

Siti Maysaroh NIM C2015097 Program Studi Sarjana Keperawatan	Dosen Pembimbing: 1. Mulyaningsih, S.Kep,Ns.,M.Kep 2. DyahRahmawatie RBU, S.Kep,Ns., M.Kep
--	---

PENGARUH LATIHAN ISOMETRIK TERHADAP SKALA NYERI SENDI PADA LANSIA PENDERITA ASAM URAT DI POSYANDU LANSIA MAWADAH WAROHMAH 'AISYIYAH SURAKARTA

ABSTRAK

Latar Belakang: Prevalensi penyakit sendi di Indonesia tahun 2013 sebanyak 11.9% pada tahun 2018 mengalami penurunan menjadi 7.3%. Menurut WHO meningkatnya penduduk lansia akan terjadi peningkatan berbagai penyakit salah satunya asam urat. Asam urat merupakan kondisi hasil metabolisme akhir purin yang dapat menyebabkan gejala nyeri tidak tertahankan, rasa panas dipersendian membuat lansia mengalami penurunan kemampuan melakukan aktivitas sehari-hari sehingga latihan isometrik diperlukan terhadap lansia. **Tujuan Penelitian:** Mengetahui pengaruh latihan isometrik terhadap skala nyeri sendi pada lansia penderita asam urat di Posyandu Lansia Mawadah Warohmah 'Aisyiyah Surakarta. **Metode Penelitian:** Penelitian ini menggunakan desain satu kelompok *One Grup Pre Test-Post Test* dengan instrument NRS (*Numeric Rating Scale*). **Hasil Penelitian:** Hasil uji *Paired t Test* menunjukkan *p value* < 0.05 nilai *p value* 0,006 artinya ada perbedaan rata-rata skala nyeri sendi sebelum dan sesudah dilakukan latihan isometrik. **Kesimpulan:** Sebelum dilakukan penelitian nyeri sendi menunjukkan rata-rata 4.30. Setelah dilakukan penelitian nyeri menunjukkan rata-rata 3.50, sehingga ada perbedaan rata-rata skala nyeri sendi sebelum dan sesudah dilakukan latihan isometrik di Posyandu Lansia Mawadah Warohmah 'Aisyiyah Surakarta.

Kata kunci: *Latihan isometrik, lansia, nyeri sendi, asam urat*