

DAFTAR PUSTAKA

- Achmanagara AA. 2012. *Hubungan Factor Internal Dan Eksternal Dengan Keseimbangan Lansia Di Desa Pamijen Sokaraja Banyumas*. Tesis. Depok : Universitas Indonesia.
- Astriyana, S. 2012. *Pengaruh Latihan Keseimbangan Terhadap Penurunan Resiko Jatuh Pada Lansia (skripsi)*. Surakarta : Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Batson G. 2009. "Update On proprioception Considerations For Dance Education". *Journal Of Dance Medicine And Science*. Volume 13, number 2; 2009.
- Belling N. 2006. *Yoga*. Batam : Karisma Publishing Group.
- Cronin G. 2007. *Improving Balance with Taichi*. Atlanta: Vestibular Disorders Association.
- Dahlan MS. 2011. *Statistik untuk kedokteran dan kesehatan edisi 5*. Jakarta : salemba medika.
- Delito A., 2003. *The Link Between Balance Confidence And Falling. Physical Therapy Research That Benefits You*. American Physical Therapy Association.
- Depkes. 2009. *Data penduduk sasaran program pengembangan kesehatan 2007-2009*. Departemen kesehatan RI.
- Dhebar F. 2014. *Interventions For Increasing Balance & confidence in Older Adults : A Review*. Diakses 12 april 2015.
- Gunarto S. 2005. *Pengaruh Latihan Four Square Step Terhadap Keseimbangan Pada Lansia*. (Tesis). Jakarta : Program pendidikan ilmu kedokteran fisika dan rehabilitas medic FKUI.
- Hardjadinata, YE. 2012. *Yoga for kindergarten*. Depok : Dian Rakyat.
- Juniarti DW. 2007. *Pengaruh Latihan Hatha Yoga Modifikasi Selama 12 Minggu Terhadap Keseimbangan Statis*. (karya tulis ilmiah). Semarang : Universitas Diponegoro.

- Kemenkes, 2013. Gambaran kesehatan lanjut usia di Indonesia. Buletin. Jendela data dan informasi kesehatan semester I. 2014. 1
- Khazsei AA. Et all 2014. The effectof selected hatha yoga and pranayama exercise on motor and cognitive functional in elderly women. Volume 4. (online) diakses 2 Agustus 2015 [http: www.ijssjournal.com](http://www.ijssjournal.com)
- Maryam R.S. 2013. *Pedoman Pencegahan Jatuh Bagi Lansia Di Rumah*. (Desertasi). Jakarta : prodi keperawatan persahabatan.
- Muharyani PW. 2010. Demensia Dan Gangguan Aktivitas Kehidupan Sehari-Hari (AKS) Lansia Di Panti Social Tresna Werdha Wargatama Inderalaya. Jurnal ilmu kesehatan masyarakat. Volume 1. No. 01 Maret 2010.
- Mujahidullah K. 2012. Keperawatan geriatric, merawat lansia dengan cinta dan kasih sayang. Yogyakarta : pustaka pelajaran.
- Nugroho W. 2008. *Keperawatn Gerontik dan Geriatrik. Edisi Dua. Jakarta: EGC.*
- Putri RK. 2014. *Pengaruh Senam Tai Chi Terhadap Peningkatan Keseimbangan Dinamis Dan Penurunan Factor Resiko Jatuh Pada Lanjut Usia. (Skripsi).* Sukoharjo : Universitas muhammadiyah Surakarta.
- Roland KP. 2011. Does yoga engender fitness in older adults? A critical review. Journal of aging and physical activity.
- Rusli. 2010. *Pentingnya Latihan Fisik Bagi Manusia Usia Lanjut.*
- Sugiyono. 2014. Metode penelitian pendidikan (pendekatan kuantitatif, kualitatif, dan R&D). Bandung : Alfabeta.
- Suryanto. 2013. *Penting Olahraga Bagi Lansia.* Yogyakarta: FIK UNY.
- Tenggara J. 2009. *Elderly Exercise – Olahraga Untuk Lanjut Usia.* Bagian 1. Jakarta: FKUI RSCM.
- Utomo B. 2009. Uji Validitas Criteria Time Up And Go Test (TUG) Sebagai Alat Ukur Keseimbangan Pada Lansia. Jurnal Fisioterapi. Volume 9, number 2.
- Weinbeltt V. Diakses pada tanggal 16 Juli 2015 pukul 13.57 WIB
<http://yogahathayoga.com/iyengar-yoga-sequence-to-improve-balance-for-seniors/>

Weller S. 2001. Yoga Terapi. Jakarta : Raja Grafindo Persada.

Wirawanda Y. 2014. Kedahsyatan terapi yoga. Jakarta timur : Padi.

Yagli NV and Ozlem U. 2012. *Effect Of Yoga On The Quality Of Life And Mobility In Geriatric Patients With Osteoporosis.*