**DAFTAR PUSTAKA**

Asikin, dkk (2017).*Keperawatan Medikal Bedah Sistem Muskulokleta,* Penerbit Erlangga

Bandiyah, Siti, (2009). *Lanjut Usia dan Keperawatan Gerontik*, NM : Yogyakarta

Lestari, N. M. S. D. (2017). Latihan fisik dan osteoporosis padawanita

Post menopause. *Jurnal Penjakora*, *3*(1), 92-101.

Mulidah, S., Haryati, W., &Sulistyowati, D. I. D. (2012).*Efektifitas Frekuensi Latihan Dalam Meningkatkan Kepadatan Massa Tulang Pada Wanita Menopause. In Prosiding Seminar Nasional & Interansional.*

Maryam, dkk (2010).*Asuhan Keperawatan Pada Lansia*. TIM : Jakarta

Nasrullah, Dede (2016). *Buku Ajar Keperawatan Gerontik dengan pendekatan Asuhan Keperawatan.* TIM: Jakarta

Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. PT RinekaCipta : Jakarta

Nugroho, (2008).*Keperawatan Gerontik & Geriatrik*, Edisi. 3. EGC : Jakarta

Padila, (2013).*Buku Ajar Gerontik dilengkapi aplikasi kasus asuhan keperawatan gerontik, terapi modalitas, dan sesuai kompetensi standar,* Yogyakarta: Nuha Medika

Priyoto, (2015).*Nursing Intervention Classification (NIC)* dalam Keperawatan

Gerontik, Jakarta : Salemba Medika

Purnomo, Hari. (2016). *Continuing Neurology Education 5 Comprehensive Management in Clinical Practice, Malang* : UB Media

Riskesdas, M. B. (2018). *Laporan Nasional Riskesdas 2018 Kementerian Kesehatan RI Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan*. Indonesia

Soenarwo, (2011).*Penanganan Praktis Osteoartritis*, Jakarta: HMC

Suarni, L. (2017). *Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Penyakit Osteoporosis Pada Lansia DI UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia DI Wilayah Binjai Tahun 2017*. *Jurnal RisetHesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan*, *2*(1), 60-65.

Sugiarto, R. W. (2015). LatihanBeban Bagi Penderita Osteoporosis. *Jorpres (Jurnal Olahraga Prestasi)*, *11*(2).

Suryanto, S. (2010). Pentingnya olahraga bagi lansia.*Medikora*, (1).

Widianti, (2010). *Aplikasi Senam Untuk Kesehatan Senam Kesehatan Dilengkapi Dengan Contoh Gambar*. Yogyakarta : NM