

DAFTAR PUSTAKA

- Ambardini RL. 2009. *Aktivitas Fisik pada Lanjut Usia*. Yogyakarta: UNY
- Arikunto, S. 2006. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta:PT Asdi Mahasatya
- Artinawati, S. 2014. *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Bogor: IN MEDIA
- Azizah, L. 2011. *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Azizah, dkk. 2011. *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Budi, R. 2016. *Gambaran Aktivitas Fisik Pada Lansia*.
<http://repository.ump.ac.id/1774/3/RAGIL%20SETYA%20BUDI%20BAB%20II.pdf>. Diakses pada tanggal 22 November 2019. Jam 09.24
- Budi, R. 2016. *Gambaran Aktivitas Fisik Pada Lansia*. Purwokerto: Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan UMP.
<http://repository.ump.ac.id/1774/3/RAGIL%20SETYA%20BUDI%20BAB%20II.pdf>. Diakses pada tanggal 12 November 2019 jam 16.57.
- Dahlan, 2018. *Kesehatan Lansia*. Malang: Intimedia.
- Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur. 2016. *Profil Kesehatan Jawa Timur Surabaya*
- Faridah, V. 2009. *Pengaruh Senam Pencegahan Osteoporosis Terhadap Nilai Densitas Tulang Pada Wanita Postmenopause di Rumah Sakit Saiful Anwar Mlang*. Malang: <https://docplayer.info/35250543-Pengaruh-senam-pencegahan-osteoporosis-terhadap-nilai-densitas-tulang-pada-wanita-postmenopause-di-rumah-sakit-saiful-anwar-malang.html>. Diakses pada tanggal 23 November 2019 jam 11.06.
- Fatmah. 2010. *Gizi Usia Lanjut*. Jakarta: Erlangga
- Ichasanna, Y. Nur. 2017. *Pengaruh Senam Lansia Terhadap Kebugaran Lanjut Usia di Posyandu Lanjut Usia Tegalsari dan Posyandu Lanjut Usia Lodalang Siswodipuran Boyolali*.
<https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://eprints.ums.ac.id/49740/1/naspub%25202.pdf&ved=2ahUKEwjT3PXvx-7kAhWg6XMBHV4IB9IQFjABegQIBBAB&usq=AOvVaw15R5EY2TqjKJNmqeB174Jg>. Diakses tanggal 26 September 2019.
- Indri, C. 2013. *Pengaruh Gabungan Sugesti dan Musik Instrumentalia*. Surabaya: ADLN Universitas Airlangga.
<http://repository.unair.ac.id/29669/3/BAB%20%20TINJAUAN%20PUSTAKA.pdf>. Diakses pada tanggal 12 November 2019 jam 17.22.
- Izhar. 2017. *Pengaruh Senam Lansia Terhadap Tekanan Darah di Panti Sosial Tresna Werdha Budi Luhur Jambi*.
<https://media.neliti.com/media/publications/225506-pengaruh-senam-lansia>

terhadap-tekanan-d-2ae4b237.pdf. Diakses pada tanggal 23 November 2019 jam 11.24.

Jurnal UMM. 2011. *Teori Lansia BAB II*. <http://eprints.umm.ac.id/41485/3/BAB%20II.pdf>. Diakses pada tanggal 23 November 2019 jam 11.25.

Jurnal Unila. 2011. *Teori Senam Osteoporosis Champter II*. <http://digilib.unila.ac.id/10073/14/BAB%20II.pdf>. Diakses pada tanggal 23 November 2019 jam 11.03.

Jurnal USU. 2011. *Senam Osteoporosis Chapter II*. <http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/50742/Chapter%20II.pdf?sequence=3>. Diakses pada tanggal 23 November 2019 jam 11.01.

Lestari, N. 2010. *Latihan Fisik dan Osteoporosis Pada Wanita Postmenopause*. Mahasiswa Jurusan Penjaskesrek Universitas Pendidikan Ganesha. <file:///C:/Users/ASUS/Downloads/11672-13191-1-PB.pdf>. Diakses pada tanggal 23 November 2019 jam 11.19.

Kholifah, K. 2016. *Kemampuan Activity Daily Living Lansia Penderita Osteoporosis Sebelum dan Sesudah Dilakukan Senam Osteoporosis Di Wilayah Kerja Puskesmas Kendal Kerep*. Malang: Karya Tulis Ilmiah Mahasiswa D-III Keperawatan Malang Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

Maharani, N. 2018. *Buku Ajar Senam Lansia*. https://www.academia.edu/37825063/Buku_AJAR_Senam_Lansia. Diakses pada tanggal 23 November 2019 jam 11.20.

Manangkot, m. V., Sukawanan, I. W., & Witarsa, I. M. S. 2016. *Pengaruh Senam Lansia Terhadap Keseimbangan Tubuh. Community Of Publishing In Nursing*. <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://ojs.unud.ac.id/index.php/coping/article/download/19909/13223/&ved=2ahUKEwjT3PXvx-7kAhWg6XMBHV4IB9IQFjAMegQIAxAB&usg=AOvVaw3WXD64ppP-ZmgPiTDXhVK9>. Diakses tanggal 26 September 2019.

Martika, A. 2011. *Kemampuan Aktivitas Sehari-hari Pada Lansia*. <http://digilib.unimus.ac.id/files//disk1/134/jtptunimus-gdl-ayumartika-6674-3-babii.pdf>. Diakses pada tanggal 23 November 2019 jam 11.26.

Maryam, dkk. 2008. *Mengenal Usia Lnjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.

Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: PT Rineka Cipta

Nugroho W. 1995. *Perawatan Lanjut Usia*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EG

Nugroho, W. 2008. *Keperawatan Gerontik & Geriatrik Ed 3*. Jakarta: EGC

- Nursalam. 2009. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi, Tesis, Dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Jakarta:Salemba Medika
- Putra, P. 2014. *Efektivitas Senam Lansia*. Mahasiswa Fikes UMP. <http://repository.ump.ac.id/2076/3/PRIMA%20NURDIANA%20PUTRA%20C%20BAB%20II%20pdf.pdf>. Diakses pada tanggal 23 November 2019 jam 11.22.
- RI, K. 2018. *Data dan Informasi Profil Kesehatan Indonesia*.
- Saepudin, M. 2011. *Metodologi Penelitian Kesehatan Masyarakat*. Jakarta:CV Trans Info Media.
- Setiadi. 2013. *Konsep dan Praktik Penulisan Riset Keperawatan*. Yogyakarta:Graha Ilmu.
- Sinaga, R. 2013. *Pengaruh Senam Osteoporosis Terhadap Peningkatan Aktivitas Fisik Lansia di Puskesmas Glugur Kota Medan, 4-16*. <http://repository.usu.ac.id/bitstream/handle/123456789/50742/Chapter%20II.pdf?sequence=3&isAllowed=y>. Diakses tanggal 3 Oktober 2019.
- Sitanus, Intan Debora. 2017. *Pengaruh Senam Lansia Terhadap Aktivitas Sehari-hari Pada Lansia di Graha Werdha Marie Joseph Pontianak*. <https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=http://jurnal.untan.ac.id/index.php/jmkeperawatanFK/article/download/23709/18614&ved=2ahUKEwjT3PXvx-7kAhWg6XMBHV4IB9IQFjAGegQICBAK&usg=AOvVaw3U1dEAObxOttKkgIOGMA3a>. Diakses tanggal 26 September 2019.
- Stevens, P, dkk. 2006. *Pengantar Riset Pendekatan Ilmiah Untuk Profesi Kesehatan*. Jakarta: EGC
- Wasis. 2008. *Pedoman Riset Praktis Untuk Profesi Perawat*. Jakarta:EGC
- Winata, R. 2017. *Konsep Diri Lansia Sebelum dan Setelah Melakukan Terapi Review di Lingkungan Griya Kasih Siloam Malang*. Malang: Karya Tulis Ilmiah Mahasiswa D-III Keperawatan Malang Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.

