DAFTAR ISI

PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI ..... **iii**
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI ..... **iv**
PERSETUJUAN PEMBIMBING ..... **v**
PENGESAHAN PENGUJI ..... **vi**
KATA PENGANTAR ..... **vii**
ABSTRAK ..... **viii**
ABSTRACT ..... **ix**
DAFTAR ISI ..... **x**
DAFTAR GAMBAR ..... **xii**
DAFTAR TABEL ..... **xiii**
DAFTAR LAMPIRAN ..... **xiv**
DAFTAR SINGKATAN ..... **xv**
DAFTAR ISTILAH ..... **xiv**
BAB I PENDAHULUAN **1**
A. Latar Belakang 1
B. Rumusan Masalah 4
C. Tujuan Penelitian 4
D. Manfaat Penelitian 5
E. Keaslian Penelitian 6
A. Landasan Teori 8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA..... **8**
1. Lansia 8
2. Risiko Jatuh 10
3. *Retrowalking Exercise* 13
4. *Forward Stepping* 16
B. Kerangka Teori 21
C. Kerangka Konsep 22
D. Hipotesis Penelitian 22
BAB III METODE PENELITIAN **23**

A. Jenis dan Rancangan Penelitian 23
B. Lokasi dan Waktu Penelitian 23
C. Populasi dan Sampel 24
D. Variabel Penelitian dan Definisi Operasional 25
E. Instrumen Penelitian 26
F. Uji Validitas dan Uji Reliabilitas 26
G. Jalannya Penelitian 27
H. Tehnik dan Pengumpulan Data 28
I. Tehnik Analisa Data 29
J. Etika Penelitian 31
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN 33
A. Hasil Penelitian 33
B. Pembahasan 37
C. Keterbatasan Penelitian 44
BAB V PENUTUP 45
A. Kesimpulan 45
B. Saran 45
DAFTAR PUSTAKA
LAMPIRAN-LAMPIRAN