

DAFTAR PUSTAKA

- Agustana, R. S., Suparto, T. A., Sumartini, S., Purwandari, A., & Puspita, W. (2023). Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Fungsi Kognitif Pada Lanjut Usia: Kajian Literatur. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 4(1), 103-108.
- Akbar, F., Darmiati, D., Arfan, F., & Putri, A. A. Z. (2021). Pelatihan Dan Pendampingan Kader Posyandu Lansia Di Kecamatan Wonomulyo. *Jurnal Abdidas*, 2(2), 392-397.
- Aleixo, G. F., Shachar, S. S., Nyrop, K. A., Muss, H. B., Battaglini, C. L., & Williams, G. R. (2020). Bioelectrical impedance analysis for the assessment of sarcopenia in patients with cancer: a systematic review. *The oncologist*, 25(2), 17.
- Amanda, F., & Arsyad, N. (2024). Gambaran Kekuatan Otot Tangan Dan Massa Otot Serta Performa Fisik Terkait Potensi Sarcopenia Pada Lansia. *Indonesian Journal Of Physiotherapy*, 4(1), 14-18.
- Aminia, T. P., Yuliadarwati, N. M., & Utami, K. P. (2022). Hubungan Balance Confidence Dengan Risiko Jatuh Pada Lansia: Studi Literatur. *Physiotherapy Health Science (Physiohs)*, 4(1), 43-51.
- Andrade, L., Et Al. (2018). The Importance Of Physical Activity For Health And Well-Being. *Journal Of Clinical Medicine*, 7(10), 81.
- Aryana, I. G. P. S., Putrawan, I. B., Purnami, N. K. R., Kuswardhani, R. A., Astika, I. N., Suastika, K., ... & Wande, I. N. (2021). Low Serum Irisin As A Risk Factor Of Sarcopenia In Elderly. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 7(4), 5.
- Bagheri, A., Hashemi, R., Heshmat, R., Motlagh, A. D., & Esmailzadeh, A. (2021). Patterns Of Nutrient Intake In Relation To Sarcopenia And Its Components. *Frontiers In Nutrition*, 8, 645072.
- Bao, W., Sun, Y., Zhang, T., Zou, L., Wu, X., Wang, D., & Chen, Z. (2020). Exercise Programs For Muscle Mass, Muscle Strength And Physical Performance In Older Adults With Sarcopenia: A Systematic Review And Meta-Analysis. *Aging And Disease*, 11(4), 863.
- Bhaskara, G., Aryana, I. G. P. S., Kuswardhani, R. T., Astika, N., Putrawan, I. B., & Purnami, R. (2020). Hubungan Antara Obesitas Sentral Dengan Massa Dan Fungsi Otot Ekstremitas Pada Populasi Lanjut Usia Di Kawasan Rural Provinsi Bali-Indonesia. *Jurnal Penyakit Dalam Udayana*, 4(2), 40-44.
- Bozic, D., Grgurevic, I., Mamic, B., Capkun, V., Bilandzic-Ivisic, J., Ivanovic, T., ... & Mikolasevic, I. (2023). Detection of sarcopenia in patients with liver cirrhosis using the bioelectrical impedance analysis. *Nutrients*, 15(15),



2023). Profil Penduduk Lanjut Usia Provinsi Sulawesi Selatan 2023. in Pusat Statistik Provinsi Sulawesi Selatan. Brown JC, Harhay MO, ay MN. Sarcopenia and mortality among a population-based ple of community-dwelling older adults. J Cachexia Sarcopenia le. 2015;7(3):290-8

- Budiarta, I. G. A. I. M., Aryana, I. S., Purnami, N. K. R., Putrawan, I. B., Astika, I. N., & Kuswardhani, R. T. (2019). Hubungan massa otot pada sarcopenia dengan status fungsional lanjut usia di desa Pedawa, kabupaten Buleleng, Bali. *Jurnal Penyakit Dalam Udayana*, 3(2), 37-39.
- Budiono, N. D. P., & Rivai, A. (2021). Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 371-379.
- Calder, P. C. (2017). Omega-3 fatty acids and inflammatory processes: from molecules to man. *Biochemical Society Transactions*, 45(5), 1105-1115.
- Chen, L. K., Woo, J., Assantachai, P., Auyeung, T. W., Chou, M. Y., Iijima, K., ... & Arai, H. (2020). Asian Working Group For Sarcopenia: 2019 Consensus Update On Sarcopenia Diagnosis And Treatment. *Journal Of The American Medical Directors Association*, 21(3), 300-307.
- Coniglio, S., Shumskaya, M., & Vassiliou, E. (2023). Unsaturated Fatty Acids And Their Immunomodulatory Properties. *Biology*, 12(2), 2
- Cruz-Jentoft, A. J., Bahat, G., Bauer, J., Boirie, Y., Bruyère, O., Cederholm, T., Cooper, C., Landi, F., Rolland, Y., Sayer, A. A., Schneider, S. M., Sieber, C. C., Topinkova, E., Vandewoude, M., Visser, M., Zamboni, M., Bautmans, I., Baeyens, J. P., Cesari, M., ... Schols, J. (2019). Sarcopenia: Revised European consensus on definition and diagnosis. *Age and Ageing*, 48(1)
- Dewi, L., & Ayuningtyas, R. A. (2023). *AZ Tentang Obesitas*. UGM PRESS.
- Eilander, A., Harika, R. K., & Zock, P. L. (2015). Intake And Sources Of Dietary Fatty Acids In Europe: Are Current Population Intakes Of Fats Aligned With Dietary Recommendations?. *European Journal Of Lipid Science And Technology*, 117(9), 1370-1377.
- Fadillah, A. D., Suyatno., Nugraheni, S. H. (2019). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kesesuaian praktik gizi pada lansia berdasarkan 10 pesan gizi seimbang. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-journal) volume 7 nomor 4 hal 708-719 (ISSN: 2356-3346)*.
- Fitri, L., Adiputra, F. B., & Triliana, R. (2024). Penurunan Hasil Hand Grip Test Dan Massa Otot Menggunakan Bioelectrical Impedance Analysis (Bia) Pada Pria Lanjut Usia Sehat Di Kota Malang. *Jurnal Kedokteran Komunitas (Journal of Community Medicine)*, 12(1).
- Fitriana, L. N., Lestari, D. R., & Rahmayanti, D. (2021). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dengan Tingkat Kesepian Pada Lanjut Usia Di Karang Lansia Bahagia Banjarmasin. *Dunia Keperawatan: Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan*, 9(2), 169-179.
- N., Santos-Lozano, A., Hughes, D. C., Gómez-Cabello, A., & Ara, (2017). Physical Exercise As An Effective Antiaging Intervention. *Biomed Research International*, 2017.
- T., & Ulfhake, B. (2024). Aging skeletal muscles: what are the mechanisms of age-related loss of strength and muscle mass, and can it expedite its development and progression?. *International Journal of Cellular Sciences*, 25(20), 10932.



- Halim, J., Elias, S., Astoeti, T. E., & Anggraini, W. (2021). Relationship between the masticatory ability of complete denture wearers with bite force, thickness of muscle masseter, cognitive function, and quality of life in elderly. *Jurnal Kedokteran Gigi Universitas Padjadjaran*, 33(3), 222-23.
- Hamrick, M. W., McGee-Lawrence, M. E. & Frechette, D. M. Fatty Infiltration of Skeletal Muscle : Mechanisms and Comparisons with Bone Marrow Adiposity. *Front. Endocrinol.(Lausanne)*. 7, 1–7 (2016).
- Hamzah, B., Akbar, H., & Langingi, A. R. C. (2021). Analisis Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Hipertensi Pada Lansia. *Journal Health & Science: Gorontalo Journal Health And Science Community*, 5(1), 194-201
- Hwang, J., & Park, S. (2022). Sex differences of sarcopenia in an elderly asian population: the prevalence and risk factors. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(19), 11980.
- Indrayani, I., Ronoatmodjo, S. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Desa Cipasung Kabupaten Kuningan. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 9(1), 69–78
- Ivanali¹, K., Amir, T. L., Munawwarah¹, M., & Pertiwi, A. D. (2021). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Pada Lanjut Usia Dengan Tingkat Keseimbangan.
- Izzati, W., Eriska, D., & Kurniawati, D. (2023). Hubungan Diabetes Melitus Dengan Kejadian Sarcopenia Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Mandiangin. *Jurnal Ners*, 7(1), 7-12.
- Jumaiyah, S., Rachmawati, K., & Choiruna, H. P. (2020). Aktivitas Fisik Dan Kualitas Hidup Lansia Pendertia Hipertensi: Sebuah Penelitian Cross-Sectional Physical Activity And The Quality Of Life Of Elderly Patients With Hypertension: A Cross-Sectional Study. *Jurnal Keperawatan*, 11(1).
- Kandinata, S. G., Widajanti, N., Ichwani, J., Firdausi, H., Aryana, I. G. P. S., & Alkaff, F. F. (2023). Diagnostic performance of calf circumference , SARC - F , and SARC – CalF for possible sarcopenia screening in Indonesia. *Scientific Reports*, 1–6.
- Kartika, R. W., Susanti, Y. S., & Winata, S. D. (2023). Factors Associated with The Prevalence of Sarcopenia in Elderly University Workers. *JURNAL WIDYA MEDIKA*, 9(2), 120-126.
- Kathleen Nurman, K. N., Edri Indah Yuliza Nur, E. I. Y. N., & Tri Ardianti Khasanah, T. A. K. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik Dan Kekuatan Massa Otot Dengan Kadar Gula Darah Sewaktu. *Hubungan Aktivitas Fisik Dan Kekuatan Massa Otot Dengan Kadar Gula Darah Sewaktu*, 7(1), 11-1
- I. (2018). *Aktivitas Fisik*. Jakarta : Kemenkes RI
- I. (2019). *Aktivitas Fisik*. Jakarta : Kemenkes RI
- I. (2022). *Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 1.07/Menkes/51/2022 tentang Standar Antropometri dan Alat Ksi Dini*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.



- Kemenkes RI. 2023. *Survei Kesehatan Indonesia (SKI)*. Jakarta: Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes RI.(2023). Berhaji dan Lansia. <https://ayosehat.kemkes.go.id/kategori-usia/lansia>
- Khongsri N, Tongsuntud S, Limampai P, Kuptniratsaikul V. The prevalence of sarcopenia and related factors in a community- dwelling elders Thai population. *Osteoporos Sarcopenia*. 2016;2(2):110-5.
- Kusumo, M. P. (2020). Buku Pemantauan Aktivitas Fisik. *Yogyakarta: The Journal Publishing*.
- Landi F, Liperoti R, Russo A, Giovannini S, Tosato M, Capoluongo E, et al. Sarcopenia as a risk factor for falls in elderly individuals; Results from the iSIRENTE study. *Clin Nutr*. 2012;31(5):652-8.
- Lee, I. M., Et Al. (2019). The Importance Of Physical Activity For Health And Well-Being. *Journal Of Clinical Medicine*, 8(10), 101.
- Lemak, B. (2024). BAB 3 Lemak Dan Kebutuhan Harian. *BUNGA RAMPAI BIOKIMIA DAN DAUR KEHIDUPAN*, 22.
- Liu, J., Zhu, Y., Tan, J. K., Ismail, A. H., Ibrahim, R., & Hassan, N. H. (2023). Factors associated with sarcopenia among elderly individuals residing in community and nursing home settings: a systematic review with a meta-analysis. *Nutrients*, 15(20), 4335.
- Lloyd, J. K., Et Al. (2018). The Relationship Between Physical Activity And Health: A Systematic Review. *Journal Of Applied Physiology*, 124(3), 567-578.
- Maulana, I. T., Sari, R. W., Partina, R. S., & Azizah, I. N. (2020). Telaah Kandungan Asam Lemak Esensial Dalam Empat Jenis Minyak Ikan Konsumsi Di Jawa Barat. *Jurnal Ilmiah Farmasi Farmasyifa*, 3(2), 92-101.
- Mazza, E., Ferro, Y., Maurotti, S., Micale, F., Boragina, G., Russo, R., ... & Pujia, A. (2024). Association Of Dietary Patterns With Sarcopenia In Adults Aged 50 Years And Older. *European Journal Of Nutrition*, 1-12
- Melati, F. D. P., Widiyanti, F. L., & Inayah, I. (2021). Asupan Lemak Jenuh Dengan Kadar Kolesterol Low Density Lipoprotein Pada Lansia Hiperkolesterolemia. *JURNAL NUTRISIA*, 23(1), 44-51.
- Merchant, R. A., Seetharaman, S., Au, L., Wong, M. W. K., Wong, B. L. L., Tan, L. F., ... & Morley, J. E. (2021). Relationship Of Fat Mass Index And Fat Free Mass Index With Body Mass Index And Association With Function, Cognition And Sarcopenia In Pre-Frail Older Adults. *Frontiers In Endocrinology*, 12, 765415.
- Rasha, R., & Martiatuti, K. (2018). Pengaruh Dukungan Sosial Keluarga Terhadap Kualitas Hidup Dan Kesejahteraan Lansia. *JKKP (Jurnal Kesejahteraan Keluarga Dan Pendidikan)*, 5(1), 1-8.
- Silva, M., Ramadhani, A. R., Maratis, J., & Ivanali, K. (2021). Hubungan Fungsi Kognitif Dengan Keseimbangan Pada Lansia Dengan Mild Cognitive Impairment. *Jurnal Ilmiah Fisioterapi*, 4(02), 27-34.



- Murjani, A., Rifani, A., Setyawati, A. W., Abdurrahman, A., Latif, M. B., & Nurliana, N. 2021. Analisis Profil Penduduk Provinsi Kalimantan Selatan: Tinjauan Penduduk Antargenerasi.
- Nabila, S. A., Rahmiwati, A., Novrikasari, N., & Sunarsih, E. (2024). Perilaku Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Terhadap Masalah Obesitas: Systematic Review. *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 7(3), 498-505
- Nisrina, N., Fahdhienie, F., & Rahmadhaniah, R. (2023). Hubungan Hubungan Aktivitas Fisik, Umur dan Jenis Kelamin Terhadap Obesitas Pekerja Kantor Bupati Aceh Besar. *Jurnal Promotif Preventif*, 6(5), 746-752.
- Njoto, E. N., & Aryana, I. G. P. S. (2023). Sarcopenia Pada Lanjut Usia: Patogenesis, Diagnosis Dan Tata Laksana. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 10(3).
- Nurdianto, R., Hanim, D., & Pamungkasari, E. P. (2021). Korelasi Tingkat Asupan Lemak Dan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Lanjut Usia Correlation Between Fat Intake And Physical Activity With Quality Of Life In Elderly. *Media Gizi Indonesia*, 16(3), 280-286.
- Nurhidayati, I., Suciana, F., & Septiana, N. A. (2021). Status gizi berhubungan dengan kualitas hidup lansia di puskesmas jogonalan I. *Jurnal Keperawatan Dan Kesehatan Masyarakat Cendekia Utama*, 10(2), 180-191.
- Okamura, T., Hashimoto, Y., Miki, A., Kaji, A., Sakai, R., Iwai, K., ... & Fukui, M. (2020). Reduced dietary omega-3 fatty acids intake is associated with sarcopenia in elderly patients with type 2 diabetes: a cross-sectional study of KAMOGAWA-DM cohort study. *Journal of Clinical Biochemistry and Nutrition*, 66(3), 233-237.
- Papadopoulou, S. K. (2020). Sarcopenia: A Contemporary Health Problem Among Older Adult Populations. *Nutrients*, 12(5), 1293.
- Paramurthi, I. P., Prianthara, I. M. D., & Astari, K. L. W. (2021). Hubungan Indeks Massa Tubuh Terhadap Kualitas Tidur Pada Lanjut Usia Di Desa Penatih. *PREPOTIF Jurnal Kesehtan Masyarakat*, 5(1), 103-109.
- Patungo, V. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Fungsi Kognitif Pada Lansia Di Panti Bina Usia Lanjut Provinsi Papua. *SBY Proceedings*, 1(1), 115-124.
- Ponti F, Santoro A, Mercatelli D, Gasperini C, Conte M, Martucci M, et al. Aging and Imaging Assessment of Body Composition: From Fat toFacts. *Front Endocrinol (Lausanne)*. 2019;10:861.
- Prastiwi, V. S., & Sukarniati, L. (2017). Perempuan Lanjut Usia Di Sektor Informal Studi Kasus Desa Muntuk, Kecamatan Dlingo, Kabupaten Kulon Progo. *Jurnal Analisis Bisnis Ekonomi*, 15(2), 147-155.
- Rahmawati, S., & Suhada, T. (2019). Tingkat aktivitas fisik pada lansia di Provinsi Jawa Barat, Indonesia. *Jurnal Keperawatan Komprehensif (Comprehensive Nursing Journal)*, 5(2), 102-106.
- Rizki, R., Zainafree, I., Farida, E., Maharani, C., Merzistya, A. N. A., Nurdita, S. K., ... & Resti, H. Y. (2023). Lansia Ceria: Gerakan Cegah



- Sarcopenia Sebagai Upaya Peningkatan Kesehatan Lansia. *Journal Of Community Empowerment*, 3(1), 61-66.
- Rahemi, H., Nigam, N. & Wakeling, J. M. The Effect of Intramuscular Fat on Skeletal Muscle Mechanics: Implications for the Elderly and Obese. *J. R. Soc. Interface* 12, 1–8 (2015).
- Rahma, A., & Baskari, P. S. (2019). Pengukuran Indeks Massa Tubuh, asupan lemak, dan asupan natrium kaitannya dengan kejadian hipertensi pada kelompok dewasa di Kabupaten Jombang. *Ghidza Media Jurnal*, 1(1), 53-62.
- Ratmawati, R., Muis, S. F., Sofro, M. A. U., Margawati, A., & Kartasurya, M. I. (2019). Aktivitas fisik dan massa otot lansia non panti di Pangkalpinang. *Jurnal Kesehatan Poltekkes KEMENKES RI Pangkalpinang*, 6(2), 54-62.
- Rodrigues, F., Domingos, C., Monteiro, D., & Morouço, P. (2022). A Review On Aging, Sarcopenia, Falls, And Resistance Training In Community-Dwelling Older Adults. *International Journal Of Environmental Research And Public Health*, 19(2), 874.
- Safitri, A., Destoro, K. T., Kholifah, N., Damayanti, N. R., Yulianti, F. D., Wahyu, D. R., ... & Rosiani, L. (2024). Terapi Aktivitas Kelompok (Tak) Estafet Bola Untuk Meningkatkan Konsentrasi Dan Mengurangi Kecemasan Pada Lansia Di Ruang Wisma Jeruk Panti Werdha Budi Mulia 2. *Medic Nutricia: Jurnal Ilmu Kesehatan*, 3(2), 53-64.
- Sari, I. M., & Prajayanti, E. D. (2021). Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Aktivitas Fisik Dan Asupan Gizi Seimbang Lansia Di Masa Pandemi Covid-19. *Gemassika: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(2), 175-186.
- Sarira, C. M. (2023). Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh Dengan Risiko Sarcopenia Pada Lanjut Usia Di Kelurahan Untia Kota Makassar . Lanjut Usia Di Kelurahan Untia Kota Makassar. *Indonesian Journal Of Physiotherapy*, 3(2), 26-34.
- Seangpraw, K., Auttama, N., Kumar, R., Somrongthong, R., Tonchoy, P., & Panta, P. (2020). Stress And Associated Risk Factors Among The Elderly: A Cross-Sectional Study From Rural Area Of Thailand. *F1000Research*, 8, 655.
- Setiati, S., Soejono, C. H., Harimurti, K., Dwimartutie, N., Aryana, I. S., Sunarti, S., ... & Marsigit, J. (2021). Frailty And Its Associated Risk Factors: First Phase Analysis Of Multicentre Indonesia Longitudinal Aging Study. *Frontiers In Medicine*, 8, 658580.
- Setiati, S., Soejono, C. H., Harimurti, K., Dwimartutie, N., Aryana, I. S., Sunarti, S., ... & Marsigit, J. (2021). Sarcopenia Dan Risiko Jatuh Pada Pasien Geriatri. *Muhammadiyah Journal Of Geriatric*, 2(1), 10-16.
- Setiati, S., Soejono, C. H., Harimurti, K., Dwimartutie, N., Aryana, I. S., Sunarti, S., ... & Marsigit, J. (2021). Sarcopenia dan Risiko Jatuh pada Pasien Geriatri. *Muhammadiyah Journal of Geriatric*, 2(1), 10-16.
- Setiati, S., Soejono, C. H., Harimurti, K., Dwimartutie, N., Aryana, I. S., Sunarti, S., ... & Makmur, T. (2020). Metabolisme Lipid Dalam Tubuh. *Jurnal Aspek Kesehatan Masyarakat*, 1(2), 60-66.



- Smith GI, Atherton P, Reeds DN, et al. Dietary omega-3 fatty acid supplementation increases the rate of muscle protein synthesis in older adults: a randomized controlled trial. *Am J Clin Nutr* 2011; 93: 402–412.
- Stefanie, S. Y., Condro, N., & Mano, N. (2023). Analisis Kadar Lemak Pada Produk Coklat Di Rumah Coklat Kenambai Umbai Kabupaten Jayapura. *Jurnal Pertanian Terpadu Santo Thomas Aquinas*, 2(1), 19-25
- Sukmaniah, S. (2020). Hubungan Antara Asupan Makronutrien Dan Status Nutrisi Dengan Kekuatan Otot Pada Lansia Di Panti Werdha Jakarta. *Jambi Medical Journal: Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 8(2), 127-134.
- Sunarti, S., Ratnawati, R., Nugrahenny, D., Mattalitti, G. N. M., Ramadhan, R., Budianto, R., ... & Prakosa, A. G. (2019). *Prinsip Dasar Kesehatan Lanjut Usia (Geriatric)*. Universitas Brawijaya Press.
- Suwardaru, C., & Hidayat, T. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Prestasi Belajar Siswa Smk Negeri 1 Surabaya. *Jurnal Pendidikan Olahraga Dan Kesehatan*, 9(1), 113-119
- Suyasa, I. D., Agustini, N. I. B., Ningrat, I., Putra, K. A. N., Paramarta, N. W., & Yoga, W. K. (2023). Pengembangan Model Peer Group Support Berbasis Family Centered Nursing Terhadap Kualitas Hidup Keluarga Lansia Di Desa Melinggih. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 29(2), 173-176.
- Suzuki, Y., Maeda, N., Hirado, D., Shirakawa, T., & Urabe, Y. (2020). Physical activity changes and its risk factors among community-dwelling japanese older adults during the Covid-19 epidemic: Associations with subjective well-being and health-related quality of life. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(18), 6591.
- Tamayo, A., Mulyana, R., & Martini, R. D. Perbedaan Kadar Insulin-Like Growth Factor-1 dan Tumor Necrosis Factor- α Serum pada Berbagai Derajat Sarcopenia Pasien Lanjut Usia: Studi Potong Lintang. *Jurnal Penyakit Dalam Indonesia*, 10(3), 8
- Tantri, N., Nurlaila, G., & Wahono, D. (2014). Sarcopenia, latihan, dan kejadian jatuh (falls) pada populasi lanjut usia. *Jurnal Kedokteran Brawijaya*, 28(1), 35-39.
- Wang, M., Tan, Y., Shi, Y., Wang, X., Liao, Z., & Wei, P. (2020). Diabetes And Sarcopenic Obesity: Pathogenesis, Diagnosis, And Treatments. *Frontiers In Endocrinology*, 11, 568.
- Wardhana, D. M., Widajanti, N., & Ichwani, J. (2019). Association of Comprehensive Geriatric Assessments Component and Sarcopenia in elderly. *Jurnal Penyakit dalam Indonesia*, 6(4), 5.
- (2024). Pendekatan Penelitian Kualitatif: Konsep, Prosedur, Analisis Dan Peran Di Bidang Pendidikan. *Afeksi: Jurnal Penelitian Evaluasi Pendidikan*, 5(2), 198-211
- (2021). Aktivitas Fisik Dan Persen Lemak Tubuh Kaitannya Dengan Faktor Sarcopenia, 15-22.



- Wirakhmi, I. N., & Purnawan, I. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Hipertensi Pada Lanjut Usia Di Puskesmas Kutasari. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 7(1), 61-67.
- World Health Organization. (2024, December 23). Penuaan dan Kesehatan <https://www-who-int.translate.goog/news-room/factsheets/detail/mental-health-of-older-adults? x tr sl=en& x tr tl=id& x tr hl=id& x tr pto=tc>
- Yuliadarwati, N. M., Agustina, M., Rahmanto, S., & Septyorini, S. (2020). Gambaran Aktivitas Fisik Berkorelasi Dengan Keseimbangan Dinamis Lansia. *Jurnal Sport Science*, 10(2), 107-112
- Yusrini, Y., Khairani, K., & Febriana, D. (2023). Gambaran Aktivitas Fisik Pada Lanjut Usia Di Kecamatan Baiturrahman Kota Banda Aceh. *Jurnal Ilmu Keperawatan*, 11(2).

