

## DAFTAR PUSTAKA

1. Effendi F. Keperawatan Kesehatan Komunitas: Teori dan Praktek dalam Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika; 2009.
2. Tandra H. Osteoporosis. Jakarta: PT Gramedia Pustaka Utama; 2009.
3. Maesaroh S, Fauziah AN. Efektifitas Pengetahuan Dalam Upaya Pencegahan Osteoporosis pada Wanita Usia 45-60 Tahun. *J Kebidanan Indones.* 2020;11(2):127–36.
4. Bella AK, Polli H, Wungouw HIS. Pengaruh Latihan Resisten Terhadap Kepadatan Tulang. 2021;9(2):229–39.
5. NE L. Lebih Lengkap tentang Osteoporosis Edisi ke-2. 2nd ed. Jakarta: PT Raja Grafindo Persada; 2003.
6. Hoeger H and. Lifetime Physical Fitness and Wellness. 5th ed. USA: Thomson Wadsworth; 2005.
7. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Data dan Kondisi Penyakit OSTEOPOROSIS di Indonesia (InfoDATIN). Jakarta; 2015.
8. Berawi KN, Dzulfiqar. Soft Drink Consumption and Its Effect on Increase Risk of Osteoporosis. *Majority.* 2017;6(2):21–5.
9. Suandi ASI, Sidiartha IGL, Bikin WS. Pencegahan Osteoporosis dengan Suplementasi Kalsium dan Vitamin D pada Penggunaan Kortikosteroid Jangka Panjang. *Sari Pediatr.* 2010;11(1).
10. Hidayah N, Kholidah D, Mustafa A. Edukasi Gizi Dengan Media Booklet Terhadap Tingkat Pengetahuan, Asupan Kalsium Dan Aktivitas Fisik Untuk Mencegah Osteoporosis Pada Lansia. *J Pendidik Kesehat.* 2019;8(1):79–92.

11. Suhardjo. Berbagai Cara Pendidikan Gizi. Jakarta: Bumi Aksara; 2003.
12. Yuliana. Corona virus diseases (COVID-19): Sebuah tinjauan literatur. Wellness Heal Mag. 2020;2(1):187–92.
13. Worldometers. Covid-19 Coronavirus Pandemic. 2021.
14. Wibisono BK. Efektifitas Penggunaan Grup Sosial Media Whatsapp sebagai Media Edukasi Penanganan Pertama Cedera Muskuloskeletal pada Pelatih Sepakbola. Universitas Negeri Yogyakarta; 2017.
15. Yudhianto. Penggunaan Whatsapp Kian Mencengangkan. DetikInet. 2017. p. 1.
16. Padang BPSK. Kecamatan Koto Tangah dalam Angka 2020. Padang: BPS Kota Padang; 2020.
17. Padang DKK. Profil Kesehatan Tahun 2019. Padang: Dinas Kesehatan Kota Padang; 2020.
18. Sanusi R. Identifikasi Gaya Hidup Pra-Lansia Etnis Tionghoa dalam Menjaga Kesehatan dan Kebugaran. Kaji Ilm Probl Kesehat. 2020;5(2).
19. Kanis JA. Osteoporosis III: Diagnosis of osteoporosis and assessment of fracture risk. Vol. 359, Lancet. Elsevier Limited; 2002. p. 1929–36.
20. National Osteoporosis Foundation. America's bone health: The state of osteoporosis and low bone mass in our nation. Washington, DC: National Osteoporosis Foundation; 2002.
21. Misnadiarly. Osteoporosis. Jakarta: Akademia Permata; 2013.
22. Humaryanto H. Deteksi Dini Osteoporosis Pasca Menopause. Jambi Med J "Jurnal Kedokt dan Kesehatan." 2017;
23. Ethel S. Clinician's Guide to Prevention and Treatment of Osteoporosis.

- National Osteoporosis Foundation; 2008. 4–5 p.
24. Raisz LG. Pathogenesis of Osteoporosis: Concepts, Conflicts, and Prospects. *J Clin Invest.* 2005;115(12).
  25. Lindsay R CFOIFA dkk. *Harrison's Principle of Internal Medicine.* USA: Mc Grow-Hill; 2008.
  26. Laswati H. *Ancaman Osteoporosis pada Kaum Laki-Laki Mengenal Patofisiologi dan Penanganannya.* Sidoarjo: Zifatama Publisher; 2016.
  27. Shanty M. *Silent Killer Disease Penyakit yang Diam-diam Mematikan.* Jogjakarta: Javalitera; 2011.
  28. Tjahyadi V. *Mengenal, Mencegah, dan Mengatasi Silent Killer, Osteoporosis.* Semarang: Pustaka Widyamara; 2009.
  29. Tandra H. *Osteoporosis, Mengenal, Mengatasi, dan Mencegah Tulang Keropos.* Jakarta: Gramedia Pustaka Utama; 2009.
  30. Javier. *Kupas Tuntas Osteoporosis, Pengenalan Pendekatan Pencegahan dan Pengobatan.* Jogjakarta; 2010. 23–24 p.
  31. Cosman F. *Osteoporosis.* Jogjakarta: Bentang Pustaka; 2009.
  32. Junaidi I. *Osteoporosis Pengenalan Pencegahan Serta Pengobatan Penyakit Osteoporosis dan Penyakit Tulang Lain yang Mirip.* Jakarta: PT Bhuna Ilmu Populer; 2009. 7–9 p.
  33. Gueldner, Sarah H. et al. *Osteoporosis, Clinical Guideline for Pervention, Diagnosis, and Management.* New York: Springer Publishing COmpany; 2008.
  34. Marcus R. *Agents Affecting and Bone turnover.* New York: Mc Grow-Hill Medical Publishing Division; 2001.

35. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Apa saja manfaat aktivitas fisik 30 menit setiap hari? [Internet]. 2019. Available from: <http://p2ptm.kemkes.go.id/infographic/apa-saja-manfaat-aktivitas-fisik-30-menit-setiap-hari>
36. S.S GJ. and G. Advanced Nutrition and Human Metabolism. United State: Wadsworth Thomson Learning; 2000. 526-53 1 p.
37. Martono D&. Buku Ajar Geriatri (Ilmu Kesehatan Lanjut Usia). Jakarta: Balai Penerbit FKUI; 2006.
38. Setiyoargo A, Sigit N, Maxelly R one. Underweight Sebagai Faktor Resiko Osteoporosis pada Lansia. 2021;11.
39. Supartono B, Wardhani S, Kusumaningsih P. Skrining Osteoporosis dengan Ultrasonografi Kalkaneus Sebagai Upaya Pencegahan Patah Tulang pada Usia Lanjut. Pengabdian dan Pemberdayaan Masyarakat. 2021;2(1):45–57.
40. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta; 2014.
41. Setiani DY, Warsini. Efektivitas Promosi Kesehatan Menggunakan Media Video dan Leaflet Terhadap Tingkat Pengetahuan Tentang Pencegahan Osteoporosis. 2020;
42. Komalasari T, Permatasari TAE, Supriyatna N. Pengaruh Edukasi dengan Metode Peer Group terhadap Perubahan Pengetahuan, Sikap dan Tekanan Darah pada Lansia di UPTD Puskesmas Sukahaji Kabupaten Majalengka. J Ilm Indones. 2020;5(5).
43. Sabilla M, Mustakim, Sukma F, Ariasih RA, Efendi R, Febrianti T.

Community Services in Pandemic Situation : Preparing Quality of Life in Middle Age Group Through Social Media Education “Kulwap” (Kuliah Whatsapp). 4th Int Conf Heal Sci. 2020;

44. Ratnaeni, Bukhari A, Hidayanty H, Daud NA, Bahar B, Mastuti NLPH. Pengaruh Edukasi Media Whatsapp Tentang Gizi Laktasi, Involusi Uteri, Dan Lochea Terhadap Pengetahuan, Sikap Dan Perilaku Ibu Nifas. J Ilm Kebidanan. 2021;8(1):20–33.
45. Notoadmojo S. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: PT Rineka Cipta; 2002.
46. Sudjana. Penelitian dan Penilaian Pendidikan. Bandung: Sinar Baru Algesindo; 2006.
47. Notoadmojo S. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. Jakarta: PT Rineka Cipta; 2012.
48. Nursalam. Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika; 2008.
49. Arifin SB. Psikologi Sosial. Bandung: CV PUSTAKA SETIA; 2015.
50. Azwar S. Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya. 2nd ed. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset; 2007.
51. Ngalm P. Psikologi Pendidikan. Bandung: Remaja Rosdakarya; 2014. 141 p.
52. Khalid A. Promosi Kesehatan dengan Pendekatan Teori Perilaku, Media dan Aplikasi. Jakarta: Rajawali Pers; 2014.
53. Murti B. Epidemiologic Methods Research Methodology. Jakarta: Gajah Mada University Press; 2003.

54. Safitri M. Hubungan tingkat pengetahuan ibu dengan pemberian makanan pendamping ASI (MP-ASI) dini pada bayi usia 0-6 bulan di BPM bidan rintar kabupaten bogor tahun 2019. 2019;
55. Wardhani DA, Nissa C, Setyaningrum YI. Peningkatan Pengetahuan Remaja Putri Melalui Edukasi Gizi Menggunakan Media Whatsapp Group. J Gizi. 2021;
56. Wuri M. Edukasi Gizi Konsumsi Makanan dan Aktivitas Fisik Melalui Media Video terhadap Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Mahasiswa Obesitas di Poltekkes Kemenkes. 2019;

