

Tri Waningsih NIM C2015102 Program Studi Sarjana Keperawatan	Dosen Pembimbing 1. Wahyu Purwaningsih, M.Sc 2. Irma Mustika Sari, M.Kep
PERBEDAAN SENAM ERGONOMIK DAN SENAM JARI TERHADAP PENURUNAN KADAR ASAM URAT DI POSYANDU LANSIA KELURAHAN PAJANG	
ABSTRAK	
<p>Latar Belakang; Peningkatan kadar asam urat asam urat yang ditimbulkan oleh kadar asam urat didalam darah berlebih yang menyebabkan produksi asam urat lebih banyak dari pada pembuangannya, hal tersebut karena beberapa hal seperti faktor genetik, makanan, dan faktor penyakit lainnya. Tujuan; Mengetahui perbedaan antara senam ergonomik dan senam jari terhadap penurunan kadar asam urat di Posyandu Lansia Kelurahan Pajang. Metode; jenis penelitian adalah kuantitatif komparatif dengan rancangan <i>Quasi Experiment Design</i>, sampel dalam penelitian ini sebanyak 30 responden. Teknik sampling menggunakan <i>purposive sampling</i>. Instrumen penelitian menggunakan alat satu set cek asam urat dan lembar observasi. Analisa data menggunakan teknik analisa <i>Paired t-test</i> dan <i>Independent t-test</i>. Hasil; hasil uji <i>bivariate</i> dengan <i>Paired t-tet</i> membuktikan bahwa ada perbedaan yang signifikan sebelum dan setelah diberikan perlakuan senam ergonomik ($P_{value} 0,000 < 0,05$) dan membuktikan bahwa ada perbedaan yang signifikan sebelum dan setelah diberikan perlakuan senam jari ($P_{value} 0,047 < 0,05$). Hasil uji <i>Independent t-test</i> membuktikan bahwa ada perbedaan senam ergonomik dan senam jari terhadap penurunan kadar asam urat dibuktikan dengan angka signifikan ($P_{value} 0,001 < 0,05$). Kesimpulan; Ho di tolak yang berarti ada perbedaan senam ergonomik dan senam jari terhadap penurunan kadar asam urat.</p>	
Kata Kunci: <i>Lansia, Kadar Asam Urat, Senam Ergonomik , Senam Jari</i>	