

DAFTAR PUSTAKA

- Anggraeni, D.M & Saryono. 2013. *Metodologi Penelitian Kualitatif dan Kuantitatif dalam Bidang Kesehatan*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Arikunto, Suharsimi. 2013. *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik Edisi Revisi 5*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Asmadi. 2008. *Konsep dan Aplikasi Kebutuhan Dasar Klien*. Jakarta: Salemba Medika.
- Azizah, Lilik M. 2011. *Keperawatan Lanjut Usia*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Budiarti, Ritma. 2010. *Faktor-faktor Succesfully Aging Lansia*. Malang: Universitas Muhammadiyah Malang.
- Buthcer Howard K, et al. 2015. *Nursing Interventions Classification (NIC) Edisi keenam Bahasa Indonesia by Nurjannah Intansari & Roxsana Devi Tumanggor*. Yogyakarta: Mocomedia.
- Efendi & Mahfudi. 2009. *Mengenal Usia Lanjut*. Jakarta : Salemba Medika
- Embun. 2012. *Penelitian Kepustakaan (Library Research)*.
<https://www.banjirembun.com/2012/04/penelitian-kepustakaan.html?=1>
diakses pada 29 Mei 2020 pukul 09.20 WIB
- Fatkhurroji, Farid, dkk. 2016. *Hubungan Senam Lansia Dengan Kualitas Tidur Lansia Di Posyandu Lestari Lansia Kelurahan Mojorejo Kecamatan Taman Kabupaten Madiun*.
- Herdman. T. Heather dan Shigemi Kamitsuru. 2017. *Nanda Internasional Inc. Diagnosis Keperawatan Definisi & Klasifikasi edisi 10*. Jakarta: Buku Kedokteran ECG.
- Heriana, Pelapina. 2014. *Buku Ajar Kebutuhan Dasar Manusia*. Tangerang selatan : Binarupa aksara.
- Herman, Ade. 2011. *Buku Ajar Keperawatan*. Jakarta : Nuha Medika.

- Hermanus MZ., Arwam. 2015. *Riset kesehatan*. Yogyakarta: Ombak.
- Hidayat, A. Aziz Alimul dan Musrifatul Uliyah. 2014. *Pengantar Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta : Salemba medika.
- Hidayat, Aldhi. 2017. *Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kualitas Hidup Lansia Di Posyandu Desa Selokerto Kecamatan Sempor Kabupaten Kebumen*.
- Involata Dehe, Stela., Adisti A. Rumayar, dan Febi K. Kolibu. 2016. *Jurnal Ilmiah Farmasi – UNSRAT Vol. 5 No. 4*.
- Islamiyah, Nurhaedar Jafar, Veny Hadju. 2013. *Gaya Hidup, Status Gizi Dan Kualitas Hidup Manusia Lanjut Usia Yang Masih Bekerja Di Rumah Sakit Stella Maris Makassar*.
- Kartika, Zulfiana. 2019. *KTI Asuhan Keperawatan Pada Pasien Lansia Post Cva Dengan Masalah Keperawatan Hambatan Mobilitas Fisik Di Panti Sosial Tresna Werdha Magetan*. Ponorogo: Universitas Muhammadiyah Ponorogo.
- Kemenkes. 2013. *Gambaran Kesehatan lanjut Usia di Indonesia*. www.depkes.go.id diakses pada 19 November 2019 pukul 14.50 WIB
- Kurnia Wijaya, Nurlita. 2019. Skripsi “*Hubungan Karakteristik Individu, Aktivitas Fisik, dan Gaya Hidup dengan Tingkat Kebugaran Fisik Pada Lansia*”. Surabaya: Universitas Airlangga.
- Kushariyadi. 2009. *Asuhan Keperawatan pada Klien Lanjut Usia*. Jakarta. Salemba Medika.
- Lembaga Kesehatan Nasional, 2011 dalam Rahmi & Alifah *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia* 2(1) : 38-43.
- Mamik. 2015. *Metodologi Kualitatif*. Sidoarjo: Zifatama Publisher
- Mardius, Ali., dan Yuni Astuti. 2017. Pengaruh Senam Lansia Terhadap Kebugaran Jasmani Warga Perumahan Pondok Pinang Kelurahan Lubuk Buaya Kecamatan Koto Tengah Kota Padang. *Jurnal of Education Research and Evaluation*. Vol.1 (3) pp. 147-152
- Maryam, R. Siti, dkk. 2008. *Mengenal Usia Lanjut dan perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.

- ML, Sbardelotto, et all. 2020. Improvement in muscular strength and aerobic capacities in elderly people occurs independently of physical training type or exercise model. *Klinik*. 2019; 74: e833 https://www.scielo.br/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1807-59322019000100243 diakses pada 29 Mei 2020 pukul 15.20 WIB.
- Muhith, Abdul., dan Sandu Siyoto. 2016. *Pendidikan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: CV ANDI OFFSET (penerbit ANDI).
- M. Wilkinson. 2016. *Diagnosa Keperawatan Edisi 10*. Jakarta: ECG.
- Nugraheni, Sri Wahyu N. 2013. *Faktor-faktor yang berhubungan dengan tingkat kebugaran jasmani pada lansia di panti Werda dharma bhakti*. Surakarta: Jurnal Infokes. 3 (1) : 34
- Nugroho, Wahjudi. 2008. *Keperawatan Gerontik dan Geriatrik*. Jakarta: Fakultas Kedokteran EGC Edisi 3.
- Nuraeni, Riri, dkk. 2019. Pengaruh Senam Lansia Terhadap Tingkat Kebugaran Fisik pada Lansia berdasar atas Uji Jalan 6 Menit. *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains (JKS)*. <https://www.ejournalwiraraja.com/index.php/FIK/article/view/933> diakses pada 12 Mei 2020 pukul 14.35 WIB.
- Nursalam. 2008. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Buku Kedokteran EGC.
- Rosidawati, dkk. 2008. *Mengenal Usia Lanjut dan Perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.
- Rhosma Dewi, Sofia. 2014. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta: Deepublish.
- Panji, Dewi. 2012. *Menembus dunia lansia*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo.
- Perry & Potter. 2010. *Buku ajar fundal mental keperawatan konsep, proses dan praktik. Edisi 4 volume 1*. Jakarta : EGC.
- Tim Pokja SIKI DPP PPNI. 2017. *Standar Diagnosa Keperawatan Indonesia. Definisi dan Indikator Diagnostik*, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- Tim Pokja SDKI DPP PPNI. 2018. *Standar Intervensi Keperawatan Indonesia. Definisi dan Tindakan Keperawatan*, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.

- Tim Pokja SLKI DPP PPNI. 2018. *Standar Luaran Keperawatan Indonesia. Definisi dan Kriteria Hasil Keperawatan*, Edisi 1. Jakarta: DPP PPNI.
- Saelan, dkk. 2020. Efek Senam Lanjut Usia Terhadap Peningkatan Aktivitas Fisik Lanjut Usia Di Dusun Bonorejo Kelurahan Plesungan. *Wiraraja Medika: Jurnal Kesehatan*.
<https://www.ejournalwiraraja.com/index.php/FIK/article/view/933>
diakses pada 15 Mei 2020 pukul 10.20 WIB
- Saleha, Ainun dkk. 2016. *Pengaruh Senam Bugar Lansia Terhadap Keseimbangan Postural Pada Lansia Di Panti Karang Werda Keramat Jaya Kecamatan Sumber Sari Kabupaten Jember*.
- Setiadi, 2012. *Konsep & Penulisan Dokumentasi Asuhan Keperawatan Teori dan Praktik*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- Setiawan, Herman Adi. 2009. *Kemandirian pada Lansia. Tugas Keperawatan Gerontik*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kepanjen.
- Sunaryo, dkk. 2016. *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Yogyakarta. Perpustakaan Nasional
- Thamer, S & Noorkasiani. 2009. *Kesehatan Usia Lanjut dengan Pendekatan Asuhan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Tarwoto & Wartonah. 2010. *Kebutuhan Dasar Manusia dan Proses Keperawatan*. Edisi Ke-3. Jakarta: Salemba Medika.
- Vincent HK, Raiser SN, Vincent KR. Sistem muskuloskeletal yang menua dan pertimbangan terkait obesitas dengan olahraga. *Aging Res Rev.* 2012; 11 (3): 361-73, <https://doi.org/10.1016/j.arr.2012.03.002>.
- Wahyuni, Nurul Sri. 2016. *Dokumentasi Keperawatan*. Ponorogo : UNMUH Ponorogo Press.
- Widianti, A.T., dan Proverawati, A. 2010. *Senam dan Kesehatan*. Yogyakarta: Kuha Medika.
- Yurintika et al. 2015. Pengaruh senam lansia terhadap kualitas tidur pada lansia yang insomnia. *Jom vol 2 no.2, oktober 2015*.