

DAFTAR PUSTAKA

- Adenikheir, A. (2019). Pengaruh Pemberian Ankle Strategy Exercise Dan Core Stability Terhadap Keseimbangan Dinamis Lansia. *Menara Ilmu*, XIII(4), 1–7.
- Ahmad, M. R., Fatmawati, V., & Ariyanto, A. (2024). *Faktor faktor yang mempengaruhi resiko jatuh pada lansia di PCA Factors influencing the risk of falls among the elderly At PCA Pajangan*, Yogyakarta. 2(September), 408–416.
- 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. <https://doi.org/10.31004/abdidas.v2i2.282>
- Aldina, Hasmar, W., & Hadi, P. (2022). Penatalaksanaan Fisioterapi pada Gangguan Keseimbangan Dinamis dengan Balance Exercise dan Core Stability pada Lansia. *Seminar Kesehatan Nasional*, 1(1), 109–114.
- Anggarani, A. P. M., Rassa, A. N. F., & Saputra, A. K. (2025). Keseimbangan lansia yang tinggal di komunitas. *JURNAL NERS*, 9(2), 3242–3247.
- Anjasmara, B., Widanti, H. N., & Mulyadi, S. Y. (2021). *Kombinasi Calf Raise Exercise dan Core Stability Exercise Dapat Meningkatkan Keseimbangan Tubuh pada Mahasiswa Jurusan Fisioterapi Poltekkes Kemenkes Makassar*. 3(Juni), 46–52.
- Arnold, W. D., & Padilla Colón, C. J. (2020). Maintaining Muscle Function Across the Lifespan: The State of Science. *American Journal of Physical Medicine & Rehabilitation*, 99(12), 1171–1176. <https://doi.org/10.1097/PHM.0000000000001429>
- Bahriah, B., Sampeangin, H., & Bernadus, A. (2024). Hubungan Tingkat Kemandirian Dalam Aktivitas Sehari-Hari Dengan Resiko Jatuh Pada Lansia Di Pusat Pelayanan Sosial Lanjut Usia Mappakasunggu Kota Parepare. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 18(4), 40–45. <https://jurnal.stikesnh.ac.id/index.php/jikd/article/view/1536>
- Del Vecchio, A., Casolo, A., Negro, F., Scorcelletti, M., Bazzucchi, I., Enoka, R., Felici, F., & Farina, D. (2019). The increase in muscle force after 4 weeks of strength training is mediated by adaptations in motor unit recruitment and rate coding. *The Journal of Physiology*, 597(7), 1873–1887. <https://doi.org/10.1113/JP277250>
- Dessy, V. A., Harmayetty, & Widyawati, I. Y. (2020). PENILAIAN RISIKO JATUH LANJUT USIA (LANSIA) MENGGUNAKAN PENDEKATAN HENDRICH FALLS SCALE DAN MORSE FALLS SCALE (Elderly Fall Risk Assessment (Elderly) Scale Using Hendrich Falls Fall and Morse Scale). *Jurnal Ners*, 8(1), 107–117.

<https://media.neliti.com/media/publications/116207-ID-elderly-fall-risk-assessment-elderly-sca.pdf>

- Dinda Pristy Gustiyan, & Sutantri Sutantri. (2023). Penerapan Otago Exercise Untuk Mengurangi Resiko Jatuh Pada Lansia : Studi Kasus. *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 3(2), 01–14. <https://doi.org/10.55606/jrik.v3i2.1703>
- El-Tallawy, S. N., Nalamasu, R., Salem, G. I., LeQuang, J. A. K., Pergolizzi, J. V, & Christo, P. J. (2021). Management of Musculoskeletal Pain: An Update with Emphasis on Chronic Musculoskeletal Pain. *Pain and Therapy*, 10(1), 181–209. <https://doi.org/10.1007/s40122-021-00235-2>
- Ewys, C. bebbby, Kiswanto, K., Yunita, J., Mitra, M., & Zaman, K. (2021). Factors Associated with Active Aging at Payung Sekaki Health Center Pekanbaru City. *Jurnal Kesehatan Komunitas*, 7(2), 208–213. <https://doi.org/10.25311/keskom.vol7.iss2.927>
- Fauziah, E., Zulfah, K., & Oktaviani, Y. E. (2022). Penatalaksanaan Fisioterapi untuk Meningkatkan Keseimbangan Dinamis Lansia dengan Teknik Core Stability Exercise dan Tandem Walking Exercise. *Fisiomu*, 3(1), 16–22.
- Gemini, S., Dharma, F., & Wirakusuma, made tantra. (2024). *PENERAPAN ANKLE STRATEGY EXERCISE DENGAN MASALAH KEPERAWATAN RESIKO JATUH PADA KLIEN LANJUT USIA*. 1(2), 88–96.
- Graff, K., Szczerbik, E., Kalinowska, M., Kaczmarczyk, K., Stępień, A., & Syczewska, M. (2022). Using the TUG Test for the Functional Assessment of Patients with Selected Disorders. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(8). <https://doi.org/10.3390/ijerph19084602>
- Hadi Endaryanto, A., Hermawan, C., Fisioterapi Fakultas Ilmu Kesehatan ITSK Soepraoen Malang -Jl S Supriadi No, P. R., Sukun, K., Malang, K., & Timur Indonesia, J. (2023). Ankle strategy exercise dapat meningkatkan keseimbangan dinamis lansia di kelurahan Menteng kecamatan Jekan Raya kota Palangka Raya Nurul Halimah. *Jurnal Sport Science*, 13(2), 57–64. <https://doi.org/10.17977/um057v13i2p57-64>
- Halmágyi, G. M., & Curthoys, I. S. (2021). Vestibular contributions to the Romberg test: Testing semicircular canal and otolith function. *European Journal of Neurology*, 28(9), 3211–3219. <https://doi.org/10.1111/ene.14942>
- Heppy, F. (2024). Pencegahan Jatuh dan Instabilitas pada Kelompok Lanjut Usia : Sebuah Studi Literatur. *Scientific Journal*, 3(4), 263–276.
- Iskandar, Sartika, D., & Nuzula, A. (2025). Efektivitas Otago Exercise dan Ankle Exercise terhadap Penurunan Risiko Jatuh pada Lansia. *Jurnal Keperawatan Cikini*, 6(1), 30–38.
- 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.

- Juwita, C. P., Manik, J., & Saputra, L. D. (2023). Edukasi latihan Fisik Meningkatkan Keseimbangan Pada Lansia. *Jurnal ComunitÃ Servizio*, 5(2), 1333–1339.
- Kemenkes. (2022). *Info Datin 2022*.
- Kusnul, Z., & Atmojo, D. S. (2024). Upaya modifikasi lingkungan yang aman untuk mencegah resiko jatuh pada lansia di panti sosial tresna werda jombang di pare. *Jurnal Abdimas Pamenang - JAP*, 2(2), 160–165.
- Listyarini, A. D., & Alvita, G. W. (2020). Pengaruh Balance Exercise Terhadap Keseimbangan Tubuh Lansia di Desa Singocandi Kabupaten Kudus. *JIKO (Jurnal Ilmiah Keperawatan Orthopedi)*, 2(2), 31–38.
- Luhung, M., & Anugrahati, W. W. (2020). Analisis manajemen aging process problem dengan pendekatan model preceed procede. *Jurnal Keperawatan Malang*, 5(1), 31–37. <http://jurnal.stikespantiwaluya.ac.id/>
- Miftah, A. F., & Lubis, Z. I. (2023). *Penyuluhan dan pendampingan latihan keseimbangan pada lanjut usia di komunitas lansia Kelurahan Penaraga Kota Bima*. 3, 14–20.
- Moh Hanafi, Pramono Giri Kriswoyo, & Sigit Priyanto. (2022). Description of Knowledge and Attitude of Elderly Companion After Receiving Training on Elderly Health Care. *Jurnal Kesehatan*, 11(1), 65–73. <https://doi.org/10.46815/jk.v11i1.71>
- Muchsin, W. (2023). Pengaruh Psikologis dan Biologis Terhadap Tingkat Stres Pada Lansia Yang Tidak Tinggal Serumah Dengan Keluarga. *Jurnal Salam Sehat Masyarakat (JSSM)*, 4(2), 22–28.
- Mujiadi, & Rachmah, S. (2022). Buku Ajar Keperawatan Gerontik batasan usia lanjut. In *STIKes Majapahit Mojokerto*.
- Murtiyani, N., & Suidah, H. (2020). PENGARUH PEMBERIAN INTERVENSI 12 BALANCE EXERCISE TERHADAP. *Jurnal Keperawatan*, 12(1), 42–52.
- Nofita, Wahyuningsih, T., Evi Vilianti, & Astuti, R. (2024). Penerapan Latihan Keseimbangan Dalam Menurunkan Risiko Jatuh Pada Lansia. *Jurnal Kesehatan Budi Luhur: Jurnal Ilmu-Ilmu Kesehatan Masyarakat, Keperawatan, Dan Kebidanan*, 17(1), 1–9. <https://doi.org/10.62817/jkbl.v17i1.292>
- Noorratri, E. D., Mei Leni, A. S., & Kardi, I. S. (2020). Deteksi Dini Resiko Jatuh Pada Lansia Di Posyandu Lansia Ketingan, Kecamatan Jebres, Surakarta. *GEMASSIKA: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 4(2), 128. <https://doi.org/10.30787/gemassika.v4i2.636>
- Nugraha, I. G. B., Darmawijaya, I., & Vitalistyawati, L. P. A. (2022). Pengaruh Pemberian Ankle Strategy Exercise Terhadap Keseimbangan Dinamis Pada

- Lansia Di Banjar Baruan Desa Tampaksiring. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 2(4), 1993–1998.
- Nugraha, P. A., Wahyudi, A. T., & Vitalistyawati, L. P. A. (2022). PEMBERIAN BALANCE TRAINING DAPAT MENINGKATKAN KESEIMBANGAN DINAMIS LANISA DI BANJAR PENENG, DESA MEKARSARI, TABANAN. *Journal of Innovation Research and Knowledge*, 2(5), 2375–2384.
- Nur Kholiq, D. (2020). *PENGARUH LATIHAN BALANCE EXERCISE MENGGUNAKAN ANGKLE AND HIP STRATEGY TERHADAP KESEIMBANGAN TUBUH LANSIA DI UPTD PSTW NIRWANA PURI SAMARINDA*.
- Ortega-Bastidas, P., Gómez, B., Aqueveque, P., Luarte-Martínez, S., & Cano-de-la-Cuerda, R. (2023). Instrumented Timed Up and Go Test (iTUG)-More Than Assessing Time to Predict Falls: A Systematic Review. *Sensors (Basel, Switzerland)*, 23(7). <https://doi.org/10.3390/s23073426>
- Paende, E. (2020). Pelayanan Terhadap Jemaat Lanjut Usia Sebagai Pengembangan Pelayanan Kategorial. *Missio Ecclesiae*, 8(2), 93–115. <https://doi.org/10.52157/me.v8i2.99>
- Palupi, B. S., & Sinaga, M. R. E. (2024). Hubungan status kesehatan fisik dengan kualitas hidup lansia di Kabupaten Gunung Kidul Yogyakarta. *Prosiding STIKES Bethesda Conference*, 4, 71–85. <https://jurnal.stikesbethesda.ac.id/index.php/p/article/view/552/380>
- Pashmdarfard, M., & Azad, A. (2020). Assessment tools to evaluate Activities of Daily Living (ADL) and Instrumental Activities of Daily Living (IADL) in older adults: A systematic review. *Medical Journal of the Islamic Republic of Iran*, 34, 33. <https://doi.org/10.34171/mjiri.34.33>
- Permana, B., Supriatin, E., Nurhayati, N., & Lindayani, L. (2022). EFEKTIVITAS ANKLE STRATEGY EXERCISE TERHADAP KESEIMBANGAN POSTURAL PADA LANSIA DENGAN RESIKO JATUH : LITERATURE REVIEW The Effectiveness of Ankle Strategy Exercise on Postural Balance in the Elderly with Risk of Fall : A Literature Review Bhakti Permana ., *Jurnal Ilmiah Keperawatan (Scientific Journal of Nursing)*, 8(1), 122–130.
- PPNI, T. P. S. D. (2018a). *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan*. DPP PPNI.
- PPNI, T. P. S. D. (2018b). *Standar Luaran Keperawatan Indonesia*.
- Puhwanto, Yudistira Dimas., Fransisca Xavera Hargiani., Amin Zakaria., Y. D. F. (2023). Pengaruh Ankle Strategy Exercise Terhadap Tingkat Risiko Jatuh Pada Komunitas Lansia Di Kelurahan Jagir RW 1 Kecamatan Wonokromo. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah Bengkulu*, 8(1), 51.
- Putri, D. R. (2020). Perubahan Kepribadian Pada Masa Usia Lanjut. *Jurnal Talenta*

- Psikologi*, 11(2), 49–57.
<https://www.jurnal.usahidsolo.ac.id/index.php/JTL/article/view/1083>
- Raudhoh, S., & Pramudiani, D. (2021). Lansia Asik, Lansia Aktif, Lansia Poduktif. *Medical Dedication (Medic) : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat FKIK UNJA*, 4(1), 126–130. <https://doi.org/10.22437/medicaldedication.v4i1.13458>
- Rivera-Chávez, J. G., Torres-Gutiérrez, J. L., Regalado-Villalobos, A., Moreno-Cervantes, C. A., & Luna-Torres, S. (2021). Association between falls and cardiovascular diseases in the geriatric population. *Archivos de Cardiologia de Mexico*, 91(1), 66–72. <https://doi.org/10.24875/ACM.20000024>
- Rohima, V., Rusdi, I., & Karota, E. (2020). Faktor Resiko Jatuh pada Lansia di Unit Pelayanan Primer Puskesmas Medan Johor. *Jurnal Persatuan Perawat Nasional Indonesia (JPPNI)*, 4(2), 108. <https://doi.org/10.32419/jppni.v4i2.184>
- Saat, S., & Mania, S. (2020). *Pengantar metodologi penelitian* (Muzakkir (ed.)). PUSAKA ALMAIDA.
- Singal, C. P., Jaata, J., Effendy, E., & Amir, S. (2022). *Hubungan Activity Of Daily Living (ADL) Dengan Keseimbangan Tubuh Pada Lansia Diposyandu Lansia*. 5, 16–22.
- Sudiartawan, W., Eva Yanti, N. L. P., & Taruma Wijaya, A. A. N. (2017). Analisis Faktor Risiko Penyebab Jatuh Pada Lanjut Usia. *Jurnal Ners Widya Husada*, 4(3), 95–102. <https://journal.uwhs.ac.id/index.php/jners/article/view/322/327>
- Ting, K.-C., Lin, Y.-C., Chan, C.-T., Tu, T.-Y., Shih, C.-C., Liu, K.-C., & Tsao, Y. (2024). Inertial Measurement Unit-Based Romberg Test for Assessing Adults With Vestibular Hypofunction. *IEEE Journal of Translational Engineering in Health and Medicine*, 12, 245–255. <https://doi.org/10.1109/JTEHM.2023.3334238>
- Ulfatun Hasanah, H.Nur Hamim, & Shinta Wahyusari. (2023). Efektifitas Otago Exercise Dan Ankle Exercise Terhadap Penurunan Resiko Jatuh Pada Lansia. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(2), 205–214. <https://doi.org/10.55606/jurrikes.v2i2.1755>
- Wahyu Nur'Aini, S., Rahmanto, S., & Elsa Sucahyo, E. (2023). *Deteksi Dini Gangguan Keseimbangan Dengan TUG Pada Lansia Di Posyandu Mayangsari Kota Malang*. 4(4), 4357–4362. <https://doi.org/10.55338>
- Wardhani, R. R., & Nisa, S. K. (2023). Pengaruh Pemberian Dynamic Neuromuscular Stabilization untuk Meningkatkan Keseimbangan pada Lansia ; Narrative Review. *Fisiomu*, 4(1), 41–50.
- Widarti, R., & Fatarudin, R. (2018). Manfaat Ankle Strategy Exercise Terhadap Keseimbangan Statis Pada Lansia di Posyandu Lansia Ngudi Waras Dusun Bugel Sukoharjo. *The 7th University Research Colloquium 2018 STIKES PKU Muhammadiyah Surakarta*, 2012, 392–399.

- Widodo, S., Ladyani, F., Asrianto, la ode, Rusdi, Khairunnisa, Lestari, sri maria puji, Devriany, A., Wijayanti, dian rachma, Dalfian, Nurcahyati, S., Sjahriani, T., Armi, Widya, N., & Rogayah. (2022). Buku Ajar Metode Penelitian. In *Buku Ajar Metode Penelitian Bisnis* (Vol. 3, Issue 3).
- Widowati, D. T., Nugraha, S., & Adawiyah, A. R. (2022). Hubungan Faktor Risiko Lingkungan Rumah Dengan Kejadian Jatuh Pada Lansia di Kota Bandung Tahun 2022. *Jurnal Untuk Masyarakat Sehat (JUKMAS)*, 6(2), 168–176. <https://doi.org/10.52643/jukmas.v6i2.2472>
- Wulandari, S. R., Winarsih, W., & Istichomah, I. (2023). Peningkatan Derajat Kesehatan Lansia Melalui Penyuluhan Dan Pemeriksaan Kesehatan Lansia Di Dusun Mrisi Yogyakarta. *Pengabdian Masyarakat Cendekia (PMC)*, 2(2), 58–61. <https://doi.org/10.55426/pmc.v2i2.258>
- Xia, Q., Zhou, P., Li, X., Li, X., Zhang, L., Fan, X., Zhao, Z., Jiang, Y., & Zhu, J. (2023). *Factors associated with balance impairments in the community-dwelling elderly in urban China*. 1–18.
- Xie, L., & Cho, S. (2023). Ankle strategies for step-aside movement during quiet standing. *PloS One*, 18(3), e0281400. <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0281400>
- Yaslina, Maidaliza, & Srimutia, R. (2021). Aspek Fisik dan Psikososial terhadap Status Fungsional pada Lansia. *Prosiding Seminar Kesehatan Perintis*, 4(2), 68–73.