

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN SAMPUL DALAM	ii
PERNYATAAN KEASLIAN	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
PERSETUJUAN PEMBIMBING	v
PENGESAHAN PENGUJI	vi
KATA PENGANTAR	vi
INTISARI	ix
SUMMARY	x
DAFTAR ISI	xi
DAFTAR SINGKATAN	xiv
DAFTAR SIMBOL	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	5
A. Lansia	5
1. Pengertian	5
2. Batasan-Batasan Usia lanjut	6
3. Proses penuaan	6
4. Perubahan pada lansia	7
5. Resiko tinggi yang terjadi pada lansia	8
B. Asam urat	8
1. Pengertian	8
2. Tanda dan gejala asam urat	9
3. Etiologi asam urat	10
4. Klasifikasi asam urat	10
5. Patofisiologis asam urat	11
6. Manifestasi asam urat	12
7. Komplikasi asam urat	13

8. Penatalaksanaan asam urat	15
C. Senam Ergonomis	17
1. Pengertian senam ergonomis	17
2. Tujuan senam ergonomis.....	18
3. Manfaat senam ergonomis.....	18
4. Waktu pelaksanaan	18
5. Indikasi dan kontraindikasi	19
6. Cara senam ergonomis	19
7. Pengaruh senam ergonomis terhadap penurunan asam urat.....	22
D. Media Video.....	24
1. Pengertian video	24
2. Kekurangan dan kelebihan video	24
3. Kekurangan dari media video.....	24
E. Ketepatan solusi yang ditawarkan.....	25
BAB III DESKRIPSI DESAIN YANG DIHASILKAN.....	27
A. Tema Luaran	27
B. Tujuan project luaran	27
C. Keaslian karya project.....	27
D. Deskripsi desain project luaran	29
BAB IV HASIL LUARAN YANG DICAPAI.....	37
BAB V PENUTUP.....	39
A. Kesimpulan	39
B. Saran.....	39
DAFTAR PUSTAKA	41
LAMPIRAN.....	44