

## DAFTAR PUSTAKA

1. Sunarti S, Ratnawati R, Nugrahenny D, Mattalitti GNM, Ramadhan R, Budianto R, dkk. Prinsip dasar kesehatan lanjut usia (Geriatric). Universitas Brawijaya Press; 2019.
2. Coresa T. Tinjauan Pustaka Proses Penuaan. 2015:1–11.
3. RI Kesehatan. Situasi Lanjut Usia di Indonesia. Diterbitkan secara daring 2016:1.
4. Badan Pusat Statistik Kesehatan. Statistik Penduduk Usia Lanjut di Indonesia tahun 2021. Diterbitkan secara daring 2021.
5. Badan Pusat Statistik Sumatera Barat. Hasil Sensus Penduduk 2021 Provinsi Sumatera Barat. 2021.
6. Gaya LL. Pengaruh Aktivitas Olahraga, Kebiasaan Merokok, dan Frekuensi Duduk Statis dengan Kejadian Low Back Pain. *Jurnal Agromedicine*. 2015;2(2):186–9.
7. Putri DA. Status Psikososial Lansia Di Pstw Abiyoso Pakem Sleman Yogyakarta Tahun 2019. *Poltekkes Joga*. 2019;53(9):89–99.
8. Sudiana IK. Peran Kebugaran Jasmani Bagi Tubuh. Dalam: Seminar Nasional FMIPA UNDIKSHA IV. 2014:389–98.
9. Sukamti RB, Zein MI. Profil Kebugaran Jasmani Dan Status Kesehatan Instruktur Senam Aerobik Di Yogyakarta. 2016;12(4):31–40.
10. Sinuraya JF, Barus JBNB. Tingkat Kebugaran Jasmani Mahasiswa Pendidikan Olahraga Tahun Akademik 2019/2020 Universitas Quality Berastagi. *Kinestetik*. 2020;4(1):23–32.
11. Riyanto P, Koten YC, Lahinda J. Senam Lansia Dalam Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Lansia. *Jurnal Pendidikan dan Kebudayaan (JURDIKBUD)*. 2022;2(3):314–9.
12. Setiati S. Geriatric Medicine, Sarkopenia, Frailty, dan Kualitas Hidup Pasien Usia Lanjut: Tantangan Masa Depan Pendidikan, Penelitian dan Pelayanan Kedokteran di Indonesia. *eJournal Kedokteran Indonesia*. 2014;1(3).
13. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Situasi dan Analisis Lanjut Usia Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan RI. 2014.

14. Najihah N, Ramli R. Senam Lansia Menurunkan Tekanan Darah pada Lansia Hipertensi. *Window of Health: Jurnal Kesehatan*. 2018;6–9.
15. Leni ASM, Noorratri ED, Kardi SI. Deteksi Dini Penyakit Pada Lansia Di Era Pandemic Covid-19. *Physio Journal*. 2021;1(10):32–42.
16. Garibyan L, Chiou AS, Elmariah SB. Advanced aging skin and itch: addressing an unmet need. *Dermatologic Therapy*. 2013;26(2):92–103.
17. Ambohamsah I, Darmita, Sia NL. Gambaran Fungsi Kognitif Pada Lanjut Usia. *Jurnal Akademi Keperawatan YPPP Wonomulyo*. 2018;22(1):1–12.
18. Lupa AM, Hariyanto T, Ardyani VM. Perbedaan Tingkat Keseimbangan Tubuh Antara Lansia Laki-Laki Dan Perempuan. *Nursing News*. 2017;2(1):54–61.
19. Qin J, Shi X, Xu J, Yuan S, Zheng B, Zhang E, et al. Characterization of the Genitourinary Microbiome of 1,165 Middle-Aged and Elderly Healthy Individuals. *Front Microbiol*. 2021 Aug 19, 10-12.
20. Patel R, McKinnon BJ. Hearing loss in the elderly. *Clin Geriatr Med*. 2018;34(2):163–74.
21. Adams T. Connecting falls to elder vision. *Optometry and Vision Science*. 2014;91:591–2.
22. Peng BG. Pathophysiology, diagnosis, and treatment of discogenic low back pain. *World Journal of Orthopedics*. 2013;4(2):42.
23. Yatmihatun S, Badri S, Wardoyo SH. Pengaruh Kombinasi Titik Lokal Dan YNSA Terhadap Penurunan Derajat Nyeri Pada Pasien Nyeri Pinggang (Low Back Pain). *Jurnal Keterampilan Fisik*. 2019 Nov;4(2):100–4.
24. Boas Y. Hubungan Risiko Ergonomi Faktor Manual Handling Berdasarkan Metode Niosh Lifting Equation Dengan Keluhan Subyektif Low Back Pain Dan Faktor Individu Pada Pembangunan Stasiun LRT Bekasi Timur Tahun 2019. 2019;4(1):22–23.
25. Tawang S. Karakteristik Penderita Low Back Pain Pada Buruh Angkut Barang Pelabuhan Malundung Kota Tarakan. 2013.
26. Rahmawati A. Risk Factor of Low Back Pain. *Jurnal Medika Utama*. 2021;3(1):2–6.

27. Pratiwi M, Setyaningsih Y, Kurniawan B, Martini. Beberapa faktor yang berpengaruh terhadap nyeri punggung bawah pada penjual jamu gendong. *Jurnal Promkes*. 2009.
28. Hoy D, Brooks P, Blyth F, Buchbinder R. The epidemiology of low back pain. *Best Practice & Research Clinical Rheumatology*. 2010;24:69-81.
29. NIOSH. Musculoskeletal disorders and workplace factors: a critical review of epidemiologic evidence for work-related musculoskeletal disorders of the neck, upper extremity, and low back. Centers for Disease Control and Prevention: NIOSH; 1997.
30. Yuliana. Low back pain. *Cermin Dunia Kedokteran*. 2011;38(4):273.
31. Tana L, Halim FXS. Determinan nyeri pinggang pada tenaga paramedik di beberapa rumah sakit di Jakarta. *J Indon Med Assoc*. 2011;61(4):155-160.
32. Saputra A. Sikap Kerja, Masa Kerja, dan Usia terhadap Keluhan Low Back Pain pada Pengrajin Batik. *Higeia Journal of Public Health Research and Development*. 2020;1(3):625-634.
33. Purnamasari. Overweight sebagai faktor risiko low back pain pada pasien poli saraf RSUD Prof. Dr. Margono Soekarjo Purwokerto. *Mandala of Health*. 2010;4.
34. Bilondatu F. Faktor Yang Berhubungan Dengan Keluhan Low Back Pain Pada Operator PT. Terminal Petikemas Makassar. *Universitas Hasanuddin Makassar*. 2018;13-15.
35. Sahara A, Satria AP. Pengaruh Terapi Bekam Basah Terhadap Muskuloskeletal Disorders Di Bagian Punggung Bawah Pada Pekerja Bangunan Di UMKT. *Borneo Student Research*. 2020;2(1).
36. Lakemeier S, et al. A Comparison of Intraarticular Lumbar Facet Joint Steroid Injections and Lumbar Facet Joint Radiofrequency Denervation in the Treatment of Low Back Pain: A Randomized, Controlled, Double-Blind Trial. *Anesthesia and Analgesia*. 2013;117(1):28-35.
37. Darmawan I. Upaya Meningkatkan Kebugaran Jasmani Siswa Melalui Penjas. *Jip*. 2017;7(2):43-54.
38. Afriwardi. *Ilmu Kedokteran Olahraga*. EGC. 2010.

39. Kurniadi DAE, Wahyudi U, Heynoek FP. Hubungan Kebiasaan Merokok Terhadap Tingkat Kesegaran Jasmani Peserta Ekstrakurikuler Futsal Putra. *Sport Science and Health*. 2019;1(2):26-31.
40. Utari R. Hubungan antara Tingkat Kebugaran Jasmani dengan Tekanan Darah Sistolik pada Mahasiswa Tingkat Akhir PSIK UMY. 2017.
41. Asri FKD. Pola Konsumsi Sayur dan Buah, Aktivitas Olahraga serta Tingkat Kebugaran Jasmani Siswa di SMP Negeri 3 Mengwi Kecamatan Mengwi Kabupaten Bandung. 2019.
42. Santika A. Pengukuran Komponen Biomotorik Mahasiswa Putra Semester V Kelas A Fakultas Pendidikan Olahraga dan Kesehatan IKIP PGRI Bali Tahun 2017. *Jurnal Pendidikan Kesehatan Rekreasi*. 2017;1:85-92.
43. Kementerian Kesehatan RI. Petunjuk Teknis Penggunaan Buku Kesehatan Lanjut Usia. 2017.
44. Shabarina NI. Penyuluhan Low Back Pain pada Komunitas Ibu-Ibu PKK di Dusun II Makam Haji, Kecamatan Kartasura, Kabupaten Sukoharjo, Surakarta. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*. 2022;1:100-105.
45. Purwantini D. Kebugaran Jasmani Pada Lanjut Usia. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*. 2021;4(2):19-25.
46. Bryantara OF. Factors That Are Associated to Physical Fitness (VO2 Max) of Football Athletes. *Jurnal Berkala Epidemiologi*. 2017.
47. Breivik H, Borchgrevink PC, Allen SM, Rosseland LA, Romundstad L, Hals EK, et al. Assessment of Pain. *British Journal of Anaesthesia*. 2008;101:17-24.
48. Handayani OF, Mistar J, Irwansyah D. Profil Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Lansia Di Puskesmas Alue Pineung Langsa Timur. 2021.
49. Rumlah S. Budaya Olahraga Di Masyarakat Sebagai Fenomena Sosial Terhadap Kesehatan Jiwa dan Kebugaran Jasmani Lansia. *Jurnal Pendidikan Sejarah & Sejarah*. 2022;2(1):94-100.
50. UTAMI TP, et al. Pengaruh Pijat Punggung Dengan Minyak Essensial Lemon Terhadap Nyeri Punggung Bawah pada Lansia. *Journal Center of Research Publication in Midwifery and Nursing*. 2020;4(1):29-34.

51. Hendrick P, Milosavljevic S, Hale L, Hurley DA, McDonough S, Ryan B, Baxter GD. The relationship between physical activity and low back pain outcomes: a systematic review of observational studies. *Eur Spine J.* 2011;20:464-74.
52. Segita R. Analisis faktor resiko terjadinya low back pain di rumah sakit kota bukitinggi. *Jurnal Endurance: Kajian Ilmiah Problema Kesehatan.* 2020;5(3):624-635.

