



DAFTAR PUSTAKA

- Afiata, N.G et al. 2022. *Pengaruh Balance Strategy Exercise Terhadap Keseimbangan Anak Usia Dini*. Physio Jurnal. Volume 2 No. 1
- Andria, R.D et al. 2020. *Peningkatan Keseimbangan Tubuh Lansia Melalui Senam di Sebuah Balai Pelayanan dan Penyantunan Lansia*. Jurnal Keperawatan Raflesia. Volume 2 No. 2
- Andria, R. D., Riyadi, A., & Pardosi, S. (2020). Peningkatan Keseimbangan Tubuh Lansia Melalui Senam di Sebuah Balai Pelayanan dan Penyantunan Lansia. *Jurnal Keperawatan Raflesia*, 2(2), 61–70.
- Bafirman, B., & Wahyuri, A. S. (2019). *Pembentukan kondisi fisik*.
- Benly, N.A et al. 2022. *Pelayanan Pemeriksaan Kesehatan Gratis pada Lansia di Wilayah Kerja Batalaiworu*. Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Vol.1, No.12
- Bestari, N. P., & Yuliadarwati, N. M. (2022). Literature Review: The Effect of Square Stepping Exercise on Dynamic Balance Levels in Reducing The Risk of Falling in the Elderly. *JURNAL KEPERAWATAN DAN FISIOTERAPI (JKF)*, 5(1), 179–189. <https://doi.org/10.35451/jkf.v5i1.1413>
- Efendi, E., Handayani, E., Juariah, E., & Lismayanti, L. (2023). Pengaruh Senam Lansia Terhadap Keseimbangan Tubuh Pada Lansia: Literatur Review. *Journal of Nursing Practice and Science*, 2(1), 155–162.
- Fatmawati, V. (2022). The Effect of Four Square Step Exercise and Ankle Strategy Exercise on Improving the Balance of the Elderly in Aisyiyah Branch, West Palbapang, Bantul, Yogyakarta. *Urecol Journal. Part D: Applied Sciences*, 2(2), 53–59.
- Gersang, A.P.L et al. 2022. *Statistik Penduduk Lanjut Usia 2022*. Badan Pusat Statistik
- Kusuma, M.P. 2020. *Buku Lansia*. Lembaga Penelitian, Publikasi dan Penyabdian Masyarakat LP3M UMY
- Nindawi, N., Endang, F. S., & Iszakiyah, N. (2024). Pengaruh Balance Exercise Terhadap Keseimbangan Postural Lansia Di Desa Lemper Pamekasan. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 4(2), 753–774.
- Prabowo, N.A et al. 2023. *Pengaruh Latihan Jalan Tandem Terhadap Peningkatan Keseimbangan Pada Lansia Di RS Indiriati Solobaru*. Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Volume 8 No. 1
- Pramita, I and Agus Donny Susanto. 2018. *Pengaruh Pemberian Square Stepping Exercise untuk meningkatkan Keseimbangan Dinamis Pada Lansia*. Sport and Fitness Journal Volume 5 No. 3



and Yoni Rustiana Kusumawati. 2023. *Difference Effect of Tandem Gait and Square Stepping Exercise on Reducing Risk of Falling in the Elderly*. *oterapi dan Kesehatan Indonesia* Volume 03 No.1

- Sabri, A. et al. 2023. *Pengaruh Square Stepping Exercise dan Ankle Strategy Exercise terhadap Keseimbangan pada Lansia*. Physio Move Journal Volume 02 No.1
- Iswati. 2021. *Balance Exercise Jalan Tandem Untuk Mengurangi Resiko Jatuh Pada Lansia*. Penelitian Ilmu Kesehatan. Volume 2 N0.1
- Siregar, R et al. 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 Vol. 6 No. 1
- Sitthiracha, P et al. 2021. *Effect of Progressive Step Marching Exercise on Balance Ability in the Elderly: A Cluster Randomized Clinical Trial*. International Journal of Environmental Research and Public Health, 18, 3146
- Syah, I et al. 2017. *Efek Pelatihan Senam Lansia dan Latihan Jalan Tandem dalam meningkatkan Keseimbangan Tubuh Lansia di Panti Sosial Tresna Kasih Syang Batusangkar Sumatera Barat*. Sport and Fitness Journal. Volume 5 No 1
- Warasti N.S. et al. 2022. *Pengaruh Pemberian Tandem Walking Exercise Dengan Core Stability Exercise Terhadap Peningkatan Dynamic Balance Pada Psien Pasca Stroke Hemiparesis*. Media Kesehatan Politeknik Kesehatan Makassar. Volume 17 No. 1
- Yasmasitha, Z., & Sidarta, N. (2020). Hubungan pes planus dan keseimbangan statis pada anak sekolah dasar. *Jurnal Biomedika Dan Kesehatan*, 3(2), 84–89.

