

## DAFTAR PUSTAKA

- Avers. (2007). *What you need to know about balance and falls*,  
<http://www.apta.org/AM/Template.cfm?Section=Search&template=/CM/HTMLDisplay.cfm&ContentID=20396>. Diakses tanggal 13 Nopember 2012. Pukul 11.30.
- Cahyoko, W, D. & Sudijandoko, A. (2016). Pengaruh Latihan Peregangan Terhadap Keseimbangan Dinamis Pada Wanita Usia 60-70 Tahun Club Lansia Anggrek Karangpilang Kota Surabaya. *Jurnal Kesehatan Olahraga Vol. 4. No 1. Hal 94*.
- Ceranski & Sandi. (2006). *Fall prevention and modifiable risk factor*,  
[http://www.rfw.org/AgingConf/2006/Handouts/12\\_FallPrevention\\_Ceranski.pdf](http://www.rfw.org/AgingConf/2006/Handouts/12_FallPrevention_Ceranski.pdf),  
Diakses tanggal 13 Nopember 2012. Pukul 13.30.
- Darmojo, R. B., & Martono, H. H. (2004). *Geriatric (Ilmu Kesehatan Usia Lanjut)*. Jakarta : Balai Penerbit FKUI.
- In, R. (2017). *Perbedaan Pengaruh Balance Exercise Dan Senam Lansia Terhadap Peningkatan Keseimbangan Lansia Di Posyandu Lansia Wiralestari XI Wirobrajan*. Retrieved from <http://digilib.unisayogya.ac.id>.
- Indria, F. (2010). *Keseimbangan*. Retrieved from <https://id.scribd.com/doc/40397340/keseimbangan>.
- Jowir & Rico. (2009). *Latihan Keseimbangan*. Retrived from <http://seripayku.blogspot.com/2009/04/latihankeseimbangan.html>. Diakses 14 November 2011.
- Kiik, M, S., Sahar, J. & Permatasari, H. (2018). Peningkatan Kualitas Hidup Lanjut Usia (Lansia) Di Kota Depok Dengan Latihan Keseimbangan. *Jurnal Keperawatan Indonesia, Vol 21. No 2. Hal 111*.
- Kisner & Colby. (2012). *Theraupetic Exercise Foundations and Technique. 6th ed*. Philadelphia: F. A Davis Company.
- Komariah, S. (2012). *Peran Keperawatan Dalam Menurunkan Insiden Keselamatan Pasien [online] available*. Retrieved from [http://manajemenrumahsakit.net/files/siti%20komariah%20\\_PERAN%20KP%20DALAM%20IKP.pdf](http://manajemenrumahsakit.net/files/siti%20komariah%20_PERAN%20KP%20DALAM%20IKP.pdf) [12 Oktober 2014].
- Kusnanto., Retno, I., & Nisfil, M. (2007). *Peningkatan Stabilitas Postural Pada Lansia Melalui Balance Exercise*. Surabaya : PSIK FK UNAIR.
- Madureira, M, M. (2006). *Balance Training Program is Highly Effective in Improving Functional Status and Reducing The Risk of Fall in Elderly Women With Osteoporosis: A Randomize Controlled Trial*. San Paulo: International Osteoporosis Foundation And National Osteoporosis Foundation.

- Maryam, R. M., Sahar, J., & Nasution, Y. (2010). Pengaruh Latihan Keseimbangan Fisik Terhadap Keseimbangan Fisik Tubuh Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Wilayah PEMDA DKI Jakarta. *Jurnal Keperawatan Profesional Indonesia* 2.
- Masitoh, I. (2013). *Pengaruh Balance Exercise Terhadap Keseimbangan Postural Pada Lanjut Usia Di Posyandu Abadi Sembilan Gonilan Sukoharjo*. Retrieved from <http://eprints.ums.ac.id>.
- Meylisa, A. (2012). *Pengaruh Balance Exercise Terhadap Peningkatan Status Keseimbangan Fungsional Pada Wanita Di Posyandu Lansia Ngadisono Kadipiro Surakarta*. Retrieved from <http://eprints.ums.ac.id>.
- Murtiyani, N., & Suidah, H. (2019). Pengaruh Pemberian Intervensi 12 Balance Exercise terhadap keseimbangan postural pada lansia. *Jurnal Keperawatan*. Vol 12, No 1, Hal 44-46.
- Nurarif, A. H. & Hardhi, K. (2015). *Buku Asuhan Keperawatan Berdasarkan Diagnosa Medis dan Nanda Nic-Noc*. Jogjakarta : MediAction.
- Nurhasni. (2017). *Laporan Pendahuluan Dengan Gangguan Sistem Musculoskeletal Di Asrama 10 PSTW GAU Mabaji Kabupaten Gowa*. Retrieved from <https://id.scribd.com/document/356421812/Lp-Sistem-Musculoskeletal>.
- Nurkuncoro, D. I. (2015). *Pengaruh Latihan Keseimbangan Terhadap Risiko Jatuh Pada Lansia Di Panti Sosial Tresna Wedha Yogyakarta Unit Budhi Luhur Kasongan Bantul*. Retrieved from [http://NASKAH%20PUBLIKASI\\_IRAWAN%20DANAR%20NK\\_201110201025.pdf](http://NASKAH%20PUBLIKASI_IRAWAN%20DANAR%20NK_201110201025.pdf).
- Nursalam. (2013). *Konsep Penerapan Metode Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nyman. (2007). *Why do I need to Improve my Balance?* [www.balancetraining.org.uk](http://www.balancetraining.org.uk). Diakses tanggal 13 April 2007.
- Pujiastuti, S. (2003). *Fisioterapi Pada Lansia*. Jakarta : EGC
- Risnanto & Uswatun, I. (2014). *Buku Ajar Asuhan Keperawatan Medikal Bedah (Sistem Musculoskeletal)*. Yogyakarta : Deepublish.
- Siburian & Pirma. (2006). *Bagaimana memberdayakan kemampuan fisik lansia*. Retrieved from [www.waspada.co.id/cetak/index.php?article\\_id=74423](http://www.waspada.co.id/cetak/index.php?article_id=74423). Diakses tanggal 11 November 2012. Pukul 08.00.
- Widarti, R. & Triyono, E. (2018). *Manfaat Ankle Strategy Exercise Pada Lansia Terhadap Keseimbangan Dinamis*. GASTER vol. XVI. No 1. Hal 86.
- Wolf, B., Feys, H., Weerdt, W., Meer, J., Noom, M., & Aufdemkampe, G. (2001). *Effect of A Physical Therapeutic Intervention for Balance Problems in The Elderly: A Single-Blind, Randomized, Controlled Multicentre Trial*. Netherlands: Department of Physical Therapy, Stichting Zorgcentrum Texel.

Zairin, N. H. (2012). *Buku Ajar Gangguan Musculoskeletal*. Jakarta : Salemba Medika.