

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>SAMPUL DEPAN .....</b>	<b>i</b>
<b>SAMPUL DALAM.....</b>	<b>ii</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN PROJECT AKHIR.....</b>	<b>iii</b>
<b>PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI.....</b>	<b>iv</b>
<b>PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>	<b>v</b>
<b>PENGESAHAN PENGUJI .....</b>	<b>vi</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vii</b>
<b>INTISARI .....</b>	<b>viii</b>
<b>SUMMARY .....</b>	<b>ix</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR GAMBAR.....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xiv</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR SINGKATAN.....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR ISTILAH / SIMBOL .....</b>	<b>xvii</b>
<b>BAB 1 PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>4</b>
<b>A. LANDASAN TEORI .....</b>	<b>4</b>
1. Lansia.....	4

a.	Pengertian lansia .....	4
b.	Klasifikasi lansia.....	4
2.	Keseimbangan .....	5
a.	Definisi keseimbangan.....	5
b.	Fisiologi keseimbangan .....	5
c.	Gangguan keseimbangan .....	5
d.	Komponen keseimbangan.....	9
e.	Jenis keseimbangan .....	12
f.	Faktor-Faktor keseimbangan .....	12
g.	Pemeriksaan keseimbangan .....	14
3.	<i>Dual Task Training</i> .....	15
a.	Indikasi dan kontraindikasi .....	16
b.	Dosis latihan .....	16
c.	Metode latihan .....	17
d.	Mekanisme <i>dual task training</i> .....	21
<b>B.</b>	<b>MEDIA KIE .....</b>	<b>21</b>
a.	Pengertian KIE.....	21
b.	Jenis media KIE.....	21
c.	Prinsip KIE .....	22
d.	Media <i>booklet</i> .....	22
e.	Keunggulan.....	23
f.	Kekurangan.....	23
g.	Manfaat .....	24
<b>C.</b>	<b>Jurnal Yang Relevan .....</b>	<b>24</b>
 <b>BAB III DESKRIPSI DESAIN YANG DIHASILKAN.....</b>		<b>25</b>
<b>A.</b>	<b>Nama Project Luaran.....</b>	<b>25</b>
<b>B.</b>	<b>Tujuan Project Luaran .....</b>	<b>25</b>
<b>C.</b>	<b>Keaslian Karya Project .....</b>	<b>25</b>
<b>D.</b>	<b>Deskripsi Desain Project .....</b>	<b>26</b>

<b>BAB IV LUARAN YANG DICAPAI .....</b>	<b>27</b>
<b>A. Hasil Luaran.....</b>	<b>27</b>
<b>B. Pembahasan Luaran Media <i>Booklet</i>.....</b>	<b>27</b>
<b>C. Rencana Tindak Lanjut.....</b>	<b>50</b>
<b>BAB V PENUTUP.....</b>	<b>53</b>
<b>A. Kesimpulan .....</b>	<b>53</b>
<b>B. Saran .....</b>	<b>53</b>
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 <i>Center of Gravity</i> .....	12
Gambar 2.2 <i>Line of Gravity</i> .....	13
Gambar 2.3 <i>Based of Gravity</i> .....	13
Gambar 2.4 <i>Time Up and Go Test</i> .....	14
Gambar 2.5 Gerakan pertama.....	17
Gambar 2.6 Gerakan kedua.....	18
Gambar 2.7 Gerakan ketiga.....	19
Gambar 2.8 Gerakan keempat.....	20

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Keterangan Penilaian TUGT .....	15
---	----

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1. Daftar Riwayat Hidup

Lampiran 2. Lembar Konsultasi Skripsi

Lampiran 3. Luaran Produk Tugas Akhir

Lampiran 4. Lembar Revisi Setelah Ujian

## DAFTAR SINGKATAN

BOS	: <i>Based of Support</i>
COG	: <i>Center of Gravity</i>
<i>et al.</i>	: et aliii dan kawan-kawan
HKI	: Hak Kekayaan Intelektual
KIE	: Komunikasi Informasi dan Edukasi
Lansia	: Lanjut usia
LOG	: <i>Line of Gravity</i>
RI	: Republik Indonesia
ROM	: <i>Range of Motion</i>
SSP	: Sistem saraf pusat
SST	: Sistem saraf tepi
TUGT	: <i>Time Up and Go Test</i>
VOR	: Vestibular Ocular Reflex
WHO	: <i>World Health Organisation</i>

## DAFTAR ISTILAH/SIMBOL

%	: Persen
-	: Sampai
/	: Atau
“	: Kutip
‘	: Petik
>	: Lebih dari
≤	: Kurang dari sama dengan
m	: Meter
alignment	: postur
atensi	: pemusatan pikiran
atrofi	: penurunan massa otot
<i>bradykinesia</i>	: langkah kaki pendek
degenerasi	: penurunan keadaan fisik
dinamis	: keadaan bergerak
fleksibilitas	: kemampuan bergerak tanpa ada hambatan dan rasa sakit
gravitasi	: salah satu jenis gaya yang dipengaruhi oleh gaya tarik sebuah benda
<i>input</i>	: masuk
interaksi	: saling mempengaruhi
intervensi	: penatalaksanaan atau tindakan
koordinasi	: kemampuan seseorang untuk merangkai suatu gerakan
mekanisme	: rangkaian kerja
mobilitas	: bergerak dari satu tempat ketempat lain
<i>output</i>	: keluar
prevalensi	: jumlah keseluruhan kasus penyakit yang terjadi pada waktu tertentu



progresif : kemajuan

*project* : suatu usaha untuk menghasilkan produk barang atau jasa

*proprioceptive* : kemampuan tubuh untuk mentransmisikan sensasi gerakan

statis : keadaan diam