

## DAFTAR PUSTAKA

- Alvita, G. W., & Huda, S. (2018). Pengaruh Senam Keseimbangan Dengan Resiko Jatuh Pada Lansia Di Unit Rehabilitasi Sosial Margomukti Rembang. *Prosiding Hefa*, 2, 48–55.
- Cahyoko, D. W., & Sudijandoko, A. (2016). Pengaruh Latihan Peregangan Terhadap Keseimbangan Dinamis Pada Wanita Usia 60-70 Tahun Club Lansia Anggrek Karangpilang Kota Surabaya. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 4(1), 92–97.
- Dewi, D. G. N. A., Candrawati, S. A. K., & Muliawati, N. K. (2020). The Effect Of Four Square Step Excercise On The Risk Of Falling Elderly At Pstw Wana Seraya Denpasar 2019. *Jurnal Ners Dan Kebidanan Indonesia*, 8(2), 100.
- Dirmayanti, R. W. (2018). Pengaruh Elastic Band Exercise Terhadap Tingkat Keseimbangan Dinamis dan Risiko Jatuh Pada Lanjut Usia Di Panti Sosial Tresna Werdha Gau Mabaji Gowa. *Journal of Materials Processing Technology*, 1(1), 1–8.
- Febriyani, R. W. (2019). Hubungan Indeks Massa Tubuh Terhadap Resiko Jatuh Pada Lansia.
- Gouelle, A., & Highsmith, M. J. (2020). Instrumented Four Square Step Test in Adults with Transfemoral Amputation: Test-Retest Reliability and Discriminant Validity between Two Types of Microprocessor. *Sensors (Switzerland)*, 20(17), 1–16.
- Haliloglu, O., Topsakal, N., Camliguney, F., Polat Korkmaz, O., Sahin, S., Cotuk, B., Kadioglu, P., & Erkut, O. (2019). Static and dynamic balances of patients with acromegaly and impact of exercise on balance. *Pituitary*, 22(5), 497–506.
- Indrayani, & Ronoatmojo, S. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Cipasung Kabupaten Kuningan Tahun 2017. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 9(1), 69–78.
- Ju, J., Jiang, Y., Zhou, P., Li, L., Ye, X., Wu, H., Shen, B., Zhang, J., & He, X. (2018). Evaluation of the reliability and validity for X16 balance testing scale for the elderly. 1–9.
- Kiik, S. M., Sahar, J., & Permatasari, H. (2018). Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (Lansia) Di Kota Depok Dengan Latihan Keseimbangan. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 21(2), 109–116.
- Laksmi, P. A., Andayani, N. L. N., & Artini, I. G. A. (2018). Intervensi Four Square Step Lebih Efektif Dalam Meningkatkan Keseimbangan Dinamis Daripada Balance Strategy Exercise Pada Lansia Di Kelurahan Tonja, Denpasar Timur, Bali. 6, 10–13.
- Lupa, A. M., Hariyanto, T., & Ardyani, V. M. (2017). Perbedaan Tingkat Keseimbangan Tubuh Antara Lansia Laki-laki dan Perempuan. *Nursing News*, 2(1), 454–461.
- MacKinnon, C. D. (2018). Sensorimotor anatomy of gait, balance, and falls. In *Handbook of Clinical Neurology* (1st ed., Vol. 159). Elsevier B.V.
- Maratis, J. (2020). Pengaruh Senam Rhythmic Auditory Stimulation (RAS) Dengan Kemampuan Berjalan Lansia Di Desa Kohod Kabupaten Tangerang. *Jurnal Ilmu Fisioterapi*, 20(1).
- Mekayanti, A., NLK, I., & NK, K. D. (2015). Optimalisasi Kelenturan (Flexibility), Keseimbangan (Balance), dan Kekuatan (Strength) Tubuh Manusia secara Instan dengan Menggunakan “Secret Method.” *Jurnal Virgin, Jilid 1, Nomor*

1, Januari 2015, 2015, 40-49. ISSN: 2442-2509.

- Munawwarah, M., & Nindya, P. (2015). Pemberian Latihan Pada Lansia Dapat Meningkatkan Keseimbangan dan Mengurangi Resiko Jatuh Lansia. *Fakultas Fisioterapi Universitas Esa Unggul*, 15(April), 38–44.
- Munawwarah, M., & Rahmani, N. A. (2015). Perbedaan four square step exercises dan single leg stand balance exercises dalam meningkatkan keseimbangan berdiri pada lansia 60-74 tahun. *Jurnal Fisioterapi*, 15(2), 95–105.
- Novianti, I. G. A. S. W., Jawi, I. M., Munawaroh, M., Griadhi, I. P. A., Muliarta, M., & Irfan, M. (2018). Latihan Jalan Tandem Lebih Meningkatkan Keseimbangan Lansia Daripada Latihan Balance Strategy. *Sport and Fitness Journal*, 6(1), 117–122.
- Nugraha, M. H. S., Saraswati, N. L. P. G. K., Negara, A. A. G. A. P., & Tianing, N. W. (2019). Pelayanan Kesehatan Fisioterapi Lanjut Usia Melalui Pemeriksaan Dan Pelatihan Keseimbangan Fleksibilitas Serta Kekuatan Otot Genggam Di Banjar Kesian Desa Lebih Kabupaten Gianyar. *Buletin Udayana Mengabdi*, 18, 1–7.
- Nugrahani, P. (2014). Latihan Jalan Tandem Lebih Baik Daripada Latihan Dengan Menggunakan Swiss Ball Terhadap Peningkatan Keseimbangan Untuk Mengurangi Resiko Jatuh Pada Lanjut Usia (Lansia). *Jurnal Fisioterapi*, 14(2), 87–96.
- Nurmalasari, M., Widajanti, N., & Dharmanta, R. S. (2018). 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>
- Perdana, A. (2014). Stability Terhadap Peningkatan Keseimbangan Pada Mahasiswa Esa Unggul. *Jurnal Fisioterapi*, 14, 57–68.
- Pramadita, A. P., Wati, A. P., & Muhartomo, H. (2019). Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Gangguan Keseimbangan Postural Pada Lansia. *Diponegoro Medical Journal (Jurnal Kedokteran Diponegoro)*, 8(2), 626–641.
- Pramita, I., & Susanto, A. D. (2018). Pengaruh Pemberian Square Stepping Exercise Untuk Meningkatkan Keseimbangan Dinamis Pada Lansia. *Sport and Fitness Journal*, 6(3), 1–7.
- Prasetyo, A., & 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.
- Purnomo, D. (2018). Uji Validitas Dan Reliabilitas Step Test Sebagai Alat Ukur Keseimbangan Pada Lansia. *Jurnal Fisioterapi Dan Rehabilitasi*, 2(2), 53–70. <https://doi.org/10.33660/jfrwhs.v2i2.23>
- Rakhmawati, A. (2017). Pengaruh Walking Semi Tandem Heel Raisese Terhadap Fungsi Kognitif Dan Keseimbangan Lansia Di UPTG Griya Werdha Surabaya. 87(1,2), 149–200.
- Rumaropen, H., Ikhsan, M. R., & Pramono, R. B. (2020). *The Correlation between Thyroid Hormone Levels with Functional Mobility Performance among the Geriatric Patients in Dr . Sardjito General Hospital*. 10(1), 1–9.
- Salzman, B. (2011). Gait and balance disorders in older adults. *American Family Physician*, 82(1), 61–68.
- Siregar, R., Gultom, R., & Sirait, I. I. (2020). Pengaruh Latihan Jalan Tandem terhadap Keseimbangan Tubuh Lansia untuk mengurangi Resiko Jatuh di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai Sumatera Utara. *Journal of Healthcare*

*Technology and Medicine*, 6(1), 2615–109.

Suadnyana, I. A. A., Paramurthi, I. A. P., & Prianthara, I. M. D. (2019). Perbedaan Efektivitas Latihan Balance Strategy dan Latihan Jalan Tandem Dalam Meningkatkan Keseimbangan Dinamis Lansia. *Bali Health Journal*, 3(2–1), S36–S43.

Thomas, E., Battaglia, G., Patti, A., Brusa, J., Leonardi, V., Palma, A., & Bellafiore, M. (2019). Physical activity programs for balance and fall prevention in elderly. *Medicine*, 40(11), 2–9.

Utomo, B., & Takarini, N. (2009). Uji Validitas Kriteria Time Up and Go Test (TUG ) Sebagai Alat Ukur Keseimbangan Pada Lansia. *Jurnal Fisioterapi*, 9(2), 86–93.

Yuliadarwati, N. M., Agustina, M., Rahmanto, S., Susanti, S., & Septyorini. (2020). Gambaran Aktivitas Fisik Berkorelasi Dengan Keseimbangan Dinamis Lansia. *Jurnal Sport Science*, 10(2), 107–112.