

DAFTAR PUSTAKA

- Arimbi, C. K., & Pristianto, A. (2025). The Effect of Balance Strategy Exercise and Tandem Walking Exercise on Dynamic Balance in the Elderly. *Jurnal Kesehatan*, 18(1), 1–12. <https://doi.org/10.23917/jk.v18i1.3633>
- Ayuandari, A. (2021). Pengaruh Tandem Walking Exercise Terhadap Keseimbangan Pada Lansia. *Progam Studi Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Bahriah, B., Sumartini, S., Setyarini, E. A., Wahyudin, D., Syafitri, R., Susilowati, Y. A., Restipa, L., Sihombing, F., Setyaningsih, W., Susanti, F., Sipollo, B. V., Kusuma, M. D. S., Mulyana, H., Febriana, D., Yuningsih, A., Rosyid, L. S., & Sulistiyani, S. (2024). Buku Ajar Keperawatan Gerontik (Berdasarkan Kurikulum Pendidikan Ners Indonesia Tahun 2021). In *Eureka Media Aksara*.
- Beriman, R., W.H. James, M., Maksimus, B., & Lisnaini. (2021). *Panduan Latihan Keseimbangan "Pencegahan Resiko Jatuh Pada Lansia."* 1–26.
- Fadhilah, N., & Sulistyowati, D. (2024). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. PT Nuansa Fajar Cemerlang Jakarta.
- Fauziah, E., Zulfah, K., & Oktaviani, Y. E. (2021). Penatalaksanaan Fisioterapi untuk Meningkatkan Keseimbangan Dinamis Lansia dengan Teknik Tandem Walking Exercise. *FISIO MU: Physiotherapy Evidences*, 3(1), 16–22. <https://doi.org/10.23917/fisiomu.v3i1.14126>
- Gemini, S. and Y. (2022). Penerapan Latihan Jalan Tandem (Tandem Stance Exercise) Pada Lansia Dengan Gangguan Keseimbangan Di Panti Werdah Sukacita. *Jurnal Info Kesehatan*, 12(2), 519–522.
- Heppy, F. (2024). Pencegahan Jatuh dan Instabilitas pada Kelompok Lanjut Usia. *Scientific Journal*, 3(4), 263–276. <https://doi.org/10.56260/sciena.v3i4.198>
- IFLS. (2024). *The Indonesia Family Life Survey (IFLS)*.
- Julianti, H. P., Pritadesya, M. R., Nugroho, T., Pranmono, D., Adespin, D. A., Utami, A., Indriastuti, L., Adventia, I., & Hilaliyah. (2021). Penilaian Dan Pencegahan Risiko Jatuh Pada Lansia. In *Penilaian Dan Pencegahan Risiko Jatuh Pada Lansia*.
- Kemenkes RI. (2021). *Hasil Utama Riskesdas 2021. Kementerian Kesehatan RI*.
- Mardiana, M. (2023). Ilmu Dasar Keperawatan Gerontik. In *jurnal Ilmu Pendidikan* (Vol. 7, Issue 2).
- Mujiadi, & Rachmah, S. (2022). Buku Ajar Keperawatan Gerontik batasan usia lanjut. In *STIKes Majapahit Mojokerto*.
- Nasrullah, D. (2019). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik Edisi 1*. 283. <http://bppsdmk.kemkes.go.id/pusdiksdmk/wp->

- Prianthara, I. M. D., Novianti, I. S. W., Jaya, I. P. P., Anantari, N. P. D., & Fridayani, N. K. Y. (2023). Tandem walking exercise to improve cognitive function in the elderly. *Jurnal Keolahragaan*, 11(2), 171–179. <https://doi.org/10.21831/jk.v11i2.58001>
- Putri, N. P., & Rakhmadi, A. (2021). Pemeriksaan Keseimbangan Dinamis Pasien Lanjut Usia dengan Berg Balance Scale. *Emitor: Jurnal Teknik Elektro*, 18(1), 28–35. <https://doi.org/10.23917/emitor.v18i01.6237>
- Rasyid, F. (2019). Metodologi Penelitian: Teori dan Praktik. In *STAIN Kediri Press: Jawa Timur*.
- Samosir, N. R., & MS, K. N. (2024). Effectiveness of Tandem Walking Exercises in Older Adults. *Jurnal Teknologi Kesehatan Borneo*, 5(2), 152–160. <https://doi.org/10.30602/jtkb.v5i2.370>
- Santoso, N. K., Yulitasari, B. I., Indrayana, S., & Puspitasari, D. W. (2023). Effectiveness of Tandem Exercise on Risk of Fall Among Older People. *Jurnal Mutiara Ners*, 6(2), 108–113. <https://doi.org/10.51544/jmn.v6i2.3489>
- Sari, M., Sari, N. P., & Sulastri, W. (2024). Pengaruh Tandem Walking Exercise Terhadap Penurunan Resiko Jatuh Pada Lansia. 7(1), 56–59.
- Suci, K., Putri, L., & Wijaya, E. B. (2024). Pengaplikasian Tandem Walking Exercise Dalam Memperbaiki Keseimbangan Pada Lansia. 1(6), 158–165.
- Tomasoa, V. Y., Chairani, R., & Anwar, S. (2021). Tandem Walking Exercise. 12(5), 137–140.
- Tomasoa, V. Y., Chairani, R., Anwar, S., Ilmu, F., Universitas, K., Jakarta, M., & Indonesia, J. (2022). Tandem Walking Exercise Terhadap Keseimbangan Lansia. 1–9.
- WHO. (2021). *World Health Organization*.
- Widiastuti, H. P., Pamungkas, L., Arsyawina, A., & Hilda, H. (2021). Tandem Walking Exercise For The Risk Of Falling and The Daily and Activities' Independency Toward Elderly Preopleat UPT PSTW Nirwana Puri Samarinda. *Journal Of Nursing Practice*, 5(1), 155–161. <https://doi.org/10.30994/jnp.v5i1.166>
- Widiatmika, K. P. (2019). Buku Manograf I-FRAT Indonesian Fall Risk Assessment Tool. In *Etika Jurnalisme Pada Koran Kuning : Sebuah Studi Mengenai Koran Lampu Hijau* (Vol. 16, Issue 2).
- Yulistanti., Y. (2023). Keperawatan Gerontik. In *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. (Vol. 1, Issue April).