

Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung  
Jurusan Keperawatan Bandung  
Program Studi Keperawatan Bandung  
Bandung, Juni 2021  
Lyana Nurhasanah Zein. P17320118068

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

**ABSTRAK**

XV, 79 Hal, 5 Bab, 2 Bagan, 1 Tabel, 6 Gambar, 4 Lampiran

*Gout* adalah suatu penyakit yang di tandai dengan serangan mendadak, berulang, dan disertai dengan *arthritis* akibat endapan kristal monosodium urat dalam sendi. Asam urat merupakan hasil akhir dari katabolisme (pemecahan) suatu zat yang bernama purin. Indonesia menempati peringkat pertama penderita *gout* di Asia Tenggara dengan angka kejadian 655.745 orang (0,27%) dari 238.452.952 orang di tahun 2010 dan Indonesia memiliki sekitar 360.000 pasien *gout* dan saat ini, penyakit sendi di Indonesia yang di diagnosis dokter sebesar 7,3% atau 19.637.000 jiwa dengan sekitar 38% penderita berusia >60 tahun (lansia). Kadar asam urat yang tinggi sering dijumpai pada lansia akibat terjadinya penurunan produksi enzim urikinase. Pengobatan non-farmakologi yang dapat dipilih salah satunya senam ergonomik yang terdiri dari gerakan yang sesuai dengan susunan fisiologis tubuh sehingga terpelihara homeostatisnya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui pengaruh senam ergonomik terhadap kadar asam urat melalui *literature*. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif analitik dengan desain *literature review*. Proses yang dilakukan dengan menganalisis 5 jurnal terkait mengenai pengaruh senam ergonomik terhadap kadar asam urat penderita *gout* yang diakses melalui *Google Scholar* dan Portal Garuda, dipublikasi pada tahun 2011-2021. Hasil penelitian dari kelima jurnal yang di teliti menunjukkan bahwa senam ergonomik berpengaruh terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia dengan *gout*, dibuktikan dengan  $p\text{ value} = 0.000 < \alpha$  ( $\alpha=0.05$ ) dari 4 jurnal dan  $p\text{ value} = 0,005 < \alpha$  ( $\alpha=0.05$ ) dari 1 jurnal. Hasil ini diartikan  $H_0$  ditolak atau adanya pengaruh. Dalam hal ini, profesi perawat dapat bekerja sama dengan promotor kesehatan untuk melakukan penatalaksanaan penyakit *gout* dengan senam ergonomik yang dapat dilaksanakan minimal sebulan sekali.

Kata Kunci : Senam Ergonomik, Kadar Asam Urat, Lansia, Gout

Referensi : 67 (2006-2020)

Politeknik Kesehatan Kemenkes Bandung  
Jurusan Keperawatan Bandung  
Program Studi Keperawatan Bandung  
Bandung, Juni 2021  
Lyana Nurhasanah Zein. P17320118068

**THE INFLUENCE OF GYMNASTICS ERGONOMICS TO CONTENT  
GOUT IN ELDERLY PEOPLE WITH GOUT  
: LITERATURE REVIEW**

**ABSTRACT**

XV, 79 Pages, 5 Chapters, 2 Charts, 1 Tables, 6 Figures, 4 Attachments

Gout is a disease characterized by the sudden attack, repeated, and accompanied by arthritis caused by deposition of crystals of monosodium urate in the joints. Uric acid is the end result of the catabolism (breakdown) of a substance called purine. Indonesia ranks first sufferer of gout in Southeast Asia with the incidence of 655.745 people (0,27%) of 238.452.952 people in the year 2010 and Indonesia has around 360,000 gout patients and currently, diseases of the joints in Indonesia in the diagnosis of the doctor by 7.3% or 19.637.000 soul with around 38% of patients aged >60 years (elderly). High uric acid levels often encountered in the elderly due to the decrease in the production of enzymes urikinase. The treatment is non-pharmacological, which can be selected one gymnastics ergonomics that consists of the movement in accordance with the arrangement of the physiological body is so well-maintained homeostatic. The purpose of this study is to determine the effect of gymnastics ergonomics to the levels of uric acid through the literature. This research is an analytical descriptive research design literature review. The process is done by analyzing the 5 journals related to the influence of gymnastics ergonomics to the levels of uric acid patients with gout are accessed through Google Scholar and Portal Garuda, published in the year of 2011-2021. The results of the research of the fifth journal in the perusal shows that gymnastics ergonomics effect to decrease uric acid levels in elderly people with gout, evidenced by the  $p \text{ value} = 0.000 < \alpha (\alpha=0.05)$  from 4 journals, and  $p \text{ value} = 0,005 < \alpha (\alpha=0.05)$  from 1 journal. These results are interpreted  $H_0$  is rejected or the influence. In this case, the profession of a nurse can work together with the promoters of health to conduct the management of the disease of gout with gymnastics ergonomics that can be carried out at least once a month.

Keywords : Gymnastics Ergonomics, The Levels of Uric Acid, The Elderly, Gout

Reference : 67 (2006-2020)