jurnal Abdidas*, 2(2), 392-397.
- Ariati, A., Martini, A., & Dewi, R. (2021). Pengaruh Pemberian Gelase Terhadap Penurunan Tingkat Risiko Jatuh Lansia Di Banjar Kulu. *Media Keperawatan: Politeknik Kesehatan Makassar*, 12(2), 9-17.
- Ali Syamsul Rizal, publish (2022) Penerbit Youtube Senam Bugar Lansia 3 <https://youtu.be/vqtCseGkO-Q?si=dYOiqTn6YXwQ1dNd>
- Andria Dwita, R., Riyadi, A., & Pardosi, S. (2020). Peningkatan Keseimbangan Tubuh Lansia Melalui Senam di Sebuah Balai Pelayanan dan Penyantunan Lansia. *Jurnal Keperawatan Raflesia*, 2(2), 61-70.
- Bintang, SSBS, Dey, TN, Siahaan, T., & Siahaan, RT (2022). Pengaruh Latihan Otot Batang Terhadap Keseimbangan Tubuh Pada Lanjut. *Jurnal Kesmas Dan Gizi. (JKG)* , 5 (1), 156-163.
- Candra, O., Rahmadani, A., Renanda, A., & Ramadhan, F. (2022). COACHING CLINIC STRETCHING DAN COLLINGDOWN DI KLUB BASKET MAHAMERU PEKANBARU. *Jurnal Pengabdian Mandiri* , 1 (11), 2107-2118.
- Darwis, I., Fiana, D. N., Wisnu, G. N. P. P., Prameswari, N. P., Putri, A. R., Panuluh, P. D., ... & Ananta, G. A. P. Y. V. (2022). Hubungan kekuatan otot dengan kualitas hidup pasien lanjut usia di Panti Wredha Natar, Kabupaten Lampung Selatan. *Jurnal Penyakit Dalam Udayana*, 6(1), 19-24.
- Fauzan, ZA, Himayani, R., Rahmawati, S., & Utami, N. (2021). Fisiologi Pemrosesan Visual dan Faktor-faktor yang Memengaruhinya: Tinjauan Pustaka. *Jurnal Profesi Kedokteran Lampung* , 11 (1), 168-173.
- Fitria, D. A., & Berawi, K. N. (2019). Hubungan obesitas terhadap keseimbangan postural. *JIMKI: Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kedokteran Indonesia*, 7(2), 76-89.
- Goebel JA. *Penatalaksanaan Praktis Pasien Pusing*. Filadelfia: Lippincott Williams & Wilkins, 2008.
- Hidayat, T., & Purwokerto, UM (2019). Pembahasan studi kasus sebagai bagian metodologi penelitian. *Jurnal Studi Kasus* , 3 , 1-13.
- Kiik, S. M., Sahar, J., & Permatasari, H. (2018). Peningkatan kualitas hidup lanjut usia (lansia) di kota depok dengan latihan keseimbangan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 21(2), 109-116.
- Khadhiroh, M. R., & Kumaat, N. A. (2018). Peningkatan Keseimbangan Statis Dan Dinamis Pada Wanita Lansia Melalui Senam Bugar Lansia Posyandu Lansia Berseri Bancar Tuban. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 6(2), 1-11.
- Lintin, G. B. R., & Miranti, M. (2019). Hubungan Penurunan Kekuatan Otot Dan Massa Otot Dengan Proses Penuaan Pada Individu Lanjut Usia Yang Sehat Secara Fisik. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 5(1), 1-5.
- Mardiono, S., Tanjung, AI, & Saputra, AU (2023). Pengaruh Senam Bugar Lansia Terhadap Perubahan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi Tahun 2023. *Madani: Jurnal Ilmiah Multidisiplin* , 1 (6).

- Manangkot, MV, Sukawana, IW, & Witarsa, IMS (2016). Pengaruh senam lansia terhadap keseimbangan tubuh pada lansia di lingkungan Dajan Bingin Sading. *J Keperawatan Komunitas Penerbitan Keperawatan* , 4 (1), 24-7.
- Nurhasanah, I., Munawwarah, M., Maratis, J., & Lesmana, S. I. (2021). Perbedaan Mini-Trampoline Exercise Dan Otago Exercise Dalam Meningkatkan Keseimbangan Pada Lansia. *Indonesian Journal of Physiotherapy Research and Education*, 2(1).
- Pelana, R. (2016, December). Hubungan Kekuatan Otot Tungkai Dan Keseimbangan Statis Dengan Hasil Shooting Pada Atlet Klub Petanque. In *Prosiding Seminar Nasional Pendidikan Jasmani Pascasarjana UM* (pp. 116-127).f
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia, pub .L. No. 80, II 1 (2015).
- Priyanto, A., Adiputra, N., & Irfan, M. (2016). Perbandingan Kombinasi Bergantian Senam Lansia Dan Latihan Core Stability Dengan Hanya Senam Lansia Terhadap Peningkatan Keseimbangan Statis Lansia. *Sport and Fitness Journal*, 4(1), 1-15.
- Putri, M. E. N., Dewi, A. A. N. T. N., Tianing, N. W., & Winaya, I. M. N. (2021). Hubungan Fleksibilitas Lumbal Dengan Keseimbangan Dinamis Pada Lansia Yang Mengikuti Senam Lansia Di Desa Sumerta Kelod Denpasar Timur. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 8(3), 46.
- Pramithasari, I. D., Suwariyah, P., & Mayasari, D. I. (2021). Pengaruh Hidroterapi Terhadap Keseimbangan Tubuh dan Resiko Jatuh Pada Lansia. *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 5(2), 280-288.
- Ranti, R. A. (2021). Analisis Hubungan Keseimbangan, Kekuatan Otot, Fleksibilitas Dan Faktor Lain Terhadap Risiko Jatuh Pada Lansia Di PSTW Budi Mulia 4 Jakarta. *Journal of Baja Health Science*, 1(01), 84-95.
- Siregar, I., Priono, J., & Nasution, A. F. (2022). Analisis Pengaruh Senam pada Lansia Terhadap Tingkat Kebugaran. *All Fields of Science Journal Liaison Academia and Society*, 2(2), 396-401.
- Sudiartawan, I. W., Yanti, N. L. P. E., & Wijaya, A. N. T. W. (2020). Analisis faktor risiko penyebab jatuh pada lanjut usia. *Jurnal ners widya husada*, 4(3), 95-102.
- Utami, RF, & Syah, I. (2022). Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Keseimbangan Lansia. *Jurnal Ketahanan* , 7 (1), 23-30.
- Widarti, R., & Fatarudin, R. (2018, February). Manfaat Ankle Strategy Exercise Terhadap Keseimbangan Statis Pada Lansia di Posyandu Lansia Ngudi Waras Dusun Bugel Sukoharjo. In *Prosiding University Research Colloquium* (pp. 392-399).
- Widayati, R. S., Sari, D. K., Mirawati, D., & Wahyuni, W. (2020). Optimalisasi Peran Bina Keluarga melalui Kelas Senam Lansia Kampung KB Pucangsawit, Surakarta. *Warta LPM*, 24(1), 20-27.
- Widhowati, S. S., Nugroho, S. T., & Hasanah, N. (2023, February). Depresi Dan Komorbid Merupakan Faktor Yang Paling Dominan berhubungan dengan kualitas hidup lansia yang mengikuti program posyandu lansia di kabupaten pekalongan. In *Unikal National Conference*.
- Yuliadarwati & Rosadi, (2021). *Buku Pengantar Fisioterapi Geriatri* hal (18-22). Penerbit BFS Medika.

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.