

DAFTAR PUSTAKA

- Adenikheir, A. (2019). Pengaruh Pemberian Ankle Strategy Exercise Dan Core Stability Exercise Terhadap Keseimbangan Dinamis Lansia. *Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmu Menara Ilmu*, *Xiii*(4), 1–7. <https://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menara/Article/View/1397>
- Al Quran. (N.D.).
- Alit Kamayoga, I. D. G., Adiputra, N., Indra Lesmana, S., Tirtayasa, K., Ngurah, I. B., & Imron, M. A. (2017). Intervensi Dumbbell Lunges Dan Core Stability Exercise Lebih Baik Daripada Intervensi Elastic Band Dan Core Stability Exercise Terhadap Peningkatan Keseimbangan Dinamis Pada Pemain Skateboard Dengan Kondisi Chronic Ankle Instability. *Sport And Fitness Journal*, *5*(3), 85–92. <https://doi.org/10.24843/spj.2017.V05.I03.P12>
- Alpin, H. (2016). Hubungan Fungsi Gerak Sendi Dengan Tingkat Kemandirian Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji Kabupaten Gowa. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, *4*(1), 43–49. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v4i1.84>
- Bandiyah, S. (2009). *Lanjut Usia Dan Keperawatan Gerontik*. Nuha Medika.
- Deshmukh, A. A., Ganesan, S., & Tedla, J. S. (2011). Normal Values Of Functional Reach And Lateral Reach Tests In Indian School Children. *Pediatric Physical Therapy*, *23*(1), 23–30. <https://doi.org/10.1097/pep.0b013e3182099192>
- Dewi, T., & Noprianty, R. (2018). Phenomenologi Study: Risk Factors Related To Fall Incidence In Hospitalized Pediatric Patient With Theory Faye G. Abdellah. *Nurseline Journal*, *3*(2), 81. <https://doi.org/10.19184/nlj.v3i2.8249>
- Haryoko, I., & Bustam, I. G. (2019). Latihan Ankle Strateg Meningkatkan Kemampuan Keseimbangan Statis Pada Pasien Osteoarthritis Genu. *Babul Ilmi Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan*, *11*, 206–212.
- Humaryanto, H. (2017). Deteksi Dini Osteoporosis Pasca Menopause. *Jambi Medical Journal*, *5*(2), 164–177.
- Julimar. (2018). Faktor-Faktor Penyebab Resiko Jatuh Pada Pasien Di Bangsal Neurologi Rsup Dr. M Djamil Padang. *Photon: Jurnal Sain Dan Kesehatan*, *8*(2), 133–141. <https://doi.org/10.37859/jp.v8i2.735>
- Kementrian Kesehatan. (2018). Data Dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia 2017. In *Profil Kesehatan Indonesia 2017*. Depkes Ri.

- Kholifah, S. N. (2016). *Keperawatan Gerontik*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Muladi, A., & Kushartanti, B. M. W. (2019). Pengaruh Core Stability Exercise Terhadap Peningkatan Kekuatan Togok Dan Keseimbangan Dinamis Atlet. *Medikora*, 17(1), 7–19. <https://doi.org/10.21831/Medikora.V17i1.23490>
- Murtiani, N., & Suidah, H. (2019). Pengaruh Pemberian Intervensi 12 Balance Exercise Terhadap Keseimbangan Postural Pada Lansia. *Jurnal Keperawatan, Vol 12, No 1, Januari 2019*, 12(1), 42–52.
- Nurmalasari, M., Widajanti, N., & Dharmanta, R. S. (2019). Hubungan Riwayat Jatuh Dan Timed Up And Go Test Pada Pasien Geriatri. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 5(4), 164–168. <https://doi.org/10.7454/Jpdi.V5i4.241>
- O, Y. M., & El Fakiri, F. (2015). Gender Differences In Risk Factors For Single And Recurrent Falls Among The Community-Dwelling Elderly. *Sage Open*, 5(3). <https://doi.org/10.1177/2158244015602045>
- Pangkahila, A. (2013). Pengaturan Pola Hidup Dan Aktivitas Fisik Meningkatkan Umur Harapan Hidup. *Sport And Fitness Journal*, 1(1), 1–7.
- Park, K. H., Lim, J. Y., & Kim, T. H. (2016). The Effects Of Ankle Strategy Exercises On Unstable Surfaces On Dynamic Balance And Changes In The Cop. *Journal Of Physical Therapy Science*, 28(2), 456–459. <https://doi.org/10.1589/Jpts.28.456>
- Perdana, A. (2014). Perbedaan Latihan Wooble Board Dan Latihan Core Stability Terhadap Peningkatan Keseimbangan Pada Mahasiswa Esa Unggul. *Jurnal Fisioterapi*, 14(2), 57–68.
- Pramita, I. (2014). *Core Stability Exercise Lebih Baik Meningkatkan Aktivitas Fungsional Dari Pada William's Flexion Exercise Pada Pasien Nyeri Punggung Bawah Miogenik*. Universitas Udayana.
- Pratama, I. G. (2020). Pengaruh Latihan Sirkuit Menggunakan Core Stability Static Exercise Terhadap Keseimbangan Dan Daya Tahan Otot Perut. *Briliant: Jurnal Riset Dan Konseptual*, 5(1), 44. <https://doi.org/10.28926/Briliant.V5i1.417>
- Pratiwi, Y. S., Lesmana, R., Setiawan, S., & Purba, A. (2019). Tinjauan Pustaka: Autophagy Dan Sarkopenia. *Syifa' Medika: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 10(1), 31. <https://doi.org/10.32502/Sm.V10i1.1781>
- Republik Indonesia. (1998). Undang-Undang No 13 Tahun 1998 Tentang Kesejahteraan Lansia. In *Republik Indonesia* (Vol. 1, Issue Disitasi 2019

Maret 4, P. 3). [Hhttp://Bphn.Go.Id](http://Bphn.Go.Id)

- Rohima, V., Rusdi, I., & Karota, E. (2020). Faktor Resiko Jatuh Pada Lansia Di Unit Pelayanan Primer Puskesmas Medan Johor. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (Jppni)*, 4(2), 108. <https://doi.org/10.32419/Jppni.V4i2.184>
- Sabatini, S. N., Kusuma, H. E., & Tambunan, L. (2015). Faktor Eksternal Risiko Jatuh Lansia: Studi Empiris. *Prosiding Temu Ilmiah Iplbi*, 1, 30–31.
- Sakinah, U., Wijasa, & Wiharto, M. (2014). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kesadaran Masyarakat Kelurahan Poris Gaga Tangerang Dalam Berasuransi Kesehatan. *Forum Ilmiah*, 11(2), 15–16.
- Santoso, M. D. Y. (2019). Dukungan Sosial Meningkatkan Kualitas Hidup Lansia: Review Article. *Jurnal Kesehatan Mesencephalon*, 5(1), 33–41. <https://doi.org/10.36053/Mesencephalon.V5i1.104>
- Setiati, S. (2014). Geriatric Medicine, Sarkopenia, Frailty, Dan Kualitas Hidup Pasien Usia Lanjut: Tantangan Masa Depan Pendidikan, Penelitian Dan Pelayanan Kedokteran Di Indonesia. *Ejournal Kedokteran Indonesia*, 1(3). <https://doi.org/10.23886/Ejki.1.3008>.
- Suadnyana, I. A. A., Nurmawan, S., & Muliarta, I. M. (2015). Core Stability Exercise Meningkatkan Keseimbangan Dinamis Lanjut Usia Di Banjar Bebenan, Desa Tangeb, Kecamatan Mengwi, Kabupaten Badung. *Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia*, 3(3).
- Sugiyono, D., & Caesaria, R. (2015). Umur Dan Perubahan Kondisi Fisiologis Terhadap Kemandirian Lansia. *Muhammadiyah Journal Of Nursing*, 21–27.
- Uraningsari, F., & Djalali, M. A. (2016). Penerimaan Diri, Dukungan Sosial Dan Kebahagiaan Pada Lanjut Usia. *Pesona Jurnal Psikologi Indonesia*, 5(01), 15–27.
- Waroquier-Leroy, L. De, Bleuse, S., Serafi, R., Watelain, E., Pardessus, V., Tiffreau, A.-V., & Thevenon, A. (2014). The Functional Reach Test: Strategies, Performance And The Influence Of Age. *Annals Of Physical And Rehabilitation Medicine*, 57(6–7), 452–464. <https://doi.org/10.1016/J.Rehab.2014.03.003>
- Widarti, R., & Triyono, E. (2018). Pemberian Ankle Strategy Exercise Pada Lansia Terhadap Keseimbangan Dinamis. *Gaster / Jurnal Ilmu Kesehatan*, 16(1), 83. <https://doi.org/10.30787/Gaster.V16i1.232>
- Wijayanti, R. P. (2019). Pengaruh Core Stability Dan William Exercise Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Pada Kuli Panggul Beras Di Daerah

Sumberjo, Masaran Kabupaten Sragen. *Indonesian Journal On Medical Science*, 6(1), 149–155.

Wijianto, Dewangga, M. W., & Choirunisa, D. (2019). Pengaruh Penambahan Traksi Pada Intervensi Graston Technique Terhadap Penurunan Nyeri Gerak Pada Lansia Dengan Osteoarthritis Lutut. *University Research Colloquium*, 10, 157–161.

Wijianto, W., Dewangga, M. W., & Batubara, N. (2019). Resiko Terjadinya Gangguan Keseimbangan Dinamis Dengan Kondisi Forward Head Posture (Fhp) Pada Pegawai Solopos. *Gaster*, 17(2), 217.

<https://doi.org/10.30787/Gaster.V17i2.427>

Wijianto, Yunnita, N. R., & Dewangga, M. W. (2019). Universitas Muhammadiyah Purworejo Pengaruh Latihan Sit Up Dan Push Up Dengan Core Stability Exercise Terhadap Peningkatan Agility The Effect Of Exercise Of Sit Up And Push Up With Core Stability The 9 Th University Research Colloquium 2019 Universitas Muh. *University Research Colloquium*, 9.

World Health Organization. (1999). Men Ageing And Health. In *World Health Organization*.

Yusuf.Et., A. (2010). Brain Gym Improves Cognitive Function For Elderly.

Jurnal Ners, 5(031), 79–86.