

**PENERAPAN SENAM ERGONOMIK TERHADAP PENURUNAN
KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DENGAN GOUT ARTHRITIS
DI KELURAHAN JOYOTAKAN KECAMATAN SERENGAN KOTA
SURAKARTA**

Karya Ilmiah Akhir Ners

**Disusun Untuk Memperoleh Gelar Ners Pada Program Studi Ners Fakultas Ilmu
Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta**



Disusun oleh:

MUHAMMAD ARIFUDDIN

202314099

**PRODI PENDIDIKAN PROFESI NERS
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH SURAKARTA
2024**

PERNYATAAN KEASLIAN KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Saya menyatakan sesungguhnya Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul:

Penerapan Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia Dengan Gout Arthritis Di Kelurahan Joyotakan Kecamatan Serengan Kota Surakarta

Yang dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya / Sarjana / Sarjana Terapan pada Program Studi Profesi Ners Universitas 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar profesi di lingkungan Universitas 'Aisyiyah Surakarta maupun di Perguruan Tinggi atau Intansi manapun. Apabila ternyata di kemudian hari penulisan KIAN ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 26 Maret 2024



Muhammad Arifuddin
NIM.202314099

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik Universitas ‘Aisyiah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Muhammad Arifuddin
NIM : 202314099
Jenis Karya : Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners
Judul : Penerapan Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia Dengan Gout Arthritis Di Kelurahan Joyotakan Kecamatan Serengan Kota Surakarta

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneklusif (*Non- Exclusive Royalty- Free Right*) kepada Universitas ‘Aisyiah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan. Universitas ‘Aisyiah Surakarta berhak menyimoan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkala data (*data base*), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama masih mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di: Surakarta

Pada tanggal: 26 Maret 2024

Yang menyatakan



Muhammad Arifuddin
202314099

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Laporan Tugas Akhir Ners dengan judul:

Penerapan Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia Dengan Gout Arthritis Di Kelurahan Joyotakan Kecamatan Serengan Kota Surakarta

Dinyatakan telah disetujui untuk diujikan pada ujian Sidang Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 26 Maret 2024

Pembimbing



(Erika Dewi Noorratri, S.Kep., Ns., M.Kep)

NIDN.0602118704

Mengetahui,

Ketua Program Studi Profesi Ners



(Norma Wijaya Gati, S. Kep., Ns., M. Kep., Sp. Kep. J)

NIDN. 0615018601

PENGESAHAN PENGUJI

Laporan Tugas Akhir Ners dengan judul:

Penerapan Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia Dengan Gout Arthritis Di Kelurahan Joyotakan Kecamatan Serengan Kota Surakarta

Dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Profesi pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Laporan Akhir Ners ini telah diujikan pada sidang ujian Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners/ KIAN pada tanggal 26 Maret 2024 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners/ KIAN pada Program Studi Profesi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 26 Maret 2024

Mengesahkan,

1. (Tri Harwanto, S.Kep., Ns., M.Kep) (.....)
NIP. 198212032009031003
2. (Erika Dewi Noorratri, S.Kep., Ns., M.Kep) (.....)
NIDN.0602118704

Mengetahui,
Ketua Program Studi Profesi Ners



(Norma Wijaya Gati, S.Kep, Ns, M. Kep., Sp. Kep. J)

NIDN. 0615018601

PENERAPAN SENAM ERGONOMIK TERHADAP PENURUNAN KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DENGAN GOUT ARTHRITIS DI KELURAHAN JOYOTAKAN KECAMATAN SERENGAN KOTA SURAKARTA

¹ Muhammad Arifuddin, ² Erika Dewi Noorratri, ³ Tri Harwanto

Muhammadarifuddin234@gmail.com

Program Studi Ners

^{1,2}Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, ³Puskesmas Kratonan Serengan Surakarta

ABSTRAK

Latar belakang: Gout Arthritis sering terjadi pada lansia, hal ini ditandai dengan hiperurisemia atau peningkatan asam urat di dalam badan seseorang. Indonesia termasuk negara dengan jumlah penderita Gout Arthritis terbanyak, dan penyakit ini banyak diderita oleh lanjut usia. Tingginya kasus Gout Arthritis di duga karena peningkatan penggunaan obat-obatan dalam jangka waktu yang sangat lama. Gejala yang timbul antara lain rasa nyeri pada bagian ekstremitas serta rasa pegal-pegal tak nyaman yang mengganggu aktifitas. **Tujuan:** Bertujuan untuk mengetahui hasil implementasi pada ke 2 responden dalam pemberian *senam ergonomic* pada lansia Gout arthritis. **Metode:** Desain *penelitian* deskriptif dengan pendekatan studi kasus, dilakukan pada 2 responden. **Hasil:** Sebelum dilakukan penerapan *senam ergonomic* berisiko tinggi mengalami Hiperurisemia, setelah pemberian *senam ergonomic* setiap hari sekali dengan durasi 10 menit dalam 3 hari. Pengukuran kadar asam urat dilakukan setelah *senam ergonomic* , setiap 1 hari sekali selama 3 hari, kedua responden sama-sama terjadi penurunan kadar asam urat. **Kesimpulan:** Terdapat pengaruh *senam ergonomic* terhadap kadar asam urat pada lansia dengan Gout arthritis.

Kata Kunci: *Senam ergonomic*, Asam urat, Lansia

IMPLEMENTATION OF ERGONOMIC EXERCISES TO REDUCE URIC ACID LEVELS IN ELDERLY WITH GOUT ARTHRITIS IN JOYOTAKAN VILLAGE, SERENGAN DISTRICT, SURAKARTA CITY

¹ Muhammad Arifuddin, ² Erika Dewi Noorratri, ³ Tri Harwanto
Muhammadarifuddin234@gmail.com

Nursing Study Program

^{1,2}Universitas 'Aisyiyah Surakarta, ³Puskesmas Kratonan Serengan Surakarta

ABSTRACT

Background: Gout arthritis often occurs in the elderly, it is characterized by hyperurycemia or an increase in uric acid in a person's body. Indonesia is one of the countries with the highest number of people suffering from gout arthritis, and the disease is mostly affected by the elderly. The high incidence of gout arthritis is believed to be due to increased drug use over a very long period of time. Symptoms that arise include pain in the extremities and uncomfortable sensation of pain that interferes with the activity. **Objective:** Aim to know the results of implementation in all 2 respondents in the ergonomic exercise in the elderly Gout arthritis. **Method:** Descriptive research design with case study approach, performed on 2 respondents. **Results:** Before the application of ergonomic exercises high risk of hyperurycemia, after the administration of Ergonomic exercise once daily with a duration of 10 minutes in 3 days. **Conclusion:** There is an effect of ergonomic exercise on uric acid levels in the elderly with gout arthritis.

Keywords: Ergonomic exercise, Uric acid, Elderly

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis ucapkan kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik, dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners dengan judul “Penerapan Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Lansia Dengan Gout Arthritis Di Kelurahan Joyotakan Kecamatan Serengan Kota Surakarta”, sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan Program Studi Ners Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta. Penulis menyadari bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners ini tidak mungkin terselesaikan tanpa adanya dukungan, bantuan, bimbingan, dan nasehat dari berbagai pihak selama penyusunan. Penulis ingin menyampaikan terima kasih yang setulus-tulusnya kepada:

1. Ibu Riyani Wulandari, S.Kep, Ns, M.Kep selaku Rektor Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
2. Ibu Sri Kustiyati, S.ST, M.Keb selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta
3. Ibu Norman Wijaya Gati, S.Kep.,Ns.,M.Kep,Sp.KepJ, Selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
4. Ibu Eska Dwi Prajayanti, S.Kep.,Ns.,M.Kep, Selaku koordinator profesi ners yang berkenan memberikan masukan dan arahan pada Karya Ilmiah Akhir Ners
5. Ibu Erika Dewi Noorratri, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku dosen pembimbing, atas segala bimbingan serta saran yang telah diberikan kepada penulis sehingga Karya Tulis Ilmiah ini dapat diselesaikan dengan baik.
6. Bapak Tri Harwanto, S.Kep., Ns., M.Kep, selaku pembimbing Lahan dan Penguji yang telah berkenan memberikan masukan dan arahan pada Karya Ilmiah Akhir Ners
7. Segenap dosen pengajar di Fakultas Ilmu Kesehatan yang telah memberikan ilmu pengetahuan selama perkuliahan dan seluruh staf di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta yang selalu sabar melayani.
8. Kedua orang tua dan adik penulis, yang telah memberikan kasih sayang, nasehat, doa dan dukungan dukungan baik moral maupun material kepada penulis selama menempuh pendidikan. Terima kasih atas pengorbanan yang telah diberikan.
9. Seluruh pihak yang telah membantu dan tidak dapat disebutkan satu per satu. Penulis menyadari bahwa Karya Ilmiah Akhir Ners ini masih jauh dari kata sempurna.