

**PENERAPAN SENAM ERGONOMIK TERHADAP
PENURUNAN ASAM URAT PADA LANSIA PENDERITA
ARTHRITIS GOUT DI PANTI LANSIA ‘AISYIYAH
SURAKARTA**

Karya Tulis Ilmiah

**Disusun sebagai Salah Satu Persyaratan Menyelesaikan Program Pendidikan
Diploma III Keperawatan STIKES ‘Aisyiyah Surakarta**



Oleh

**TAUFIQ ISMAIL
B2015109**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN ‘AISYIYAH
SURAKARTA
2018**

**PENERAPAN SENAM ERGONOMIK TERHADAP
PENURUNAN ASAM URAT PADA LANSIA PENDERITA
ARTHRITIS GOUT DI PANTI LANSIA 'AISYIYAH
SURAKARTA**

Karya Tulis Ilmiah

**Disusun sebagai Salah Satu Persyaratan Menyelesaikan Program Pendidikan
Diploma III Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta**

**TAUFIQ ISMAIL
B2015109**

**PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH
SURAKARTA
2018**

PERNYATAAN KEASLIAN

Saya menyatakan dengan sesungguhnya bahwa KTI dengan judul

**PENERAPAN SENAM ERGONOMIK TERHADAP PENURUNAN ASAM
URAT PADA LANSIA PENDERITA ARHTRITIS GOUT DI PANTI
LANSIA 'AISYIYAH SURAKARTA**

dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta, sejauh yang saya ketahui bukan merupakan tiruan atau duplikasi dari KTI yang sudah dipublikasikan dan atau pernah dipakai untuk mendapatkan gelar Ahli Madya Keperawatan di lingkungan STIKES 'Aisyiyah Surakarta maupun Perguruan Tinggi atau Intervensi manapun. Apabila ternyata kemudian hari penulisan KTI ini merupakan hasil plagiat atau penjiplakan terhadap karya orang lain, maka saya bersedia mempertanggung jawabkan sekaligus bersedia menerima sanksi berdasarkan aturan tata tertib di STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 20 Juli 2018



Taufiq Ismail

NIM. B2015109

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik STIKES 'Aisyiyah Surakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Taufiq Ismail

NIM : B2015109

Jenis Karya : KTI

Judul : Penerapan Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Asam Urat Pada Lansia Penderita Arthritis Gout Di Panti Lansia 'Aisyiyah Surakarta

Dengan ini menyetujui dan memberikan Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-Exclusive Royalty-Free Right*) kepada STIKES 'Aisyiyah Surakarta atas karya ilmiah saya beserta perangkat yang ada didalamnya demi pengembangan ilmu pengetahuan STIKES 'Aisyiyah Surakarta berhak menyimpan, mengalih media/informasikan, mengelola dalam bentuk pangkalan 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 : STIKES 'Aisyiyah Surakarta

Pada Tanggal : 20 Juli 2018

Yang Menyatakan



Taufiq Ismail

PERSETUJUAN PEMBIMBING

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

**PENERAPAN SENAM ERGONOMIK TERHADAP PENURUNAN ASAM
URAT PADA LANSIA PENDERITA ARTRITIS GOUT DI PANTI
LANSIA 'AISYIYAH SURAKARTA**

dinyatakan telah disetujui untuk dijadikan pada Ujian Akhir Program Studi
Diploma Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 20 Juli 2018

Pembimbing I



Sri Hartutik, S.Kep.Ns, M.Kes

NIDN. 0620108202

Pembimbing II



Hermawati, S.Kep.Ns, M.Kep

NIDN. 0623027702

Mengetahui

Kaprodi Diploma III Keperawatan



Endah Sri Wahyuni, S.Kep.Ns, M.Kep

NIDN. 0602058501

PENGESAHAN PENGUJI

Karya Tulis Ilmiah dengan judul :

PENERAPAN SENAM ERGONOMIK TERHADAP PENURUNAN ASAM URAT PADA LANSIA PENDERITA ARHTRITIS GOUT DI PANTI LANSIA 'AISYIYAH SURAKARTA

dibuat untuk melengkapi sebagian persyaratan menjadi Ahli Madya Keperawatan pada Program Studi Diploma III Keperawatan STIKES "Aisyiyah Surakarta. Karya Tulis Ilmiah ini telah diujikan pada sidang ujian karya tulis ilmiah pada tanggal 25 Juli 2018 dan dinyatakan memenuhi syarat/sah sebagai karya tulis ilmiah pada Program Studi Diploma III Keperawatan STIKES 'Aisyiyah Surakarta.

Surakarta, 25 Juli 2018

Mengesahkan,

Penguji,

1. Wahyu Purwaningsih, S.Kep.Ns, M.Sc
NIDN. 0605117803
2. Sri Hartutik, S.Kep.Ns, M.Kes
NIDN. 0620108202
3. Hermawati, S.Kep.Ns, M.Kep
NIDN. 0623027702

(.....
(.....
(.....

Mengetahui

Kaprodi Diploma III Keperawatan





Endah Sri Wahyuni, S.Kep.Ns, M.Kep
NIDN. 0602058501

KATA PENGANTAR

Puji Syukur Alhamdulillah penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas rahmat, karunia, dan hidayah-Nya, sholawat serta salam selalu tercurahkan kepada junjungan kita nabi Muhammad SAW yang mana telah membawa jaman dari jaman jahiliyah menuju jaman teran benderang seperti saat ini sehingga penulis dapat menyelesaikan tugas Karya Tulis Ilmiah dengan judul **“Penerapan Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Asam Urat Pada Lansia Penderita Arthritis Gout Di Panti Lansia ‘Aisyiyah Surakarta”**. Laporan ini disusun guna memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan Pendidikan Diploma Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.

Penulis menyadari bahwa penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini mengalami banyak kesulitan dan hambatan, namun berkat arahan, dorongan serta bimbingan dari berbagai pihak maka kesulitan maupun hambatan tersebut dapat teratasi. Untuk itu dalam kesempatan ini dengan kerendahan hati penulis menyampaikan terimakasih atas segala bantuan yang telah diberikan dan mohon maaf atas segala kekhilafan kepada :

1. Riyani Wulandari, S.Kep. Ns, M.Kep selaku ketua Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta yang telah memberi ijin kepada penulis untuk melakukan penelitian.
2. Endah Sri Wahyuni, S.Kep. Ns, M.Kep. ketua Program Studi Diploma III Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ‘Aisyiyah Surakarta.
3. Sri Hartutik, S.Kep.Ns, M.Kes selaku dosen pembimbing I Karya Tulis Ilmiah yang selalu sabar dan meluangkan waktu untuk memberikan arahan dan saran dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah dengan baik.
4. Hermawati, S.Kep.Ns, M.Kep selaku dosen pembimbing II Karya Tulis Ilmiah yang selalu sabar dan meluangkan waktu untuk memberikan arahan dan saran dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah dengan baik.
5. Wahyu Purwaningsih, S.Kep.Ns, M.Sc selaku penguji ujian sidang KTI yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan saran, masukan, dan pengarahan kepada penulis dalam menyusun dan penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini

6. Dosen – dosen STIKES ‘Aisyiyah Surakarta, yang telah sabar membimbing selama menempuh pendidikan di STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.
7. Ayah dan Ibu tercinta yang tak henti-hentinya memberikan support dan doa yang terbaik untuk saya dalam menyelesaikan jenjang pendidikan saya di STIKES ‘Aisyiyah Surakarta.
8. Ny. SR dan Ny. SH selaku responden yang telah bersedia bekerja sama dengan penulis dalam memberikan asuhan keperawatan.
9. Erna Sulistyorini kakak saya yang selalu memberikan support kepada saya.
10. Sahabat dan teman dekat saya tercinta Mita Lailatul Safitri, Ady Fery, Ibnu Fajar, Benny Purbo, Pungky Lucky, Teo Aji, Putra Sabda, Shodiq Hendarta, Mifta Fatin, Imam Subekti, dan Moh.Syukri yang telah menemani dan mendampingi saya selama 3 tahun ini dengan sabar.

Penulis berharap semoga Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat baik bagi penulis dan para pembaca. Penulis menyadari bahwa dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis mengharapkan saran dan kritik yang bermanfaat dan membangun demi kesempurnaan Karya Tulis Ilmiah ini.

Wassalamu’alaikum Wr. Wb

Surakarta, 20 Juli 2018

Penulis

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Gerakan Lapang Dada.....	26
Gambar 2.2 Gerakan Tunduk Syukur	27
Gambar 2.3 Gerakan Duduk Perkasa	28
Gambar 2.4 Gerakan Duduk Pembakaran.....	29
Gambar 2.5 Gerakan Berbaring Pasrah.....	30

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Definisi Operasional Senam Ergonomik dan Arthritis Gout	33
Tabel 4.1 Hasil Pengukuran Kadar Asam Urat Pada Responden Penderita Arthritis Gout Sebelum Diberikan Senam Ergonomik	41
Tab3l 4.2 Hasil Pengukuran Kadar Asam Urat Pada Responden Penderita Arthritis Gout Sesudah Diberikan Senam Ergonomik	42
Tabel 4.3 Hasil Perkembangan Penurunan Asam Urat Pada Lansia Penderita Arthritis Gout Sebelum Dan Sesudah Penerapan Senam Ergonomik.....	43

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Jadwal Kegiatan

Lampiran 2 Surat Ijin Penelitian

Lampiran 3 Rekap Penyakit Arthritis Gout Di Surakarta 2017

Lampiran 4 Surat Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 5 Lembar Observasi

Lampiran 6 Lembar Bimbingan Konsultasi

Lampiran 7 Lembar Konsultasi Setelah Sidang

Lampiran 8 Daftar Riwayat Hidup

DAFTAR SINGKATAN

DNA	Deoxyribo Nucleic Acid
HGRT	Hypoxantine Guanine Phosphoribosyl Transferase
Kemkes RI	Kementrian Kesehatan Republik Indonesia
Lansia	Lanjut Usia
Nakes	Tenaga Kesehatan
NSAID	Non Steroidal Anti Inflammatory Drugs
P3K	Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan
Puskesmas	Pusat Kesehatan Masyarakat
RS	Rumah Sakit
SMA	Sekolah Menengah Atas
SMP	Sekolah Menengah Pertama
STIKES	Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan
SWT	Subhanallahu Wata'ala
WHO	World Health Organization