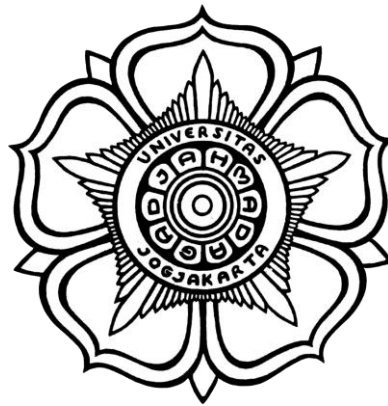


EFEK KOMBINASI LATIHAN KESEIMBANGAN DAN RESISTENSI
TERHADAP PENINGKATAN KEKUATAN OTOT DAN
POLA BERJALAN PADA LANJUT USIA

TUGAS AKHIR

Untuk memenuhi Sebagian persyaratan
Mencapai derajat Sarjana S-2



Diajukan Oleh:
Nisa Hanifah
23/511855/PKU/21144

PROGRAM STUDI MAGISTER ILMU BIOMEDIK MINAT UTAMA
FISIOLOGI PROGRAM PASCASARJANA FAKULTAS KEDOKTERAN,
KESEHATAN MASYARAKAT DAN KEPERAWATAN
UNIVERSITAS GADJAH MADA
YOGYAKARTA

2025



TESIS

Judul

Efek Kombinasi Latihan Keseimbangan dan Resistensi dalam Meningkatkan Kekuatan Otot dan Pola Berjalan pada Lanjut Usia

dipersiapkan dan disusun oleh:

Nisa Hanifah

23/511855/PKU/21144

dan telah dipertahankan di depan Dewan Penguji
pada tanggal: 28 Januari 2026

Susunan Dewan Penguji

Pembimbing Utama:

Prof. Dr. dr. Denny Agustiniingsih, M.Kes., AIFM., AIFO-K.

Ketua Dewan Penguji:

Prof. dr. Tri Baskoro Tunggul Satoto, M.sc., Ph.D

Pembimbing Pendamping:

Dr. dr. Rahmaningsih Mara Sabirin, M.Sc.

Anggota Dewan Penguji:

Dra. Neni Trilusiana Rahmawati, M.Kes, Ph.D.

Tesis ini telah diterima sebagai salah satu persyaratan
untuk memperoleh gelar Master pada Program Pascasarjana
Fakultas Kedokteran, Kesehatan Masyarakat dan Keperawatan
Universitas Gadjah Mada

Tanggal 10 FEB 2026



Nur Arfian, Ph.D., PAK(K)

Ketua Program Studi Magister Ilmu Biomedik