

## DAFTAR ISI

	Halaman
SAMPUL DEPAN .....	i
SAMPUL DALAM .....	ii
PRASYARAT GELAR .....	iii
PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR .....	iv
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	v
PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	vi
PENGESAHAN PENGUJI .....	vii
KATA PENGANTAR .....	viii
INTI SARI.....	ix
<i>SUMMARY</i> .....	x
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiii
DAFTAR SINGKATAN .....	xiv
DAFTAR ISTILAH/SIMBOL .....	xv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	4
A. Lansia .....	4
B. Keseimbangan Dinamis .....	10
C. <i>Tandem Stance Exercise</i> .....	19
D. Media KIE (Komunikasi, Informasi, dan Edukasi) .....	21
BAB III DESKRIPSI DESAIN YANG DIHASILKAN .....	25
A. Teknik Pelaksanaan Program KIE .....	25
B. Nama <i>Project</i> Luaran .....	27
C. Tujuan <i>Project</i> Luaran .....	27
D. Keaslian Karya <i>Project</i> .....	27
E. Deskripsi Desain <i>Project</i> Luaran .....	27
BAB IV LUARAN YANG DICAPAI .....	28
A. Hasil .....	28
B. Pembahasan .....	28
C. Rencana Tindak Lanjut .....	39
BAB V PENUTUP .....	40
A. Kesimpulan .....	40
B. Saran .....	40
DAFTAR PUSTAKA .....	41
LAMPIRAN .....	45

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2. 1 <i>Center of Gravity</i> .....	15
Gambar 2. 2 <i>Line of Gravity</i> .....	15
Gambar 2. 3 <i>Base of Support</i> .....	16
Gambar 2. 4 <i>Timed Up and Go Test</i> .....	17
Gambar 2. 5 <i>Step Test</i> .....	18
Gambar 2. 7 <i>Tandem Stance Exercise</i> .....	21
Gambar 4. 1 Halaman Sampul .....	28
Gambar 4. 2 Halaman Daftar Isi .....	29
Gambar 4. 3 Halaman Materi Lansia .....	31
Gambar 4. 4 Halaman Materi Keseimbangan Dinamis .....	32
Gambar 4. 5 Halaman Materi Keseimbangan Dinamis .....	33
Gambar 4. 6 Halaman Materi Pemeriksaan Keseimbangan Dinamis .....	34
Gambar 4. 7 Halaman Materi Pemeriksaan Keseimbangan Dinamis .....	35
Gambar 4. 8 Halaman Materi <i>Tandem Stance Exercise</i> .....	36
Gambar 4. 9 Halaman Gambar <i>Tandem Stance Exercise</i> .....	37
Gambar 4. 10 Halaman Daftar Pustaka.....	38
Gambar 4. 11 Halaman Penutup .....	39

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1. *Curriculum Vitae*
- Lampiran 2. Luaran
- Lampiran 3. Lembar Konsultasi Tugas Akhir

## DAFTAR SINGKATAN

AHH	: Angka Harapan Hidup
BOS	: <i>Base of Support</i>
COG	: <i>Center of Gravity</i>
DNA	: <i>Deoxyribose-Nucleic Acid</i>
IQ	: <i>Intellegent Quocient</i>
KIE	: Komunikasi Informasi dan Edukasi
LOG	: <i>Line of Gravity</i>
RNA	: <i>Ribose Nucleic Acid</i>
TUGT	: <i>Timed and Go Test</i>
UHH	: Usia Harapan Hidup
WHO	: <i>World Health Organization</i>

## DAFTAR ISTILAH/SIMBOL

- % : persen
- : sampai
- > : lebih dari