

## DAFTAR PUSTAKA

- Abikusno, N. 2013. *Kelanjutusiaan Sehat Menuju Masyarakat Sehat Segala Usia*. Jakarta: Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan.
- Akbari, A., Sarmadi, A., dan Zafardanesh, P. 2013. The Effect Ankle Taping and Balance Exercises on Postural Stability Indices in Healthy Women. *Journal of Physical Therapy Science*. 26(5): 763-769.
- Antikasari, O. 2014. "Wanita Lebih Peduli Kesehatan". *Antaraneews*, 11 November 2014.
- Badan Pusat Statistik. 2013. *Statistik Penduduk Lanjut Usia*. Diakses: 24 Oktober 2015, <http://www.bps.go.id>.
- Batson, G. 2009. Update On Proprioception Considerations For Dance Education. *Journal Of Dance Medicine and Science*, 13(2): 35-41.
- Burgess, K.E., Perason, S.J., dan Onambele, G.N.L. 2009. Tendon Structural and Mechanical Properties Do Not Differ Between Genders in a Healthy Community-Dwelling Elderly Population. *Journal of Orthopaedic*, 27: 820-825
- Choi, J.H dan Kim, N.J. 2015. The Effects of Balance Training and Ankle Training on The Gait of Elderly People Who Have Fallen. *Journal of Physical Therapy Science*, 27(1): 139-142.
- deOliveira, C.B., deMedeiros, I.R., Frota, N.A.F., Greters, M.E., dan Conforto, A.B. 2008. Balance Control in Hemiparetic Stroke Patients: Main Tools for Evaluation. *Journal of Rehabilitation Research and Development*, 45(8): 1215-1226.
- Dewi, S.R. 2014. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Deepublish.
- Erin, H dan Sharon, G.L. 2007. Vestibular Rehabilitation Decreases Fall Risk and Improves Gaze Stability for an Older Individual with Unilateral Vestibular Hypofunction. *Journal of Geriatric Physical Therapy*, 30;3:7.
- Floyd, R.T. 2009. *Manual of Structural Kinesiology*. 17<sup>th</sup> Ed. USA: McGraw Hill International Edition.
- Gai, J., Gomes, L., Nobrega, O.D.T., dan Rodrigues, M.P. 2010. Factors Related to Falls Among Elderly Women Resident In a Community. *Assoc Med Brasil Journal*, 56(3): 327-331.

- Indayani, S.A. "Waspadai Penyakit Degeneratif!". *RadarLayout*. 31 Mei 2012.
- Irfan, M. 2012. *Fisioterapi Bagi Insan Stroke*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Jalanin, 2000. "Hasil Latihan Keseimbangan Berdiri Pada Penghuni Panti Wredha Pucang Gading". *Disertasi*. Semarang: Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro.
- Jeon, S.N dan Choi, J.H. 2015. The Effect of Ankle Joint Strategy Exercise With and Without Visual Feedback on The Dynamic Balance of Stroke Patients. *Journal of Physical Therapy Science*, 27(8): 2515-2518.
- Kemenkes RI. 2013. *Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia*. Jakarta: Buletin Jendela Data dan Informasi Kesehatan.
- Kemenkes RI. 2015. *Rencana Strategis Kemenkes Kesehatan Tahun 2015-2019*. Jakarta.
- Kisner, C dan Colby, L.A. 2012. *Therapeutic Exercise: Foundations and Techniques*. 6<sup>th</sup> Ed. Philadelphia: F.A. Davis Company.
- Kotecha, A., Richardson, G., Chopra, R., Faby, R.T.A., Heath, D.F.G., dan Rubin, G.S. 2012. Balance Control in Glaucoma. *Investigative Ophthalmology and Visual Science*, 53(12): 7795-7801.
- Kusumowardani, A dan Puspitosari, A. 2014. Hubungan Antara Tingkat Depresi Lansia dengan Interaksi Sosial Lansia di Desa sobokerto Kecamatan Ngemplak Boyolali. *Jurnal Terpadu Ilmu Kesehatan*, 3(2): 106-214.
- Levine, D., Richards, J., dan Whittle, M.W. 2012. *Gait Analysis*. 15<sup>th</sup> Ed. China: Churcill Livingstone Elsevier.
- Mackey, D.C dan Robinovitch, S.N. 2006. Mechanisms Underlying Age-Related Differences In Ability To Recover Balance With Ankle Strategy. *Gait and Posture*. 23:59-68.
- Maryam, R.S., Ekasari, M.F., Rosidawati., Jubaedi, A., dan Batubara, I. 2008. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Mayasari, L. 2012. "Mana Lebih Baik, Hidup di Panti Jompo atau Tinggal dengan Anak Saat Tua". *detikHealth*, 10 September 2012.
- Mukholid, A. 2007. *Pendidikan Jasmani Olahraga dan Kesehatan*. Indonesia: Yudhistira.

- Nasucha, Y., Rohmadi, M., dan Wahyudi, A.B. 2014. *Bahasa Indonesia untuk Penulisan Karya Tulis Ilmiah*. Yogyakarta: Media Perkasa.
- Nejc, S., Loeffler, S., Cvecka, J., Sedliak, M., dan Kern, H. 2013. Strength Training in Elderly People Improves Static Balance: A Randomized Controlled Trial. *European Journal Translational Myology*, 23(3): 85-89.
- Newton, R.A. 2001. Validity of The Multi Directional Reach Test: A Practical Measure for Limits of Stability in Older Adults. *Journal of Gerontology Medical Sciences*, 56(4): 248-252.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nugroho, W. 2009. *Komunikasi dalam Keperawatan Gerontik*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Pangkahila, J.A. 2013. Pengaturan Pola Hidup dan Aktivitas Fisik Meningkatkan Umur Harapan Hidup. *Sport and Fitness Journal*, 1(1): 1-7.
- Pranarka, K. 2006. Penerapan Geriatrik Kedokteran Menuju Usia Lanjut yang Sehat. *Geriatrik Kedokteran*, 25(4): 187-197.
- Praseya, L.Y., Wibawa, A., dan Putra, I.N.A. 2015. Hubungan Antara Postur Tubuh terhadap Keseimbangan Statik pada Lansia, 2(1): 1-12.
- Prasetyo, A dan Indardi, N. 2015. Peningkatan Keseimbangan Postural Menggunakan Pengukuran Berg Balance Scale (BBS) pada Lansia di Sasana Panti Mulyo Sragen. *Journal of Sport Sciences and Fitness*, 4(1): 28-31.
- Reese, N.B dan Bandy, W.D. 2010. *Joint Range of Motion and Muscle Length Testing*. 2<sup>nd</sup> Ed. Canada: Saunders Elsevier.
- Rogers, M., Page, P., dan Takeshima, N. 2013. Balance Training for The Older Athlete. *The International Journal of Sports Physical Therapy*, 8(4): 517-530.
- Rosita. 2012. Stressor Sosial Biologi Lansia Panti Wredha Usia dan Lansia Tinggal Bersama Keluarga. *BioKultur*. 1(1): 43-52.
- Saputri, M.A.W dan Indrawati, E.S. 2011. Hubungan Antara Dukungan Sosial dengan Depresi pada Lanjut Usia yang Tinggal di Panti Wredha Wening Wardoyo Jawa Tengah. *Jurnal Psikologi Undip*, 9(1): 65-72.
- Suhartati, C dan Asnindari, L.N. 2013. Risiko Jatuh pada Lanjut Usia yang Mengikuti Senam dengan yang Tidak Mengikuti Senam. *Jurnal Kebidanan dan Keperawatan*. 9(2): 183-192.

- Sutarti, E. 2014. *Menuju Lansia Paripurna*. Diakses: 29 Februari 2016, <http://www.bkkbn.go.id>.
- Uchiyama, M., Demura, S., dan Sin, S. 2011. Is There a Relationship between the Functional Reach Test and Flexibility. *Advances in Physical Education*. 1(2): 11-15.
- Yuliana, S. 2014. "Pelatihan Kombinasi Core Stability Exercise dan Ankle Strategy Exercise Tidak Lebih Meningkatkan dari Core Stability Exercise untuk Keseimbangan Statis pada Mahasiswa S1 Fisioterapi Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta'". *Tesis*. Denpasar: Universitas Udayana.
- Yuliana, S., Adiatmika, I.P.G., Irfan, M., dan Hazmi, D.F.DI.A. 2014. Pelatihan Kombinasi Core Stability Exercise dan Ankle Strategy Exercise Tidak Lebih Meningkatkan Keseimbangan Statis Pada Mahasiswa S1 Fisioterapi Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta. *Sport and Fitness Journal*, 2(2): 63-73.
- Venu, A., Andrea, F., Tamara, M., dan Micahel, F. 2008. Core Stability Exercise Principles. *Current Sports Medicine Reports*, 7(1): 39-44.
- Widiyanto, P. 2008. Andropause, Monopause Ala Pria, Adakah?. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 4(1): 48-55.
- Wong, F. 2011. *Acuyoga Kombinasi Akupresur + Yoga*. Jakarta: Penebar Plus (Penebar Swadaya Grup).
- World Health Organization. 2007. *WHO Global Report on Falls Prevention in Older Age*. Perancis: WHO.
- World Health Organization. 2011. *Global Health and Aging*. Diakses: 25 Oktober 2015, [http://www.who.int/ageing/publications/global\\_health.pdf](http://www.who.int/ageing/publications/global_health.pdf).
- Wreksoatmodjo, B.R. 2013. *Perbedaan Karakteristik Lanjut Usia yang Tinggal di Keluarga dengan yang Tinggal di Panti di Jakarta Barat*. Diakses: 24 Desember 2015, <http://www.kalbemed.com>.
- Zainul, Z. 2007. *Kekuatan Metode Lafidzi*. Jakarta: Qultum Media.