

ABSTRAK

Gout Arthritis adalah penyakit metabolik yang disebabkan oleh penumpukan kristal monosodium urat monohidrat pada persendian yang dapat menimbulkan rasa nyeri dan peradangan, sehingga menyebabkan gangguan pada sistem gerak dan perubahan aktivitas sehari-hari. Penatalaksanaan *gout arthritis* salah satunya dengan senam ergonomis. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis penerapan senam ergonomis pada lansia dengan *gout arthritis* di Panti Werdha Hargo Dedali Surabaya.

Jenis penelitian ini adalah studi kasus. Subjek penelitian menggunakan satu lansia penderita *gout arthritis* dengan masalah keperawatan nyeri kronis. Penelitian dilakukan dari tanggal 05 Juli 2022 sampai 07 Juli 2022, dengan intervensi senam ergonomis sebanyak 3 pertemuan dalam 1 minggu dengan waktu 15-20 menit setiap pertemuan. Pengumpulan data dilakukan dengan cara wawancara, observasi, dan melakukan beberapa pemeriksaan. Instrumen penelitian menggunakan lembar Standar Operasional Prosedur (SOP), *easy touch GCU meter device*, dan *numeric rating scale*. Analisis data yang digunakan dengan teknik analisa deskriptif yang didapatkan dari Standar Luaran Keperawatan Indonesia.

Sebelum dilakukan senam ergonomis, nilai asam urat 8,2 mg/dL dengan skala nyeri 7, setelah dilakukan senam ergonomis selama 3 hari nilai asam urat menjadi 7,6 mg/dL dengan skala nyeri 5.

Penerapan senam ergonomis ini dapat diberikan pada penderita *gout arthritis* untuk mengurangi nyeri dan menurunkan nilai asam urat. Diharapkan perawat dapat menerapkan senam ergonomis sebagai pengobatan non farmakologis untuk menurunkan tingkat nyeri dan nilai asam urat pada lansia dengan *gout arthritis*.

Kata Kunci : Asam Urat, *Gout Arthritis*, Senam Ergonomis.