

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN SAMPUL	i
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
ABSTRAK	v
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Batasan Masalah	4
1.3 Rumusan Masalah.....	4
1.4 Tujuan Penelitian	4
1.4.1 Tujuan Umum.....	4
1.4.2 Tujuan Khusus.....	4
1.5 Manfaat Penelitian	5
1.5.1 Manfaat Teoritis	5
1.5.2 Manfaat Praktis.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Konsep Lansia	6
2.1.1 Definisi Lanjut Usia	6
2.1.2 Batasan Lansia.....	7
2.1.3 Klasifikasi Lansia	8
2.1.4 Perubahan-perubahan Fisik Pada Lansia.....	9
2.2 Konsep Osteoporosis	11
2.2.1 Pengertian Osteoporosis	11
2.2.2 Etiologi	13

2.2.3 Tanda dan Gejala.....	14
2.3 Konsep Senam Lansia.....	15
2.3.1 Definisi Senam Lansia.....	15
2.3.2 Definisi Senam Osteoporosis	16
2.3.3 Manfaat Senam Osteoporosis.....	16
2.3.4 Standart Operasional Prosedur Senam Osteoporosis	17
2.4 Hubungan Senam Osteoporosis Dengan Aktivitas Fisik.....	18
2.5 Kerangka Konsep.....	19
BAB III METODOLOGI PENELITIAN	20
3.1 Desain Penelitian	20
3.2 Subjek Penelitian	21
3.3 Fokus Studi Kaus	22
3.4 Definisi Operasional	22
3.5 Metode Pengumpulan Data.....	23
3.6 Instrumen Penelitian	24
3.7 Tempat dan Waktu Penelitian.....	25
3.8 Langkah-langkah Pengumpulan Data.....	25
3.9 Pengolahan Data dan Analisa Data.....	27
3.10 Prinsip Etika Penelitian.....	28
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	31
4.1 Hasil Studi Kasus	31
4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian	31
4.1.2 Gambaran Subjek Penelitian (Ny.S/70 Tahun)	33
4.1.3 Data Umum Subjek Penelitian	34
4.1.4 Data Fokus Studi	41
4.2 Pembahasan	47
4.3 Keterbatasan Studi Kasus	49

BAB V KESIMPULAN	50
5.1 Kesimpulan	50
5.2 Saran	51
5.2.1 Bagi Subjek Studi Kasus	51
5.2.2 Bagi Lahan Penelitian	51
5.2.3 Bagi Peneliti Selanjutnya	51
DAFTAR PUSTAKA	52
LAMPIRAN.....	55
CURRICULUM VITAE.....	84

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 2.1 Tabel Perubahan-perubahan Fisik Pada Lansia.....	9
Tabel 4.1 Tabel Observasi <i>Activity Daily Living</i> (ADL)	41

DAFTAR LAMPIRAN

	Halaman
Lampiran 1 : Lembar Bimbingan.....	55
Lampiran 2 : <i>Plan Of Action</i>	56
Lampiran 3 : <i>Informed Consent</i>	57
Lampiran 4 : Kuisisioner Penelitian	58
Lampiran 5 : Lembar Wawancara Penelitian.....	62
Lampiran 6 : SOP Senam Osteoporosis.....	65
Lampiran 7 : Surat Ijin Studi Pendahuluan	69
Lampiran 8 : Surat Ijin Pengambilan Data.....	70
Lampiran 9 : Hasil Observasi Kemampuan Senam	71
Lampiran 10 : Dokumentasi.....	75

