



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA
LANSIA DENGAN ASAM URAT MELALUI INTERVENSI
SENAM ERGONOMIK UNTUK MENURUNKAN KADAR
ASAM URAT DI WILAYAH KELURAHAN GROGOL, KOTA
DEPOK**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

DIAH SINTO RINI

2410721046

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2025**



**ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA
LANSIA DENGAN ASAM URAT MELALUI INTERVENSI
SENAM ERGONOMIK UNTUK MENURUNKAN KADAR
ASAM URAT DI WILAYAH KELURAHAN GROGOL, KOTA
DEPOK**

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Ners

DIAH SINTO RINI

2410721046

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS PROGRAM PROFESI
2025**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Karya Ilmiah Akhir Ners ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan benar.

Nama : Diah Sinto Rini

NIM : 2410721046

Tanggal : 20 Mei 2025

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

Jakarta, 20 Mei 2025

Yang Menyatakan,



Diah Sinto Rini

PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KIAN UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran”
Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Diah Sinto Rini
NIM : 2410721046
Fakultas : 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: Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Lansia Dengan Asam Urat Melalui Intervensi Senam Ergonomik Untuk Menurunkan Kadar Asam Urat di Wilayah Kelurahan Grogol, Kota Depok

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan hasil Karya Ilmiah Akhir Ners 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: Mei 2025
Yang Menyatakan,



Diah Sinto Rini

PENGESAHAN

Karya Ilmiah Akhir Ners ini diajukan oleh:

Nama : Diah Sinto Rini

NIM : 2410721046

Program Studi : Pendidikan Profesi Ners Program Profesi

Judul Karya Ilmiah : Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Lansia Dengan Asam Urat Melalui Intervensi Senam Ergonomik Untuk Menurunkan Kadar Asam Urat Di Wilayah Kelurahan Grogol, Kota Depok

Telah berhasil dipertahankan dihadapan 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. Nourmayansa Vidya Anggraini, M.Kep., Sp.Kep.Kom
Ketua Penguji

Ns. T. Widya Nalaria, M.Kep., Sp.Kep.K
Penguji II

Ns. Sang Ayu Made Adyani, M.Kep., Sp.Kep.Kom
Penguji III (Pembimbing)

Desmawati, S.Kp., M.Kep., Sp.Kep.Mat., Ph.D
Dekan FIKES UPN Veteran Jakarta

Ns. Cut Sarida Pompey, S.Kep., M.N.S.
Koordinator Program Studi Profesi Ners

Ditetapkan di
Tanggal Seminar: 20 Mei 2025



ANALISIS ASUHAN KEPERAWATAN KELUARGA PADA LANSIA DENGAN ASAM URAT MELALUI INTERVENSI SENAM ERGONOMIK UNTUK MENURUNKAN KADAR ASAM URAT DI WILAYAH KELURAHAN GROGOL, KOTA DEPOK

Diah Sinto Rini

Abstrak

Gout arthritis memberi salah satu jenis penyakit radang sendi, umum terjadi pada lansia akibat peningkatan kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia). Penyakit ini dapat menimbulkan nyeri hebat, pembengkakan, dan keterbatasan aktivitas harian. Penanganan tidak hanya bergantung pada terapi farmakologis, tetapi juga memerlukan pendekatan nonfarmakologis yang berkelanjutan dan dapat diterapkan oleh lansia. Studi ini bertujuan menganalisis efektivitas intervensi senam ergonomik dalam menurunkan kadar asam urat pada lansia melalui pendekatan asuhan keperawatan keluarga di Kelurahan Grogol, Kota Depok. Metode yang digunakan meliputi pengkajian, diagnosis, intervensi, implementasi, dan evaluasi keperawatan. Hasil menunjukkan bahwa senam ergonomik, yang merupakan kombinasi gerakan otot dan pernapasan, mampu meningkatkan metabolisme, ekskresi asam urat, dan menurunkan inflamasi. Selain itu, dukungan keluarga memiliki peran penting dalam keberhasilan intervensi. Kesimpulan dari penelitian ini menyatakan bahwa senam ergonomik dapat menjadi alternatif terapi nonfarmakologis yang efektif untuk membantu lansia mengelola kadar asam urat secara mandiri dan berkelanjutan dalam konteks keluarga.

Kata Kunci: Asuhan keperawatan keluarga, *Gout arthritis*, Lansia, Senam ergonomik, Terapi nonfarmakologis.

ANALYSIS OF FAMILY NURSING CARE IN THE ELDERLY WITH GOUT THROUGH ERGONOMIC EXERCISE INTERVENTIONS TO REDUCE URIC ACID LEVELS IN THE GROGOL VILLAGE AREA, DEPOK CITY

Diah Sinto Rini

Abstract

Gouty arthritis is an inflammatory joint disease that is common in the elderly due to increased uric acid levels in the blood (hyperuricemia). This disease can cause severe pain, swelling, and limitations in daily activities. Treatment does not only depend on pharmacological therapy, but also requires a non-pharmacological approach that is sustainable and can be applied by the elderly. This study aims to analyze the effectiveness of ergonomic exercise interventions in reducing uric acid levels in the elderly through a family nursing care approach in Grogol Village, Depok City. The methods used include assessment, diagnosis, intervention, implementation, and nursing evaluation. The results show that ergonomic exercises, which are a combination of muscle movements and breathing, can increase metabolism, uric acid excretion, and reduce inflammation. In addition, family support plays an important role in the success of the intervention. The conclusion of this study states that ergonomic exercises can be an effective alternative nonpharmacological therapy to help the elderly manage uric acid levels independently and sustainably in a family context.

Keywords: Gouty arthritis, Elderly, Ergonomic gymnastics, Family nursing care, Nonpharmacological therapy.

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan KIAN yang berjudul “Analisis Asuhan Keperawatan Keluarga Pada Lansia Dengan Asam Urat Melalui Intervensi Senam Ergonomik Untuk Menurunkan Kadar Asam Urat di Wilayah Kelurahan Grogol, Kota Depok.”. Penulis mengucapkan terima kasih kepada: Dr. Anter Venus, MA, Comm selaku Rektor UPN Veteran Jakarta, Desmawati, SKP, M. Kep, Sp. Mat, PhD selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan, Ns. Cut Sarida Pompey, MNS selaku Ketua Jurusan Keperawatan dan Ketua Program Studi Profesi Ners Program Profesi, Ns. Lina Berliana Togatorop, M.Kep selaku Sekretaris Program Studi Profesi Ners, Ns. Nourmayansa Vidya Anggraini, M.Kep., Sp.Kep.Kom selaku dosen penguji 1, Ns. T. Widya Nalaria, M.Kep., Sp.Kep.K. selaku dosen penguji 2, dan Ns. Sang Ayu Made Adyani, M.Kep, Sp.Kep.Kom selaku penguji 3 sekaligus dosen pembimbing yang telah membimbing penulis dengan penuh ketelitian dalam penulisan KIAN ini. Penulis juga mengucapkan terima kasih kepada kedua orang tua, dan keluarga besar yang selalu menjadi penyemangat dan alasan utama penulis untuk menyelesaikan KIAN ini. Tidak lupa juga penulis ucapkan terima kasih kepada sahabat-sahabat terkasih penulis yang sedari awal memasuki masa perkuliahan Sila, Aca, Azza, Wita, Riri, Bila, dan Cica. Terima kasih kepada seseorang yang saya sayangi namun tidak bisa saya sebutkan namanya, dan sampai saat ini masih menjadi saksi perjuangan penulis. Terima kasih kepada seluruh pihak yang tidak bisa di sebutkan satu-persatu, namun sudah sabar mendengarkan segala keluhan penulis selama masa penyelesaian KIAN ini. Penulis menyadari bahwa penyusunan KIAN ini tidak luput dari segala ketidaksempurnaan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun sehingga dapat dijadikan bahan evaluasi dan acuan agar menjadi lebih baik kedepannya.

Jakarta, Mei 2025

Penulis

Diah Sinto Rini

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 LAMPIRAN	x
 BAB I_PENDAHULUAN	1
I.1 Latar belakang	1
I.2 Rumusan Masalah.....	5
I.3 Tujuan Penelitian	6
I.4 Manfaat penelitian	7
 BAB II_TINJAUAN PUSTAKA.....	9
II.1. Konsep Lansia	9
II.2. Konsep Asam Urat.....	17
II.3. Konsep Asuhan Keperawatan Keluarga	28
II.4. Konsep Intervensi Senam Ergonomik	35
 BAB III_GAMBARAN KASUS	39
III.1 Asuhan Keperawatan Kasus	39
III.2 Intervensi Senam Ergonomik	83
III.3 Asuhan Keperawatan Klien Resume	84
III.4 Implementasi Intervensi Inovasi.....	104
III.5 Evaluasi Keperawatan	105
 BAB IV_PEMBAHASAN.....	106
IV.1 Analisis Asuhan Keperawatan Berdasarkan Konsep Teoritis dan Penelitian Terkait.....	106
IV.2 Analisis Penerapan Senam Ergonomik Pada Kasus	120
 BAB V PENUTUP.....	126
V.1 Kesimpulan.....	126
V.2 Saran	127
 DAFTAR PUSTAKA	129
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Nilai Normal Kadar Asam Urat	27
Tabel 2	Penyusunan Skala prioritas	32
Tabel 3	Pemeriksaan Fisik Keluarga Kelolaan	46
Tabel 4	Data Fokus	55
Tabel 5	Analisa Data.....	56
Tabel 6	Skoring Diagnosa Masalah Manajemen Kesehatan tidak efektif	61
Tabel 7	Masalah Perilaku Kesehatan Cenderung Berisiko	62
Tabel 8	Masalah Kesiapan Peningkatan Koping Keluarga.....	64
Tabel 9	Diagnosa Keperawatan	65
Tabel 10	Rencana Intervensi Keperawatan.....	66
Tabel 11	Implementasi Keperawatan Klien Kelolaan.....	85
Tabel 12	Hasil Pengukuran Nilai Kadar Asam Urat Sebelum dan Kadar Asam Urat Sesudah Intervensi Senam Ergonomik	104
Tabel 13	Hasil Pengukuran Nilai Kadar Asam Urat Sebelum dan Kadar Asam Urat Sesudah Intervensi Senam Ergonomik	121
Tabel 14	Hasil Nilai Rata-Rata Kadar Asam Urat Pada Klien Kelolaan dan Resume Sebelum dan Sesudah Intervensi Senam Ergonomik.....	122

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Lembar Persetujuan Judul KIA
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Sidang KIA
Lampiran 3 Kartu Monitoring
Lampiran 4 SOP Senam Ergonomik
Lampiran 5 Media Edukasi
Lampiran 6 Dokumentasi
Lampiran 7 Surat Pernyataan Bebas Plagiarisme
Lampiran 8 Hasil Turnitin KIA