

## DAFTAR PUSTAKA

- Aisah, S. 2014. *Pengaruh Senam Lansia Terhadap Aktivitas Sehari-Hari Pada Lansia Di Desa Mijen Ungaran Kelurahan Gedanganak Kecamatan Ungaran Timur*. Jurnal, STIKES Ngudi Waluyo Ungaran. Ungaran : STIKES Ngudi Waluyo. Tersedia dalam : <http://perpusnwu.web.id/karyailmiah/documents/3815.pdf>. [Diakses 26 Januari 2017].
- Anderson, Bob. 2008. *Stretching*. Jakarta : Serambi.
- Ariastika Sofyan, I., Nugroho, H. A., Astuti, R. 2011. *Hubungan Antara Kondisi Lingkungan Fisik Rumah Dengan Kejadian Jatuh Pada Lanjut Usia Di Kelurahan Ngijo Gunung Pati Semarang*. Jurnal, Vol. 4 No. 1 Maret 2011 : 18-29. Universitas Muhammadiyah Semarang. Semarang : Universitas Muhammadiyah. Tersedia dalam : <http://jurnal.unimus.ac.id/index.php/FIKkeS/article/viewFile/1842/1884>. Diakses [27 Juli 2017].
- Ayu, A. D., & Warsito, E. 2012. *Pemberian Intervensi Senam Lansia Pada Lansia Dengan Nyeri Lutut*. Jurnal Nursing Studies, Vol. 1, No. 1, Tahun 2012, Hal. 60 – 65. Semarang : Universitas Diponegoro. Tersedia dalam : <http://download.portalgaruda.org/article.php?article=74195&val=4707>. [Diakses 12 April 2017].
- Azmi, R. 2016. *Pengaruh Senam Bugar Lansia Indonesia Terhadap Penurunan Kadar Kolesterol Pada Wanita Lansia (Eksperimen Paguyuban Lansia Nusa Indah Kab. Banyumas Usia 60-69)*. Skripsi, Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Semarang. Semarang : Universitas Negeri Semarang. Tersedia dalam : <http://lib.unnes.ac.id/23329/1/6301411078.pdf>. [Diakses 16 Februari].
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Klaten. 2015 Tersedia dalam : <https://klatenkab.bps.go.id/linkTabelStatis/view/id/69> [Diakses : 19 Januari 2017].
- Badan Pusat Statistik. 2015. *Statistik Penduduk Lanjut Usia*. Tersedia Dalam : [https://www.bps.go.id/website/pdf\\_publicasi/Statistik-Penduduk-Lanjut-Usia-2015--.pdf](https://www.bps.go.id/website/pdf_publicasi/Statistik-Penduduk-Lanjut-Usia-2015--.pdf) [Diakses 1 Maret 2017].
- Centers for Disease Control and Prevention, (2005). Fact Sheet – Falls and hip fractures among older adults, Centers for Disease Control and Prevention, viewed 15 May 2009. Tersedia dalam <http://www.cdc.gov/ncipc/factsheets/falls.htm>. [Diakses : 9 juli 2017].

- Darmojo, B. (Eds. Martono, H. & Pranata, K.). 2010. *GERIATRI (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut)*. Edisi 4. Jakarta : FKUI.
- Dharma, K. K. 2011. *Metodelogi Penelitian Keperawatan*. Edisi 1. Jakarta Timur : Trans Info Media.
- Istiqomah, S. 2009. *Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Tingkat Depresi Pada Wanita Menopause Di Dusun Sorobujan Kelurahan Jimbung*. Skripsi, STIKES Muhammadiyah Klaten. Klaten : STIKES Muhammadiyah. Tersedia dalam : Perpustakaan STIKES Muhammadiyah Klaten.
- Izza, S. 2014. *Perbedaan Efektifitas Pemberian Kompres Air Hangat Dan Pemberian Kompres Jahe Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Pada Lansia Di Unit Rehabilitasi Sosial Wening Wardoyo Ungaran*. Jurnal, STIKES Ngudi Waluyo Ungaran. Ungaran : STIKES Ngudi Waluyo. Tersedia dalam : <http://perpusnwu.web.id/karyailmiah/documents/3818.docx>. [Diakses : 12 Juli 2017].
- Kusmawati, I. S. 2011. *Pengaruh Latihan Kekuatan Otot Biseb Pada Lansia Di Posyandu Lansia Kantil Kelurahan Juwiring Kecamatan Juwiring Klaten*. Skripsi, STIKES Muhammadiyah Klaten. Klaten : STIKES Muhammadiyah. Tersedia dalam : Perpustakaan STIKES Muhammadiyah Klaten.
- Lanawati. 2015. *Hubungan Antara Senam Kebugaran Jasmani Lansia Dengan Fungsi Kognitif Dan Keseimbangan Tubuh Di Posyandu Lansia Desa Dauh Puri Kauh Denpasar*. Tesis, Universitas Udayana Denpasar. Denpasar : Universitas Udayana. Tersedia dalam : [http://www.pps.unud.ac.id/thesis/pdf\\_thesis/unud-1458-1595108714-tesis%20lanawati%202015.pdf](http://www.pps.unud.ac.id/thesis/pdf_thesis/unud-1458-1595108714-tesis%20lanawati%202015.pdf). [Diakses 16 Februari].
- Ma'rifatul, A. L. 2011. *Keperawatan Lanjut Usia*. Edisi 1. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Manangkot Meril V., Sukawana I W., Witarsa Made S. 2016. *Pengaruh Senam Lansia Terhadap Keseimbangan Tubuh Pada Lansia Di Lingkungan Dajan Bingin Sading*. Jurnal Keperawatan COPING NERS Edisi Januari-April 2016. Poltekes Denpasar Bali. Bali : Poltekes Denpasar. Tersedia dalam <https://ojs.unud.ac.id/index.php/coping/article/view/19909>. [Diakses : 9 Juli 2017].
- Maryam, S., Ekasari, M. F., Rosidawati, A. J. & Batubara, I. 2008. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta : Salemba Medika.

- Mas, M. L., Buckwalter, K. C., Hardy, M. D., Trip-Reimer, T., Titler, M. G., & Specht, J. P. 2011. *Asuhan Keperawatan Geriatrik, Diagnosis NANDA, Kriteria Hasil NOC, & Intervensi NIC*. Diterjemahkan oleh Komalasari R., Lusiana A., Yuningsih Y., editor edisi bahasa Indonesia Widiarti D., et al. Jakarta : EGC.
- Muzamil, M.S., Afriwardi, Martini, R. D. 2014. *Hubungan Antara Tingkat Aktivitas Fisik dengan Fungsi Kognitif pada Usila diKelurahan Jati Kecamatan Padang Timur*. Jurnal kesehatan, Vol. 3, No. 2, Tahun 2014. Universitas Andalas Padang. Padang : Universitas Andalas. Tersedia dalam : <http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/viewFile/87/82>. [Diakses : 10 Juli 2017].
- Notoatmodjo, S. 2010. *Etika dan Hukum Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2011. *Kesehatan Masyarakat : Ilmu dan Seni* (ed. rev.). Jakarta : Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan* (ed. rev.). Jakarta : Rineka Cipta.
- Noviayanti, S. 2014. *Hubungan Kekuatan Otot Quadriceps Femoris Dengan Risiko Jatuh Pada Lansia*. Skripsi, Universitas Muhammadiyah Surakarta. Surakarta : Universitas Surakarta. Tersedia dalam : [http://eprints.ums.ac.id/30791/12/NASKAH\\_PUBLIKASI.pdf](http://eprints.ums.ac.id/30791/12/NASKAH_PUBLIKASI.pdf). [Diakses 10 Februari 2017].
- Nugroho, W. (Eds. Monica, E., Estu, T.). 2008. *Keperawatan Gerontik & Geriatrik*. Edisi 3. Jakarta : EGC.
- Nurkuncoro, D. I. 2015. *Pengaruh Latihan Keseimbangan Terhadap Risiko Jatuh Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Yogyakarta Unit Budhi Luhur Kasongan Bantul*. Skripsi, STIKES Aisyiah Yogyakarta. Yogyakarta : STIKES Aisyiah. Tersedia dalam : [http://opac.unisayogya.ac.id/84/1/NASKAH%20PUBLIKASI\\_IRAWAN%20DANAR%20NK\\_201110201025.pdf](http://opac.unisayogya.ac.id/84/1/NASKAH%20PUBLIKASI_IRAWAN%20DANAR%20NK_201110201025.pdf). [Diakses 26 Januari 2017].
- Nurlaili, D. 2010. *Hubungan Frekuensi Senam Lansia Dengan Status Risiko Jatuh Pada Usia Lanjut Di Panti Sosial Tresna Werdha Unit Budi Luhur Bantul Yogyakarta*. Skripsi, STIKES Aisyiah Yogyakarta. Yogyakarta : STIKES Aisyiah. Tersedia dalam : <http://opac.unisayogya.ac.id/951/1/NASKAH%20PUBLIKASI.pdf>. [Diakses : 14 Juli 2017].
- Nursalam. 2011. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.

- Padila. 2013. *Keperawatan Gerontik*. Edisi 1. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Perry, A. G. & Potter, P. A. 2010. *Fundamental Keperawatan*. Edisi 7 Buku2. Jakarta : Salemba Medika.
- Pusat Data Dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. 2016. Situasi Lanjut Usia (Lansia) Di Indonesia. Tersedia dalam : <http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin%20lansia%202016.pdf> [Diakses : 14 Februari 2017].
- Putri F, A., Suryani, Y, D., Dharmmika, S,. 2015. *Keseimbangan Dengan Metode Timed Up and Go Test (TUGT) pada Lansia yang Mengikuti dan Tidak Mengikuti Senam Lansia*. Skripsi, Universitas Islam Bandung. Bandung : Universitas Islam. Tersedia dalam : <http://karyailmiah.unisba.ac.id/index.php/dokter/article/view/1181> [Diakses : 13 Juli 2017].
- Reni, Sugiyanti. 2011. *Hubungan Frekuensi Senam Lansia Dengan Kemandirian Melakukan Aktivitas Dasar Sehari-Hari di PSTW Unit Budi Luhur Bantul Yogyakarta*. Skripsi, STIKES Aisyiah Yogyakarta. Yogyakarta : STIKES Aisyiah. Tersedia dalam : <http://opac.unisayogya.ac.id/1194/1/NASKAH%20PUBLIKASI%20RENI.pdf>. [Diakses : 17 Juli 2017].
- Riskesdas, 2013. Badan Penelitian Dan Pengembangan Kesehatan Kementerian Kesehatan RI Tersedia dalam : [www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesdas%202013.pdf](http://www.depkes.go.id/resources/download/general/Hasil%20Riskesdas%202013.pdf) [Diakses 5 Maret 2017].
- Riwidikdo, Handoko. 2013. *STATISTIK KESEHATAN (Dengan Aplikasi SPSS dalam Prosedur Penelitian)*. Edisi 1. Yogyakarta : Rohima Press.
- Saputra, M. R. 2014. *Pengaruh Senam Lansia Terhadap Peningkatan Kualitas Hidup Diposyandu Lansia Desa Buntalan Klaten*. Skripsi, STIKES Muhammadiyah Klaten. Klaten : STIKES Muhammadiyah Klaten. Tersedia dalam : Perpustakaan STIKES Muhammadiyah Klaten.
- Setiawan, Danang, A. & Setiowati, A. 2014. *Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) Terhadap Kekuatan Otot Pada Lansia Di Panti Wredha Rindang Asih Iii Kecamatan Boja* . *Journal of Sport Sciences and Fitness* 3 (3) (2014). Universitas Negeri Semarang. Semarang : Universitas Negeri. Tersedia dalam <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/jssf>. [Diakses : 8 Juli 2017].
- Spencer, R. F. & Brown, P. 2007. Alih bahasa Surapsari, Jualita. *Osteoporosis*. Edisi 1. Jakarta : Penerbit Erlangga.

- Stanley, M. & Patricia, G. (Eds. Eny, M. & Monica, E.) 2007. Alih bahasa Nety, J., & Sari, K. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Edisi 2. Jakarta : EGC.
- Sugiyono. 2015. *Metode Penelitian Kuantitatif, kualitatif, Dan R&D*. Cetakan ke-22. Bandung : Alfabeta.
- Suhartati, C. 2014. *Perbedaan Resiko Jatuh Pada Lanjut Usia Yang Mengikuti Senam Lansia Dengan Yang Tidak Mengikuti Senam Di PSTW Yogyakarta Unit Budi Luhur*. Skripsi, STIKES Aisyiah Yogyakarta. Yogyakarta : STIKES Aisyiah. Tersedia dalam : <http://opac.unisayogya.ac.id/275/1/naskah%20publikasi.pdf>. [Diakses 26 Januari 2017].
- Sujarweni, W. V. 2014. *Metodelogi Penelitian*. Edisi 1. Yogyakarta : Pustaka Baru.
- Sunaryo, Rahayu, W., Maisje, M. K., Taat, S., Esti, D. W., Ulfa, A. S., Sugeng R., Ani, K. 2016. *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Edisi 1. Yogyakarta: ANDI OFFSET.
- Sundari, J. M., Suhadi, Maryati. 2014. *Pengaruh Senam Lansia Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Di Panti Wreda Usia "Bethany" Semarang*. Jurnal, STIKES Telogorejo Semarang. Semarang : STIKES Telogorejo. Tersedia dalam : <http://ejournal.stikestelogorejo.ac.id/e-journal/index.php/ilmukeperawatan/article/download/272/297>. [Diakses 14 Februari 2017].
- Syandra, Febrina. 2016. *Profil Tekanan Darah Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Sabai Nan Aluih Sicincin Tahun 2016* . Skripsi, Universitas Andalas Padang. Padang : Universitas Andalas. Tersedia dalam : <http://scholar.unand.ac.id/id/eprint/3724> [Diakses : 27 Januari 2017].
- Turana, Y., 2009. Menghindari Resiko Jatuh Pada Lansia. Tersedia dalam : . <http://www.medikaholistik.com/news-detail.do?id=509> [Diakses 14 Februari 2017].
- Utomo, B., & Takarini, N. 2009. *Uji Validitas Kriteria Time Up And Go Test (Tug) Sebagai Alat Ukur Keseimbangan Pada Lansia*. Jurnal Fisioterapi Vol. 9 No. 2, Oktober 2009. Surakarta : Poltekes Depkes. Tersedia dalam : [http://download.portalgaruda.org/article.php?article=178241&val=4571&title=Uji%20Validitas%20Kriteria%20Time%20Up%20and%20Go%20Test%20\(TUG\)%20Sebagai%20Alat%20Ukur%20Keseimbangan%20pada%20Lansia](http://download.portalgaruda.org/article.php?article=178241&val=4571&title=Uji%20Validitas%20Kriteria%20Time%20Up%20and%20Go%20Test%20(TUG)%20Sebagai%20Alat%20Ukur%20Keseimbangan%20pada%20Lansia). [Diakses 13 Maret 2017].

- Utomo, Budi. 2010. *Hubungan antara Kekuatan Otot dan DayaTahan Otot Anggota Gerak Bawah dengan Kemampuan Fungsional Lanjut Usia*. Tesis, Universitas Sebelas Maret Surakarta. Surakarta : Universitas Sebelas Maret. Tersedia dalam : <https://eprints.uns.ac.id/10321/1/153962108201005361.pdf> [Diakses : 19 Juni 2017].
- Wardana, Wisnu. 2012. *Faktor–Faktor Risiko Osteoporosis Pada Pasien Dengan Usia Di Atas 50 Tahun*. Karya Tulis Ilmiah, Universitas Diponegoro Semarang. Semarang : Universitas Diponegoro. Tersedia dalam : [http://eprints.undip.ac.id/37820/1/Wisnu\\_W\\_G2A008196\\_Lap.KTI.pdf](http://eprints.undip.ac.id/37820/1/Wisnu_W_G2A008196_Lap.KTI.pdf). [Diakses : 20 Juni 2017].
- Widadi, Rina, W. 2016. *Hubungan Antara Senam Lansia Dengan Kemandirian Melakukan Aktifitas Dasar Sehari–Hari Di Posyandu Lansia Hidayah Binaan Puskesmas Banguntapan Iii Bantul*. Skripsi, STIKES Jendral Achmad Yani Yogyakarta. Yogyakarta : STIKES Jendral Achmad Yani. Tersedia dalam [http://repository.stikesayaniy.ac.id/402/1/Rina%20Wahyu%20Widadi\\_3211010\\_nonfull%20resize.pdf](http://repository.stikesayaniy.ac.id/402/1/Rina%20Wahyu%20Widadi_3211010_nonfull%20resize.pdf). [Diakses : 10 Juli 2017].
- Widianti, A. T., & Proverawati, A. 2010. *Senam Kesehatan*. Edisi 1. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Wijaya, A. S., Putri, Y. M. 2013. *Keperawatan Medikal Bedah*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Wirakusumah, Emma,S. 2007. *Hidup Sehat Mencegah Osteoporosis*. Edisi 1. Jakarta : Penebar Plus.
- Yulia, T. 2013. *Analisis Praktik Klinik Keperawatan Kesehatan Masyarakat Perkotaan Pada Ibu Sm (87 Tahun) Dengan Masalah Hambatan Mobilitas Fisik Di Wisma Cempaka Sasana Tresna Werdha Karya Bhakti Cibubur*. Karya Ilmiah, Universitas Indonesia. Indonesia : Universitas. Tersedia dalam <https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=2&cad=rja&uact=8&ved=0ahUKEwito5ze-K7VAhVMQY8KHToTAwwQFggrMAE&url=http%3A%2F%2Flib.ui.ac.id%2Ffile%3Ffile%3Ddigital%2F20351564-PR-Tiya%2520Yulia.pdf&usg=AFQjCNF6HRu8vPWvqtvaEV1ehlJBho6ncQ>. Diakses [28 Juli 2017].