

PENGARUH SENAM ERGONOMIS TERHADAP KADAR ASAM URAT

PADA LANSIA DENGAN GOUT : *LITERATURE REVIEW*

KARYA TULIS ILMIAH



DIAJUKAN OLEH :

ENI WAHYUNI

1811102416025

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN

FAKULTAS ILMU KEPERAWATAN

UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

2021

Pengaruh Senam Ergonomis terhadap Kadar Asam Urat

pada Lansia dengan Gout : *Literature Review*

Karya Tulis Ilmiah

Untuk Memenuhi Syarat

Memperoleh Gelar Ahli Madya Keperawatan

Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur



Diajukan Oleh :

Eni Wahyuni

1811102416025

Program Studi Diploma III Keperawatan

Fakultas Ilmu Keperawatan

Universitas Muhammdiyah Kalimantan Timur

2021

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Eni Wahyuni

NIM : 1811102416025

Program Studi : DIII Keperawatan

Judul :

PENGARUH SENAM ERGONOMIS TERHADAP KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DENGAN GOUT : *LITERATURE REVIEW*

Menyatakan bahwa penelitian yang saya tulis ini benar-bener hasil karya sendiri, bukan merupakan pengambil alihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat di buktikan bahwa terdapat plagiat dalam penelitian ini, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan undang-undang (Peemendiknas no.17, tahun 2010).

Samarinda, 24 Juni 2021



Eni Wahyuni
Eni Wahyuni
NIM. 1811102416025

LEMBAR PERSETUJUAN

**PENGARUH SENAM ERGONOMIS TERHADAP KADAR ASAM URAT
PADA LANSIA DENGAN GOUT : LITERATURE REVIEW**

DISUSUN OLEH:

ENI WAHYUNI

1811102416025

Disetujui untuk di ujikan

Pada Tanggal, 24 Juni 2021

PEMBIMBING



Ns. Faried Rahman Hidayat.S.kep..M.Kes

NIDN : 112068002

Mengetahui,

koordinator Mata Ajar KTI



Ns. Faried Rahman Hidayat.S.kep..M.Kes

NIDN : 112068002

LEMBAR PENGESAHAN

**PENGARUH SENAM ERGONOMIS TERHADAP KADAR ASAM URAT PADA
LANSIA DENGAN GOUT : *LITERATURE REVIEW***

DISUSUN OLEH :

ENI WAHYUNI

1811102416025

Diseminarkan dan diujikan Pada Tanggal, 24 Juni 2021

Penguji I

Ns. Taharuddin, M.Kep
NIDN : 1129058501

Penguji II

Ns. Faried Rahman Hidayat, S. Kep., M. Kes
NIDN : 1112068002

Mengetahui,

Ketua Progam Studi D III Keperawatan



Ns. Ramdhany Ismahmudi, S.Kep., MPH

NIDN : 1110087901

MOTTO

***Menegur jangan sampai menghina. Mendidik jangan sampai memaki.
Meminta jangan sampai memaksa. Memberi jangan sampai
mengungkit.***

KATA PENGANTAR



Assalamu'allaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Alhamdulillah segala Puji syukur penulis di penjatkan atas khadiratan Allah SWT. Yang telah memberikan kesehatan kepada penulis, sampai penulis bisa menyelesaikan tugas akhir dengan tuntas tanpa kendala dan kurang apapun, dan berkat rahmat dan hidayahnyalah, karunia serta ridho-Nya tugas akhir ini selesai dengan tepat waktu. Sholawat serta salam tak lupa penulis curahkan kepada junjungan kita Nabi Besar Muhammad SAW, beserta keluarga, sabahat, dan pengikutnya hingga akhir zaman.

Karya tulis ilmiah dengan berjudul "PENGARUH SENAM ERGONOMIS TERHADAP KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DENGAN GOUT: *LITERATURE RERIEW*" di susun dengan sebaik-baik untuk memenuhi persyaratan menyelesaikan Pendidikan Diploma III Keperawatan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur Tahun 2020/2021.

Selama tulis ilmiah dengan berjudul karya tulis ilmiah ini penulis banyak memperoleh masukan dan dorongan serta bimbingan, bantuan

dan motivasi dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis ingin menyampaikan rasa banyak terimakasih sebesar besarnya kepada :

1. Bapak Prof, Dr. Bambang Setiaji, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Ibu Dr. Hj. Nunung Herlina, S.kp., M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
3. Bapak Ns. Ramdhany Ismahudi, S. kep., MPH, selaku ketua program studi DIII Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur dan selaku penguji karya tulis ini.
4. Bapak Ns. Taharuddin, M.Kep selaku dosen penguji yang selalu memberikan masukan, bimbingan dan motivasi dalam penyelesaian skripsi penelitian dalam bentuk literature review.
5. Bapak Ns. Faried Rahman Hidayat, S.Kep., M. Kes, selaku pembimbing Karya Tulis ini. Terima kasi waktu, ilmu, serta kesabarannya dalam membimbing penulis dalam menyelesaikan karya tulis ini.
6. Bapak Ns. Faried Rahman Hidayat, S.Kep., M. Kes, selaku koordinator mata ajar Karya Tulis Ilmiah.
7. Semua dosen maupun asisten dosen, serta jajaran lainnya yang telah membantu juga memberikan ilmu kepada penulis
8. Kedua orang tua yang saya amat sayangi, bapak Rukeli dan Ibu Siti Muayiwah yang telah memberikan kehidupan yang sangat cukup kepada saya, terimakasih atas tenaga dan pikiran serta doa

yang tidak pernah lepas diberikan kepada saya sehingga dapat berada di titik ini.

9. Kakak saya Muhammad Sholin, kakak satu-satunya yang saya memiliki yang sangat membantu saya secara materi dan immateri.
10. Keluarga besar saya yang sangat mengharapkan saya bisa segera lulus dalam pendidikan ini dan membantu kesejahteraan keluarga.
11. Teman-teman seperjuangan saya Andi Nur Afni dan Maulidini Walyataf yang selalu saling memberikan dukungan dan bantuan selama 3 tahun di dunia pendidikan ini.
12. Sahabat- sahabat saya Viona Hartawan, Machmuda Aghisna, Putri Riska Dan Yayak, yang banyak mengetahui perjalanan hidup saya baik suka maupun duka
13. Suami saya Bripda I Gusti Gempur T.S, saya berterima kasih sudah kasih support saya sampai saat ini dan sabar menghadapi sifat saya.
14. Diri sendiri, dari sekian banyak orang yang membantu diri sendirilah yang memiliki peran yang sangat begitu penting menghadapi up and downnya tahapan dewasa ini.

Samarinda, 24 Juni 2021

Eni Wahyuni
1811102416025

**Pengaruh Senam Ergonomis terhadap Kadar Asam Urat pada Lansia dengan Gout :
*Literature Review***

Eni Wahyuni¹, Faried Rahman Hidayat²

**Program Studi Diploma III Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas
Muhammadiyah Kalimantan Timur, Jln. Ir. H. Juanda
Email : enyw250100@gmail.com**

INTISARI

Latar Belakang: Asam urat adalah metabolisme penyakit yang dimana tubuh tidak bisa mengendalikannya adalah asam urat jadi asam urat dapat menyebabkan nyeri pada tulang dan sendi, oleh karena itu sering untuk sebagian besar pada lansia. Dapat menyebabkan ketimbulkan dari asam urat adalah seperti batu ginjal , nefropati ginjal , senior tophi yang dapat menyebabkan kesulitan dalam menurunkan kadar asam urat. Asam urat juga dapat dalam campur tangan farmakologi dengan terapi non , salah satu contohnya adalah senam Ergonomis. Senam ergonomis adalah gerakan otot yang di kombinasikan dengan teknik pernapasan.

Tujuan: Untuk menentukan ergonomis efek senam pada asam urat tingkat pada orang tua dengan Gout.

Metode: Penelitian ini merupakan kualitatif literatur penelitian dengan metode dan analisis dari beberapa jurnal penelitian

Hasil Penelitian: Jadi hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden berusia mulai dari 60-74 tahun pada lansia. Serta sebagian besar lansia memiliki asam urat.

Kata Kunci : asam urat, gout, lansia, senam ergonomis

¹ Mahasiswa Diploma III Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

² Dosen Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

***The Influence of Ergonomic Exercise on Uric Acid Level in The Elderly with Gout :
Literature Review***

Eni Wahyuni³, Faried Rahman Hidayat⁴

***Diploma III Nursing Study Program, Faculty of Nursing, Muhammadiyah University
of East Kalimantan, St. Ir. H. Juanda
Email : enyw250100@gmail.com***

ABSTRACT

Background: Gout is a metabolic penyakit the whereby a body cannot control it is uric acid so the uric acid can cause pain in bones and joints, hence often for mostly on elderly. Can cause ketimbulkan from the gout is like a kidney stone , nefropati kidney , seniors tophi that could cause difficulties in the lower the levels of uric acid. Gout can also in intervention with therapy non pharmacological, one example is gymnastic ergonomic. Gymnastic ergonomic is a movement a muscle that in combine it with techniques of breathing

Objective: to determine the Ergonomic Effect of Gymnastics on Uric Acid Levels in the Elderly with Gout.

Methods: This research is a qualitative research with a literature review method, namely by conducting an analysis of several research journals

Research results: So the research results show the majority of respondents was from 60-74 in elderly. And most of the elderly have gout

Keywords: elderly, ergonomic exercise, gout

³ Diploma III Nursing Student, Muhammadiyah University of East Kalimantan

⁴ Lecturer at Muhammadiyah University of East Kalimantan

DAFTAR ISI

Halaman Judul.....	i
Halaman Surat Pernyataan Keaslian.....	ii
Halaman Persetujuan	iii
Halaman Pengesahan	iv
Motto.....	v
Kata Pengantar.....	viii
Intisari	ix
Abstract.....	x
Daftar Isi	xi
Daftar Tabel	xii
Daftar Gambar	xiv
Daftar Lampiran	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
A. Rumusan Masalah	5
B. Tujuan Penelitian	5
C. Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Telaah Pustaka	7

B. Kerangka Teori Penelitian	31
BAB III METODE PENELITIAN	32
A. Pencarian Literatur	32
B. Kriteria Inklusi.....	33
C. Seleksi Studi Dan Penilaian Kualitas	34
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	35
A. Hasil dan Analisis	35
B. Pembahasan	45
BAB V PENUTUP	48
A. Kesimpulan	48
B. Saran.....	48
DAFTAR PUSTAKA.....	50
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 3.1 Kriteria Inklusi penelitian	31
Tabel 4.1 Hasil dan Analisis	37

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Metabolisme Purin.....	13
Gambar 2.2 Fatofisiologi Gout.....	16
Gambar 2.3 Gerakan Lapang dada.....	23
Gambar 2.4 Gerakan Tunduk Syukur.....	24
Gambar 2.5 Gerakan Duduk Perkasa.....	27
Gambar 2.6 Gerakan Pembakar.....	28
Gambar 2.7 Gerakan Berbaring Pasrah.....	29
Gambar 2.8 Teori Penelitian.....	31
Gambar 3.1 Flow Diagram.....	34

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Biodata Peneliti

Lampiran 2 Daftar *Link* Jurnal

Lampiran 3 Surat Pernyataan *Literature Review*

Lampiran 4 Lembar Konsultasi

Lampiran 5 Hasil Uji Pagiasi