

DAFTAR PUSTAKA

1. Soares, A. P. Konsep Lansia dan Proses Menua. *J. Chem. Inf. Model.* 53, 1689–1699 (2013).
2. Kementrian Kesehatan RI Gambaran Struktur umur penduduk Indonesia 8–25 (2017).
3. Kusumo, M. P. Buku Lansia. 1–60 (2020).
4. Rahmiati, C. & Afrianti, N. The Effect Range of Motion (Rom) Exercise on Lower Extremities Joint Pain Level for Elderly at Gampong Tanjung Selamat Kec. Darussalam Kab. Aceh Besar. *Int. J. Med. Sci. Clin. Invent.* 5, 3473–3476 (2018).
5. Pranata, Lilik, Dheni Koerniawan, N. E. daeli. Efektifitas rom terhadap perubahan aktivitas lansia. *Pros. Semin. Nas. Disem. halis Penelit. Updat. Evidence-Based Pract. Cardiovasc. Nurs.* 41–43 (2019).
6. Ridha, M. R. & Putri, M. E. Pengaruh latihan Range Of Motion(ROM) aktif terhadap kekuatan otot ekstremitas bawah pada lansia dengan osteoarthritis di wilayah kerja puskesmas koni kota jambi. *J. Akad. Baiturrahim* 4, 45–52 (2015).
7. Kemenkes RI. Hasil Riset Kesehatan Dasar Tahun 2018. *Kementrian Kesehat. RI* 53, 1689–1699 (2018).
8. Mayssara A. Abo Hassanin Supervised, A. *Towar. a Media Hist. Doc.* 9–66 (2014).
9. Heiwer Matongka, Y., Astrid, M. & Priyo Hastono, S. Pengaruh Latihan Range of Motion Aktif Terhadap Nyeri Dan Rentang Gerak Sendi Lutut Pada Lansia Dengan Osteoarthritis Di Puskesmas Doda Sulawesi Tenga. *Media Publ. Promosi Kesehat. Indones.* 4, 30 (2021).
10. Adriani, A. & Sary, N. Pengaruh Latihan Range of Motion (ROM) Aktif Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Ekstremitas Bawah Lansia. *Real Nurs. J.* 2, 118 (2019).
11. Irandang, Rulban, Sudirman, S. & Yani, A. Gizi Lanjut Usia (Lansia). 9–21 (2019) doi:10.31227/osf.io/fc7vj.
12. Sarah, U. & Bambang, S. Pengaruh Latihan Range of Motion (Rom) Terhadap

Fleksibilitas Sendi Lutut Pada Lansia Di Panti Wreda Wening Wardoyo Ungaran. *Nurse Media J. Nurs.* 1, 72–78 (2010).

13. Raga, D. A., Widiani, E. & H, W. R. Nursing News Volume 2, Nomor 2, 2017 1. *Nurs. News (Meriden)*. 2, 801–810 (2017).
14. Duwi Kurnianto, P Menjaga Kesehatan DI Usia Lanjut. Vol.11 No.2, 19-30 (2015).
15. Sugiyo, D. & Caesaria, R. Umur dan Perubahan Kondisi Fisiologis Terhadap Kemandirian Lansia. *Muhammadiyah J. Nurs.* 21–27 (2015).
16. Rahmawati. R & Masyita. F Faktor Yang Mempengaruhi Fungsi Kognitif Pada Lansia. Vol. 1 No. 1, 22-33 (2020).
17. Andria. P & Fitri. M Resiliensi Pada Lansia. Vol.2 No. 1-8 (2020).
18. Hermawan, K. & Purwito, D. Hubungan Sosialisasi Kesepian Dengan Depresi Pada Lanjut Usia Di Forum Kesehatan Desa Karangtengah Kecamatan Baturraden. (2017).
19. Ester Elisabeth Pelaksanaan Program Pendampingan Lansia Di Panti Sosial Tersna Werdha Karitas Cimahi. Vol.1 No.1 April 2015
20. Ade Frizky Gambaran Kehilangan Dan Harapan Pada Lanjut Usia Di Posyandu Lansia Kelurahan Pasir Kidul Purwokerto Barat Tahun 2016 2016. 11–29 (2010).
21. Johansam, E. & Huwae, N. Efektifitas Latihan Range of Motion (Rom) Aktif Terhadap Peningkatan Rentang Gerak Sendi. 1–48 (2016).
22. Afrizal Permasalahan Yang Dialami Lansia Dalam Menyesuaikan Diri Terhadap Penguasaan Tugas-Tugas Perkembangannya. Vol.2 No.2, 91 (2018).
23. Aisyah, S. Manajemen Nyeri Pada Lansia Dengan Pendekatan Non Farmakologi. Vol.2 No.1, 179-182 (2017).
24. Nurbaya, S. *et al.* Pelatihan Range of Motion (ROM) pada Pasien Reumatoid Atritis di Desa Taraweang Kabupaten Pangkajene dan Kepulauan. *Indones. J. Community Dedication* 2, 54–58 (2020).
25. Taufandas, M., Rosa, E. M. & Afandi, M. Pengaruh Range Of Motion Untuk Menurunkan Nyeri Sendi Pada lansia Dengan Osteoartritis di Wilayah

- Puskesmas Godean I Sleman Yogyakarta. *Care J. Ilm. Ilmu Kesehat.* 6, 36 (2018).
26. Raharjo, Rahmawati dan Rahardjo, A. D. Wiraraja Medika : Jurnal Kesehatan. *Wiraraja Med. J. Kesehat.* 10, 1–9 (2020).
 27. M, R. & Fajri, J. Al. Pengaruh Range Of Motion Aktif terhadap Pemulihan Kekuatan Otot dan Sendi Pasien Post Op Fraktur Ekstremitas di Wilayah Kerja Puskemas Muara Kumpeh. *J. Akad. Baiturrahim Jambi* 10, 324 (2021).
 28. Adriani, A. & Sary, N. Pengaruh Latihan Range of Motion (ROM) Aktif Terhadap Peningkatan Kekuatan Otot Ekstremitas Bawah Lansia. *Real Nurs. J.* 2, (2019).
 29. Cahyaningrum, E. D. & musyabiroh, N. Gambaran Kekuatan Otot Pada Lansia Di Rojinhome Yoichi Kokuba Yonabaru Okinawa Jepang. *illmiah Kesehat. Keperawatan* 17, 77–85 (2021).
 30. Anggraini, Zulkarnain, Sulaimani & Gunawan, R. Pengaruh Rom (Range Of Motion) Terhadap Kekuatan Otot Ekstremitas Pada Pasien Stroke Non Hemoragic Effect Of Rom (Range of Motion) on The Strength of Muscle Extremity in Non-Hemoragic Stroke Patients Dosen Tetap Stikes Siti Hajar Medan Dosen Tetap Ins. *J. Ris. Hesti Medan* 3, 64–72 (2018).
 31. Efektivitas Frekuensi Pemberian Range Of Motion (ROM) Terhadap Kekuatan Otot Pada Pasien Stroke Di Instalasi Rawat Inap Rsud Prof, 2015. 13–42 (2013).
 32. Siti, H. & Lilik, P Efektivitas Range Of Motion (ROM) Aktif Terhadap Kekuatan Ekstremitas Atas Dan Bawah Pada Lansia. Vol.2 No.2 (2019).
 33. Basuki, L. *Penerapan Rom (Range of Motion) Pada Asuhan Keperawatan Pasien Stroke Dengan Gangguan Mobilitas Fisik Di Rsud Wates Kulon Progo.* (2018).
 34. Johansam, E. & Huwae, N. Efektifitas Latihan Range of Motion (Rom) Aktif Terhadap Peningkatan Rentang Gerak Sendi. 1–48 (2016).
 35. Ridha, M. R. & Putri, M. E. Pengaruh latihan Range Of Motion(ROM) aktif terhadap kekuatan otot ekstremitas bawah pada lansia dengan osteoarthritis di wilayah kerja puskesmas koni kota jambi. *J. Akad. Baiturrahim* 4, (2015).
 36. Perhimpunan Reumatologi Indonesia. *Rekomendasi IRA untuk Diagnosis dan*

Penatalaksanaan Osteoarthritis. Divisi Reumatologi Departemen Ilmu Penyakit Dalam FKUI/RSCM (2014).

37. Aras, D. *et al.* The affectivity of knee and hip muscle strengthening exercise to improve muscle strength, balance, pain, and functional activity of people with osteoarthritis. *Medico-Legal Updat.* 20, 775–781 (2020).
38. Ekaputri, M., Redho, A. & Amelisa, A. Comparison of Strengthening Exercise and Range of Motion (Rom) To Decrease the Intensity of Pain in the Elderly With Osteoarthritis in Simpang Tiga Pekabaru Health Center. *Al Insyirah Int. Sci. Conf. Heal.* 2, 422–429 (2021).
39. Arora, H. Efficacy of Slow Reversal Hold and Isometrics in Improving Muscle Strength, Increasing Range of Motion, and Reducing Pain in Patients with Osteoarthritis of Knee. *Health (Irvine. Calif).* 10, 542–550 (2018).
40. Rachmawaty, M., Noer The Effect Of Active Range Of Motion(Rom) Exercise On Oateoarthritis Knee Joint Pin In The Elderly Padang. Vol.1 No.1 2614-3380 (2018).
41. Mujib Hanan. Pengaruh Latihan Range Of Motion(Rom) Terhadap Perubahan Skala Nyeri Pada Lansia Dengan Osteoarthritis Di Posyandu Lansia Desa Kalianget Timur Kecamatan Kalianget Kabupaten Sumenep. 1-2.(2016)