



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA  
LANSIA DENGAN ASAM URAT MELALUI INTERVENSI  
INOVASI SENAM ERGONOMIS UNTUK MENURUNKAN  
KADAR ASAM URAT DI RT 06 RW 07 KELURAHAN  
GROGOL KOTA DEPOK**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**AFIFAH AFRIANA**

**2210721044**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI  
2023**



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA  
LANSIA DENGAN ASAM URAT MELALUI INTERVENSI  
INOVASI SENAM ERGONOMIS UNTUK MENURUNKAN  
KADAR ASAM URAT DI RT 06 RW 07 KELURAHAN  
GROGOL KOTA DEPOK**

**KARYA ILMIAH AKHIR NERS**

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar Ners**

**AFIFAH AFRIANA**

**2210721044**

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI PENDIDIKAN PROFESI NERS PROGRAM PROFESI**

**2023**

### PERNYATAAN ORISINALITAS

KIA ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Afifah Afriana  
NIM : 2210721044  
Tanggal : 27 April 2023

Bilamana dikemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 27 April 2023

Yang menyatakan,



METERAI  
TEMPEL  
4FCB0AKX475781381

Afifah Afriana

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIA UNTUK  
KEPENTINGAN AKADEMIS**

---

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta,  
Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Afifah Afriana  
NIM : 2210721044  
Fakultas : Ilmu Kesehatan  
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta Hak Bebas Royalti Non Eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul: Penerapan Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga pada Lansia dengan Asam Urat Melalui Intervensi Inovasi Senam Ergonomis di RT 06 RW 07 Kelurahan Grogol Kota Depok.

Beserta Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengolah dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Hasil KIA saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta

Pada Tanggal : 27 April 2023

Yang menyatakan,



Afifah Afriana

## PENGESAHAN

KIA diajukan oleh:

Nama : Afifah Afriana  
NIM : 2210721044  
Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi  
Judul KIA : Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Lansia Dengan Asam Urat Melalui Intervensi Inovasi Senam Ergonomis Untuk Menurunkan Kadar Asam Urat di RT 06 RW 07 Kelurahan Grogol Kota Depok

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Ners pada Program Studi Pendidikan Profesi Ners Program Profesi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta



Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep., Sp.Kep.J  
Ketua Penguji



Ns. Nourmayana Vidya Anugeraini, M.Kep., Sp.Kep.Kom



Ns. Chandra Tri Wahyudi, M.Kes., M.Kep

Penguji II



Ns. Desniwati, M.Kep., Sp.Mat., PhD

Ns. Dora Samaria, M.Kep., M.Kep  
Ketua Program Studi Profesi Ners

Tanggal Ujian : 27 April 2023

# **ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA LANSIA DENGAN ASAM URAT MELALUI INTERVENSI SENAM ERGONOMIS UNTUK MENURUNKAN KADAR ASAM URAT DI RT 06 RW 07 KELURAHAN GROGOL KOTA DEPOK**

**Affah Afriana**

## **Abstrak**

Lansia rentan mengalami masalah Kesehatan pada sistem musculoskeletal. Gangguan sendi yang sering dialami oleh lansia salah satunya ialah Asam Urat. Salah satu terapi non farmakologi yang dapat dilakukan oleh lansia ialah senam ergonomis. Senam ergonomis merupakan suatu Teknik senam yang memiliki tujuan untuk mengembalikan posisi dan meningkatkan kelenturan sistem syaraf memaksimalkan oksigen ke otak, sistem pembakaran tubuh dan membantu memperlancar metabolisme tubuh. Penerapan senam ergonomis pada pasien kelolaan maupun pasien resume dilakukan sebanyak 6 kali pertemuan selama 2 minggu. Hasil penerapan senam ergonomis menunjukkan adanya penurunan rata-rata kadar asam urat pada lansia pasien kelolaan dari 8,5 mg/dl menjadi 6,0 mg/dl. Sedangkan pada klien resume nilai rata-rata penurunan kadar asam urat menunjukkan hasil 6,80 mg/dl menjadi 6,45 mg/dl. Hasil tersebut menunjukkan bahwa senam ergonomis efektif diberikan pada lansia baik klien kelolaan maupun resume untuk menurunkan kadar asam urat didalam tubuh. Perawat komunitas diharapkan dapat menerapkan senam ergonomis sebagai salah satu terapi non farmakologi untuk klien dengan asam urat.

**Kata Kunci :** Asam Urat, Lansia, Senam Ergonomis,

**ANALYSIS OF NURSING CARE FAMILY ELDERLY WITH  
GOUT THROUGH ERGONOMIC EXERCISE  
INTERVENTION TO REDUCE URIC ACID LEVELS IN RT 06  
RW 07 GROGOL KELURAHAN, DEPOK CITY**

**Affah Afriana**

**Abstract**

The elderly are prone to health problems in the musculoskeletal system. One of the joint disorders that is often experienced by the elderly is gout. One of the non-pharmacological therapies that can be done by the elderly is ergonomic exercise. Ergonomic gymnastics is a gymnastic technique that has the goal of restoring position and increasing the flexibility of the nervous system to maximize oxygen to the brain, the body's combustion system and to help expedite the body's metabolism. The implementation of ergonomic exercises in managed patients and resume patients was carried out in 6 meetings for 2 weeks. The results of the application of ergonomic exercises showed a decrease in the average uric acid level in elderly patients being managed from 8.5 mg/dl to 6.0 mg/dl. Whereas on resume clients the average value of decreasing uric acid levels shows results from 6.80 mg/dl to 6.45 mg/dl. These results indicate that ergonomic exercises are effective for the elderly, both managed and resume clients, to reduce uric acid levels in the body. Community nurses are expected to be able to apply ergonomic exercises as a non-pharmacological therapy for clients with gout

**Keywords :** Gout, Elderly, Ergonomic Gymnastics

## KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada kehadirat Tuhan Yang Maha Esa atas berkat, Rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan karya ilmiah akhir Ners (KIAN) yang berjudul “Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Lansia Dengan Asam Urat Melalui Intervensi Inovasi Senam Ergonomis Untuk Menurunkan Kadar Asam Urat di RT 06 RW 07 Kelurahan Grogol Kota Depok”. sebagai salah satu syarat dalam memperoleh gelar profesi Ners di Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta. Penulis mengucapkan terima kasih kepada Dr. Anter Venus, MA.Comm selaku Rektor Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta, Desmawati., SKP. M.Kep., Sp.Kep.Mat., PhD selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan , Ns. Wiwin Winarti, M. Epid. M.N selaku ketua jurusan Keperawatan, Ns. Dora Samaria, M.Kep selaku kepala program studi profesi Ners. Penulis ucapkan Terimakasih kepada Ns. Chandra Tri Wahyudi, M.Kes., M.Kep selaku dosen pembimbing KIAN yang telah memberikan arahan dan saran yang sangat bermanfaat dan juga kepada Ns. Duma Lumban Tobing, M.Kep., Sp.Kep.J dan Ns. Nourmayansa Vidya Anggraini, M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku penguji dosen penguji. Tak lupa juga penulis sampaikan kepada keluarga yang telah bersedia untuk bekerjasama dalam penerapan asuhan keperawatan keluarga ini. Penulis juga mengucapkan rasa terimakasih kepada orang tua, kakak dan teman-teman yang selalu memberikan doa dan dukungan sehingga penulis dapat menyelesaikan KIAN ini. Penulis menyadari bahwa masih banyak kekurangan dalam penulisan KIAN ini, maka dari itu dengan senang hati penulis menerima segala kritik dan saran. Besar harapan penulis semoga KIAN ini dapat bermanfaat bagi para pembaca.

Jakarta, 25 April 2023

Penulis



Afifah Afriana



## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS .....	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....	iii
PENGESAHAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
KATA PENGANTAR .....	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR GAMBAR .....	x
DAFTAR SKEMA.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
I.1. Latar Belakang.....	1
I.2. Tujuan Penulisan .....	4
I.3. Manfaat Penelitian.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
II.1. KONSEP KASUS.....	6
II.2. KONSEP INTERVENSI .....	26
BAB III GAMBARAN KASUS KELOLAAN .....	35
III.1. Pengkajian Kasus.....	35
III.2. Analisa Data.....	47
III.3. Skoring dan Diagnosa Keperawatan.....	49
III.4. Intervensi Keperawatan .....	53
III.5. Intervensi Inovasi.....	56
III.7. Implementasi dan Evaluasi .....	58
III.8. Implementasi Intervensi Inovasi.....	65
BAB IV PEMBAHASAN.....	67
IV.1. Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Teoritis dan Penelitian Terkait.....	67
IV.2. Analisis Penerapan Intervensi Sesuai Praktik Berbasis Bukti.....	70
IV.3. Implikasi .....	72
BAB V PENUTUP.....	75
V.1. Kesimpulan .....	75
V.2. Saran .....	75
DAFTAR PUSTAKA .....	77
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

## DAFTAR TABEL

Tabel 1 Hasil Pemeriksaan Fisik.....	41
Tabel 2 Data Fokus .....	46
Tabel 3 Analisa Data .....	47
Tabel 4 Skoring Diagnosa.....	49
Tabel 5 Skoring Diagnosa.....	51
Tabel 6 Hasil Pengukuran Tekanan Darah Sebelum Dan Sesudah Intervensi Senam Ergonomis .....	66
Tabel 7 Hasil Analisis Penerapan Senam Ergonomis Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Klien Kelolaan .....	70
Tabel 8 Hasil Analisis Penerapan Senam Ergonomis Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Klien Resume.....	70

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Gerakan 1 Senam Ergonomis .....	27
Gambar 2 Gerakan 2 Senam Ergonomis .....	28
Gambar 3 Gerakan 3 Senam Ergonomis .....	29
Gambar 4 Gerakan 4 Senam Ergonomis .....	29
Gambar 5 Gerakan 5 Senam Ergonomis .....	30
Gambar 6 Denah Rumah Ny. I.....	37

## DAFTAR SKEMA

Skema 1. Pathway Asam Urat .....	18
----------------------------------	----

## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1	Lembar Persetujuan
Lampiran 2	Kartu Monitoring Bimbingan
Lampiran 3	SOP Senam Ergonomis
Lampiran 4	Booklet/Produk KIAN
Lampiran 5	Hasil Uji Turnitin Produk KIAN
Lampiran 6	Sertifikat HKI
Lampiran 7	Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 8	Hasil Uji Turnitin Laporan KIAN