

## SUMMARY

# PENGARUH SENAM LANSIA DALAM MENINGKATKAN KESEIMBANGAN BERDIRI PADA KELOMPOK LANSIA DI PANTI JOMPO BHAKTI KASIH SITI ANNA PANGKALPINANG BANGKA BELITUNG

Created by E R V I N A

**Subject** : Senam Lansia, Keseimbangan berdiri, Panti Jompo Bhakti Asih Siti Anna Pangkalpinang Bangka

**Subject Alt** : Senam Lansia, Panti Jompo Bhakti Asih Siti Anna Pangkalpinang Bangka

**Keyword** : Senam lansia, keseimbangan berdiri, lansia.

### Description :

Tujuan : Untuk mengetahui pengaruh senam lansia terhadap peningkatan keseimbangan berdiri pada lansia. Sampel; Penelitian ini di lakukan diPanti jompo Siti Anna Pangkal Pinang yang berlangsung sebanyak 14 kali selama 4 minggu dari tanggal 12 february sampai dengan 9 maret dengan jumlah sampel 13 orang lansia yang berusia antara 60 sampai 74 tahun dan dipilih berdasarkan random sampling dengan menggunakan nomor. Metode : adalah merupakan penelitian eksperimental dengan menggunakan rancangan dipilih berdasarkan teknik random sampling dan penelitian ini merupakan jenis quasi eksperiment. Analisa penelitian ini mengguakan uji Paired T –Test. Pengukuran untuk nilai keseimbangan dilakukan sebelum dan sesudah perlakuan. Hasil : Hasil uji Paired T-test pada kelompok senam lansia didapatkan hasil P value 0,000 dimana  $P < \alpha(0,05)$  berarti perlakuan senam lansia yang diberikan pada lansia dapat meningkatkan keseimbangan berdiri pada lansia. Kesimpulan : ada pengaruh senam lansia terhadap peningkatan keseimbangan berdiri pada lansia

**Contributor** : Drs. Slamet Soemarno, SMPH,M.Fis

**Date Create** : 08/01/2014

**Type** : Text

**Format** : PDF

**Language** : Indonesian

**Identifier** : UEU-Undergraduate-2011-66-109

**Collection** : 2011-66-109

**Source** : Perpustakaan Esa Unggul

**Relation Collection** Universitas Esa Unggul

**COverage** : Sivitas Akademika Universitas Esa Unggul

**Right** : Copyright @2014 by UEU Library

### Full file - Member Only

If You want to view FullText...Please Register as MEMBER

**Contact Person :**

Astrid Chrisafi (mutiaraadinda@yahoo.com)

Thank You,

Astrid ( astrid.chrisafi@esaunggul.ac.id )

Supervisor