DAFTAR PUSTAKA

Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., Munthe, S. A., Hulu, V. T., Budiastutik, I., Faridi, A., Ramdany, R., Fitriani, R. J., Tania, P. O. A., Rahmiati, B. F., Lusiana, S. A., Susilawaty, A., Sianturi, E., & Suryana, S. (2021). *Metodologi penelitian kesehatan*. Medan: Yayasan Kita Menulis.

Arif, M., & Febrianti, N. (2023). Asuhan Keperawatan Keluarga pada Ny. H yang menderita gout arthrirtis dengan masalah nyeri akut di wilayah kerja Puskesmas Talise Kota Palu. *Jurnal Kolaboratif Sains*, *6* (12), 1726-1732.

Australian Institute of Health and Welfare. (2023). *Gout*. Australian Government. Retrieved from https://www.aihw.gov.au/reports/chronic-musculoskeletal-conditions/gout

Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan, Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Survei Kesehatan Indonesia (SKI) 2023: Integrasi Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) dan Survei Status Gizi Balita Indonesia (SSGI)*. Kementerian Kesehatan RI. Retrieved from https://www.kemkes.go.id/resources/download/info-terkini/survei-kesehatan-indonesia-2023

Fika, E. C., Suhry, H. C., Taiwiland, M. M., & Waduy, V. (2025). Senam ergonomi untuk menurunkan keluhan nyeri yang dirasakan oleh para pekerja kopra. *Jurnal Penelitian Kesehatan "SUARA FORIKES" (Forikes Voice)*, 16(1), 55–58.

Fitriani, R., et al. (2024). *Mengenal penyakit degeneratif: Hipertensi, diabetes, dan asam urat*. Penerbit NEM.

Frida, E. M., Lumintang, C. T., Sesaria, T. G., et al. (2025). *Konsep dan asuhan keperawatan medikal bedah*. Nuansa Fajar Cemerlang.

GBD 2021 Musculoskeletal Disorders Collaborators. (2023). Global, regional, and national burden of other musculoskeletal disorders, 1990–2020, and projections to 2050: A systematic analysis from the Global Burden of Disease Study 2021. *The Lancet Rheumatology, 5*(11), e670–e682. https://doi.org/10.1016/S2665-9913(23)00211-2

Handayani, L. T. (2018). Pedoman dan standar etik penelitian dan pengembangan kesehatan nasional. *The Indonesian Journal of Health Science, 10*(1). Retrieved from www.litbang.kemenkes.go.id (litbang.kemenkes.go.id in Bing)

Hansildaar, R., Vedder, D., Baniaamam, M., Tausche, A. K., Gerritsen, M., & Nurmohamed, M. T. (2021). Cardiovascular risk in inflammatory arthritis: Rheumatoid arthritis and gout. *The Lancet Rheumatology, 3*(1), e58–e70.

Irma, D., Julita, K., Clendia, A., Tiyas, A. P., Riyandi, A., Melvia, A. G., *et al*., (2024). *Patofisiologis gout rheumatoid arthritis*. PT. Penerbit Penamuda Media.

Iskandar, A., Johanis, A., Mansyur, Fitriani, R., Ida, N., et al. (2023). *Dasar metode penelitian*. Yayasan Cendekiawan Inovasi Digital Indonesia.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2022). *Asam urat bisa menyerang ginjal*. Direktorat Jenderal Kesehatan Lanjut Usia.

Pemerintah Provinsi Sumatera Utara. (2024). *RSU Haji Medan Provinsi Sumatera Utara*. RSU Haji Medan. Website resmi RSU Haji Medan

Purba, R., Arianto, A., & Tane, R. (2021). Pengaruh senam ergonomik terhadap penurunan kadar asam urat pada lanjut usia di Desa Pematang Kuing Kecamatan Sei Suka Kabupaten Batu Bara. *Jurnal Penelitian Keperawatan Medik, 4*(1), 9–16.

Purnia, D. S., Adiwisastra, M. F., Muhajir, H., & Supriadi, D. (2020). Pengukuran kesenjangan digital menggunakan metode deskriptif berbasis website. *Evolusi: Jurnal Sains dan Manajemen, 8*(2). https://doi.org/10.31294/evolusi.v8i2.8942

Riskesdas. (2018). *Laporan nasional Riskesdas 2018*. Lembaga Penerbit Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan.

Saragih, M., Gultom, R., & Sipayung, R. (2020). Penanganan asam urat dengan latihan senam ergonomik pada lansia di Kelurahan Gaharu Kecamatan Medan Timur. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat,* 4(2), 5–7.

Sinaga, E. (2012). *Biokimia dasar*. Jakarta Barat: PT. ISFI Penerbitan.

Sulistiyowati, W. (2017). *Buku ajar statistika dasar.* Sidoarjo: Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. https://doi.org/10.21070/2017/978-979-3401-73-7

Sun, M., Lyu, Z., Wang, C., Li, *et al*., (2025). 2024 Update of Chinese Guidelines for Diagnosis and Treatment of Hyperuricemia and Gout Part I: Recommendations for General Patients. International journal of rheumatic diseases, 28(7), e70375. https://doi.org/10.1111/1756-185x.70375

Suryati, S., Anwar, T., Judijanto, L., Ifadah, E., Fadhillah, L., Agil, N. M., & Sujati, N. K. (2025). *Perawatan pasien dewasa dengan nyeri akut dan nyeri kronis*. PT. Sonpedia Publishing Indonesia.

Tim Pokja SDKI DPP PPNI. (2017). *Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia (SDKI)*. Dewan Pengurus Pusat Persatuan Perawat Nasional Indonesia.

Vidyhantoko, N.L.R., & Melizza, N. (2025). Implementasi senam ergonomik untuk menurunkan nyeri sendi pada lansia Tn. A dengan goat arthritis Di RT 5 RW 2, Dusun Cokro, Kec. Pakis, Kab. Malang. *Jurnal Inovatif dan Kreativitas*, *5* (3), 35323–35328. https://doi.org/10.31004/joecy.v5i3.5305

Wahyudiana, D. (n.d.). *Metabolisme purin, asam urat*. Academica Education. Retrieved from https://www.academia.edu/12075161/Metabolisme_purin_asam_urat

World Health Organization. (2023). *WHO methods and data sources global burden of disease estimates*. WHO.

Wratsongko, M. (2014). *Sehat tanpa obat kimia dengan BEST: Teknik pernapasan otak berbasis ergonomik spiritual*. Mizan.

Wudiyono. (2023). *Buku mata ajar konsep dasar metodologi penelitian keperawatan*.

Yoselina, P., Neherta, M., & Fajria, L. (2023). *Kurangnya minat masyarakat pada pemberian imunisasi dasar lengkap bayi post COVID-19*. Penerbit Adab.

Yudiyanta, N. K., & Novitasari, R. W. (2015). *Assessment nyeri: Patient comfort assessment guide*.

Zalila, R., Firman, H., & Wahyuni, S. (2022). Asuhan keperawatan arthritis gout pada lansia dengan penatalaksanaan senam ergonomis untuk menurunkan nyeri sendi di Panti Sosial Lanjut Usia Harapan Kita Kota Palembang. *Media Informasi, 18*(1), 45–51.

LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Permohonan Menjadi Responden

SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Ninta Patrecia Banurea

NIM : P07520123025

Status : Mahasiswa Politeknik Kesehatan Kemenkes Jurusan Keperawatan Medan

Dengan ini mengajukan permohonan kepada Bapak/Ibu untuk bersedia menjadi responden penelitian yang akan saya lakukan dengan judul "Penerapan Senam Ergonomis Terhadap Nyeri Akut Pada Pasien Dengan *Gout Arthritis* Di Poli Rheumatologi RSU Haji Medan".

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perubahan skala intensitas nyeri pasien sebelum dan setelah pemberian terapi penerapan senam ergonomis. Bapak/Ibu dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tanpa paksaan. Peneliti menjamin bahwa penelitian ini tidak akan menimbulkan kerugian pada Bapak/Ibu sebagai responden.

Penelitian ini diharapkan dapat mengontrol kadar asam urat pada pasien. Peneliti sangat menghargai hak Bapak/Ibu sebagai responden. Peneliti menjaga kerahasiaan identitas atau informasi yang Bapak/Ibu berikan.

Demikian surat permohonan ini peneliti buat, atas kesediaan dan kerjasama Bapak/Ibu peneliti mengucapkan banyak terima kasih.

Medan, 18 April 2026

Peneliti

Ninta Patrecia Banurea

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 2 Surat Persetujuan Menjadi Responden

SURAT PERNYATAAN BERSEDIA BERPARTISIPASI SEBAGAI RESPONDEN DALAM PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Yanthi Br Ginting

Usia : 44 Tahun

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Kristen

Setelah membaca surat permohonan ini dan mendapat penjelasan dari peneliti dengan ini saya bersedia berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian yang berjudul "Penerapan Senam Ergonomis Terhadap Nyeri Akut Pada Pasien Dengan *Gout Arthritis* Di Rumah Sakit Haji Medan". Saya percaya peneliti akan menjaga kerahasiaan saya sebagai responden. keikutsertaan saya dalam peneliti ini tidak ada unsur paksaan dari pihak manapun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 17 April 2026

Responden

(Yanti br G.)

SURAT PERNYATAAN BERSEDIA BERPARTISIPASI SEBAGAI RESPONDEN DALAM PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Maspen

Usia : 38 Tahun

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Kristen

Setelah membaca surat permohonan ini dan mendapat penjelasan dari peneliti dengan ini saya bersedia berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian yang berjudul "Penerapan Senam Ergonomis Terhadap Nyeri Akut Pada Pasien Dengan *Gout Arthritis* Di Rumah Sakit Haji Medan". Saya percaya peneliti akan menjaga kerahasiaan saya sebagai responden. keikutsertaan saya dalam peneliti ini tidak ada unsur paksaan dari pihak manapun.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk digunakan sebagaimana mestinya.

Medan, 03 Mei, 2026

Responden

(Maspen)

Lampiran 3 SOP Pelaksanaan Senam Ergonomis

STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) PELAKSANAAN SENAM ERGONOMIS

		STANDAR OPERASIONAL PROSEDUR (SOP) SENAM ERGONOMIS
1.	Definisi	Senam ergonomis adalah suatu bentuk latihan fisik yang mengkombinasikan gerakan tubuh, pernapasan, dan peregangan otot secara sederhana, alami, untuk meningkatkan kebugaran tubuh, melancarkan peredaran darah, meningkatkan fleksibilitas sendi, serta membantu menurunkan kadar asam urat dalam darah.
2.	Tujuan	1. Menurunkan kadar asam urat 2. Melancarkan peredaran darah 3. Memaksimalkan suplai darah ke otak 4. Membantu proses metabolisme tubuh 5. Mengurangi kekakuan sendi 6. Meningkatkan fleksibilitas otot dan sendi 7. Melenturkan tubuh yang kaku
3.	Indikasi	1. Penderita *gout arthritis* 2. Penderita hipertensi 3. Penderita diabetes 4. Penderita hiperurisemia 5. Stres 6. Pekerja kantoran
4.	Kontraindikasi	Seseorang yang sedang mengalami asam urat sangat tinggi disertai inflamasi akut, demam, gangguan jantung berat, nyeri akut berat pada sendi, hipertensi tidak terkontrol, pasien dengan keterbatasan gerak

		total, orang dengan masalah tulang belakang seperti skoliosis atau hernia diskus, wanita yang sedang hamil.
5.	Persiapan Pasien	1. Perkenalkan diri anda dan identifikasi klien dengan memeriksa identitas klien dengan teliti 2. Jelaskan tujuan dan prosedur tindakan yang akan dilakukan, berikan kesempatan pada klien untuk bertanya dan jawab seluruh pertanyaan klien 3. Siapkan peralatan yang dibutuhkan 4. Atur posisi klien sehingga merasa aman dan nyaman
6.	Persiapan Alat dan Media	1. Ruangan yang cukup luas, aman dan nyaman 2. Lembar observasi pelaksanaan senam ergonomis 3. Alas duduk (matras/tikar) 4. Jam tangan 5. Alat tulis 6. Speaker 7. Laptop 8. Handphone
7.	Frekuensi	Gerakan berdiri sempurna selama 2 menit Gerakan lapang daa selama 2 menit Gerakan tunduk syukur selama 4 menit Gerakan duduk perkasa selama 4 menit Gerakan duduk pembakaran selama 4 menit Gerakan berbaring pasrah selama 5 menit
8.	Gerakan-Gerakan	**Gerakan ke-1 berdiri sempurna** Berdiri dengan sikap tegak, mata fokus ke depan, tubuh dalam keadaan santai, dan tangan diletakkan di depan dada dengan telapak tangan kanan di atas telapak tangan kiri yang melekat di dada. Jari-jari

tangan sedikit terbuka. Pernapasan dijaga agar tetap rileks, tidak terlalu dalam dan cepat. Setelah menyelesaikan kegiatan sebelumnya, dalam posisi ini, pernapasan diatur hingga benar-benar santai, denyut jantung tidak berdetak kencang, sebelum melanjutkan ke gerakan-gerakan senam berikutnya.

Gerakan ke-2 Gerakan Lapang Dada

Berdiri dengan postur tegak, putar kedua lengan ke belakang sejauh yang dapat dicapai, tarik napas dalam melalui hidung, dan lalu hembuskan perlahan melalui mulut. Sementara kedua lengan berada di atas kepala, angkat tumit kaki dengan merentangkan jari-jari kaki.

Gerakan ke – 3 Gerakan Tunduk Syukur

Gerakan ini berasal dari langkah rukuk. Mulai dari posisi tubuh berdiri tegak dengan mengambil napas secara perlahan, kemudian menahan napas sambil membungkukkan badan ke depan, sambil tangan meraih ujung kaki. Saat melakukan gerakan ini, kepala diangkat ke arah depan, dan hembuskan napas secara santai dan perlahan. Setelah itu, kembali ke posisi berdiri tegak.

Gerakan ke – 4 Gerakan Duduk Perkasa

Posisi duduk dengan jari kaki sebagai tumpuan, tarik nafas dalam lalu tahan sambil membungkukkan badan kedepan. Tangan memegang pergelangan kaki dan wajah mendongak.

Gerakan ke – 5 Gerakan Duduk Pembakaran

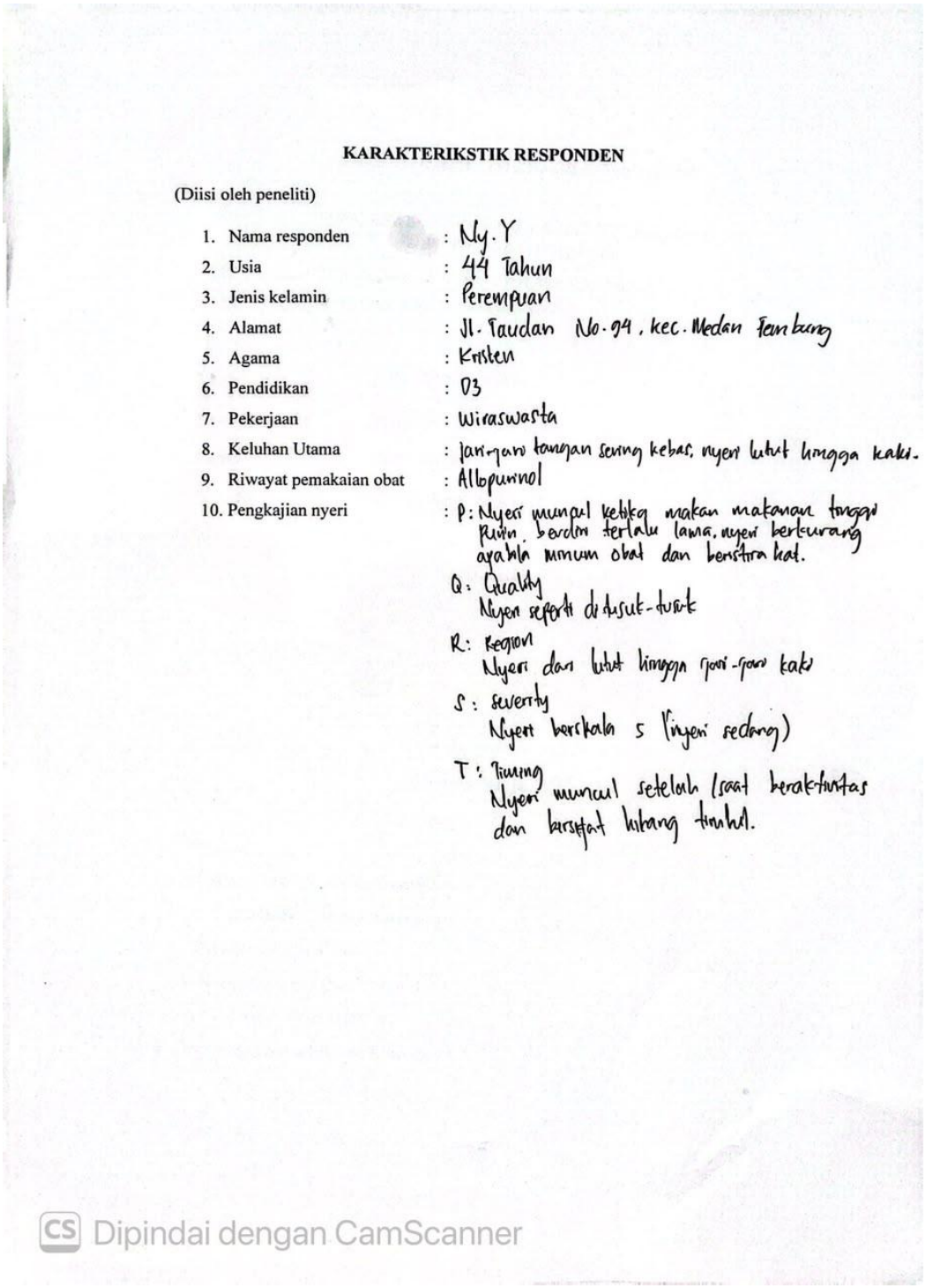
Berada dalam posisi duduk seperti duduk perkasa, namun dengan alas telapak kaki bersilang seperti

		posisi sinden. Selanjutnya, letakkan telapak tangan di pangkal paha. Tarik napas dalam sambil membungkukkan badan ke depan hingga punggung terasa terbuka. Kepala diangkat, pandangan ke depan, dan dagu hampir menyentuh lantai. **Gerakan ke – 6 Gerakan Berbaring Pasrah** Mulai dari posisi duduk pembakaran, baringkan tubuh ke belakang sejauh yang dapat dijangkau. Jika memungkinkan. sentuh lantai atau alas, dengan kedua lengan lurus di atas kepala. menjulur ke samping kanan dan kiri, atau turun ke bawah menempel pada tubuh. Biarkan napas mengalir dengan alami, karena gerakan ini merupakan langkah relaksasi terakhir. Jika sulit menekuk kaki, kaki dapat diluruskan.
9.	Evaluasi	1. Pengukuran kadar asam urat setelah dilakukan senam ergonomis 2. Evaluasi apakah klien mampu mengikuti semua gerakan sesuai SOP dengan baik dan benar 3. Evaluasi respon klien terhadap gerakan senam ergonomis 4. Berikan apresiasi positif pada klien 5. Kontrak pertemuan selanjutnya 6. Mengakhiri pertemuan dengan baik
10.	Hal yang Perlu Diperhatikan	1. Kenyamanan dan kekuatan kondisi fisik klien harus selalu dikaji agar mengetahui keadaan selama klien prosedur. 2. Perhatikan kontraindikasi dilakukannya tindakan.

(Sumber: Wratsongko, 2014)

Lampiran 4 Wawancara Terstruktur

a. Responden 1 (Ny. Y)



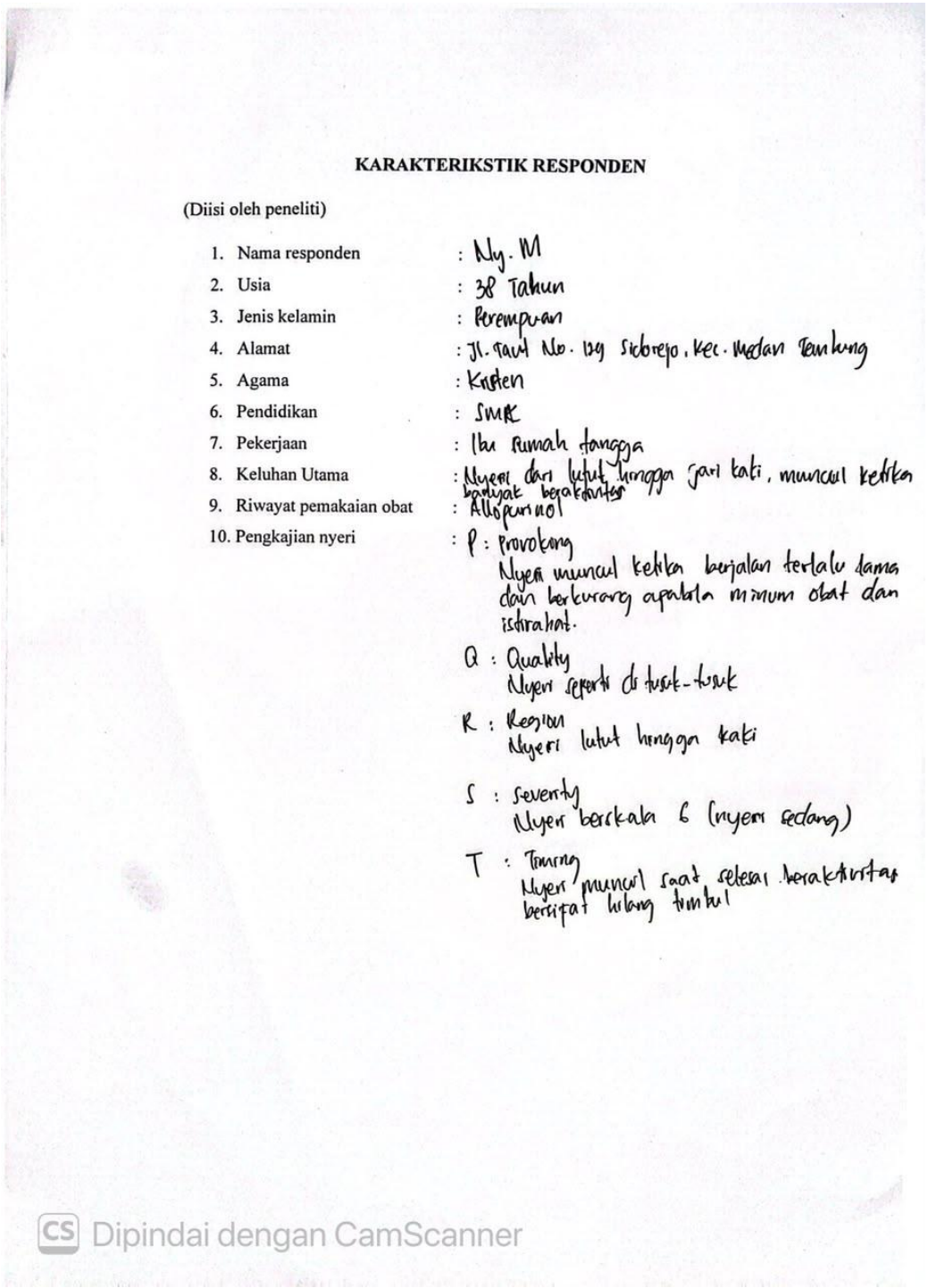
KARAKTERIKSTIK RESPONDEN

(Diisi oleh peneliti)

1. Nama responden : Ny. Y
2. Usia : 44 Tahun
3. Jenis kelamin : Perempuan
4. Alamat : Jl. Taudan No. 94, kec. Medan Tembung
5. Agama : Kristen
6. Pendidikan : D3
7. Pekerjaan : Wiraswasta
8. Keluhan Utama : Jari-jari tangan sering kebas, nyeri turun hingga kaki.
9. Riwayat pemakaian obat : Allopurinol
10. Pengkajian nyeri : P: Nyeri muncul ketika makan makanan tinggi purin, berdiri terlalu lama, nyeri berkurang apabila minum obat dan beristirahat.
    Q: Quality
    Nyeri seperti ditusuk-tusuk
    R: Region
    Nyeri dari turun hingga jari-jari kaki
    S: severity
    Nyeri berskala 5 (nyeri sedang)
    T: Timing
    Nyeri muncul setelah (saat beraktivitas dan bersifat hilang timbul.

Dipindai dengan CamScanner

b. Responden 2 (Ny. M)



KARAKTERIKSTIK RESPONDEN

(Diisi oleh peneliti)

1. Nama responden : Ny. M
2. Usia : 38 Tahun
3. Jenis kelamin : Perempuan
4. Alamat : Jl. Tani No. 129 Sidorejo, Kec. Medan Tembung
5. Agama : Kristen
6. Pendidikan : SMK
7. Pekerjaan : Ibu rumah tangga
8. Keluhan Utama : Nyeri dari lutut hingga jari kaki, muncul ketika banyak beraktivitas
9. Riwayat pemakaian obat : Allopurinol
10. Pengkajian nyeri : P : Provokang
    Nyeri muncul ketika berjalan terlalu lama dan berkurang apabila minum obat dan istirahat.
    Q : Quality
    Nyeri seperti ditusuk-tusuk
    R : Region
    Nyeri lutut hingga kaki
    S : Severity
    Nyeri berskala 6 (nyeri sedang)
    T : Timing
    Nyeri muncul saat selesai beraktivitas bersifat hilang timbul

Dipindai dengan CamScanner

Lembar Observasi Pelaksanaan Senam Ergonomis

Nama Peneliti: Ninta Patrecia Banurea

1. Nama / *Initial* Pasien : Ny. Y
2. Usia : 42 Tahun
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Diagnosa Medis: Gout unspecified
5. Skala Nyeri : 5 (Nyeri sedang)

Lembar Observasi Pelaksanaan Senam Ergonomis Terhadap Nyeri Akut Pada Pasien Dengan *Gout Arthritis* Di Poli Rheumatologi RSU Haji Medan

NO	Gerakan-Gerakan Senam Ergonomis	Keterangan (berilah tanda ✓)		Waktu (Tanggal dan Jam)	Nama & TTD Petugas
		Mampu	Tidak Mampu		
1.	**Gerakan Berdiri Sempurna** Berdiri dengan sikap tegak, mata fokus ke depan, tubuh dalam keadaan santai	✓		08.00 WIB	Ninta K
	Tangan diletakkan di depan dada dengan telapak kanan di atas telapak tangan kiri melekat di dada. Jari-jari tangan sedikit terbuka	✓			
	Pernapasan dijaga agar tetap rileks, tidak terlalu dalam dan cepat	✓			
2.	**Gerakan Lapang Dada**				

Dipindai dengan CamScanner

	Berdiri dengan postur tegak, putar kedua lengan ke belakang sejauh yang dapat dicapai	✓			
	Tarik napas dalam melalui hidung, dan lalu hembuskan perlahan melalui mulut	✓			
	Kedua lengan berada di atas kepala, angkat tumit kaki dengan merentangkan jari-jari kaki		✓		
3.	**Gerakan Tunduk Syukur** Posisi tubuh berdiri tegak dengan mengambil napas secara perlahan	✓			
	Kemudian menahan napas sambil membungkukkan badan ke depan, sambil tangan meraih ujung kaki		✓		
	Saat melakukan gerakan ini, kepala diangkat ke arah depan, dan hembuskan napas secara santai dan perlahan. Setelah itu, kembali ke posisi berdiri tegak		✓		

Dipindai dengan CamScanner

4.	**Gerakan Duduk Perkasa** Posisi duduk dengan jari kaki sebagai tumpuan		✓		
	Tarik nafas dalam lalu tahan sambil membungkukkan badan kedepan. Tangan memegang pergelangan kaki dan wajah mendongak.		✓		
5.	**Gerakan Duduk Pembakaran** Berada dalam posisi duduk seperti duduk perkasa, namun dengan alas telapak kaki bersilang seperti posisi sinden. Selanjutnya, letakkan telapak tangan di pangkal paha.		✓		
	Tarik napas dalam sambil membungkukkan badan ke depan hingga punggung terasa terbuka. Kepala diangkat, pandangan ke depan, dan dagu hampir menyentuh lantai.		✓		
6.	**Gerakan Berbaring Pasrah** Mulai dari posisi duduk pembakaran, baringkan		✓		

Dipindai dengan CamScanner

	tubuh ke belakang sejauh yang dapat dijangkau				
	Jika memungkinkan. sentuh lantai atau alas, dengan kedua lengan lurus di atas kepala menjulur ke samping kanan dan kiri, atau turun ke bawah menempel pada tubuh.	✓			
	Biarkan napas mengalir dengan alami, karena gerakan ini merupakan langkah relaksasi terakhir. Jika sulit menekuk kaki, kaki dapat diluruskan.	✓			

Dipindai dengan CamScanner

Lembar Observasi Pelaksanaan Senam Ergonomis

Nama Peneliti: Ninta Patrecia Banurea

1. Nama / *Initial* Pasien : Ny. M
2. Usia : 38 Tahun
3. Jenis Kelamin : Perempuan
4. Diagnosa Medis: Gout Unspecified
5. Skala Nyeri : 6 (Nyeri sedang)

Lembar Observasi Pelaksanaan Senam Ergonomis Terhadap Nyeri Akut Pada Pasien Dengan *Gout Arthritis* Di Poli Rheumatologi RSU Haji Medan

NO	Gerakan-Gerakan Senam Ergonomis	Keterangan (berilah tanda ✓)		Waktu (Tanggal dan Jam)	Nama & TTD Petugas
		Mampu	Tidak Mampu		
1.	**Gerakan Berdiri Sempurna** Berdiri dengan sikap tegak, mata fokus ke depan, tubuh dalam keadaan santai	✓		08.00 WIB	Ninta B
	Tangan diletakkan di depan dada dengan telapak kanan di atas telapak tangan kiri melekat di dada. Jari-jari tangan sedikit terbuka	✓			
	Pernapasan dijaga agar tetap rileks, tidak terlalu dalam dan cepat	✓			
2.	**Gerakan Lapang Dada**				

Dipindai dengan CamScanner

	Berdiri dengan postur tegak, putar kedua lengan ke belakang sejauh yang dapat dicapai	✓			
	Tarik napas dalam melalui hidung, dan lalu hembuskan perlahan melalui mulut	✓			
	Kedua lengan berada di atas kepala, angkat tumit kaki dengan merentangkan jari-jari kaki	✓			
3.	**Gerakan Tunduk Syukur** Posisi tubuh berdiri tegak dengan mengambil napas secara perlahan	✓			
	Kemudian menahan napas sambil membungkukkan badan ke depan, sambil tangan meraih ujung kaki		✓		
	Saat melakukan gerakan ini, kepala diangkat ke arah depan, dan hembuskan napas secara santai dan perlahan. Setelah itu, kembali ke posisi berdiri tegak		✓		

Dipindai dengan CamScanner

4.	**Gerakan Duduk Perkasa** Posisi duduk dengan jari kaki sebagai tumpuan		✓		
	Tarik nafas dalam lalu tahan sambil membungkukkan badan kedepan. Tangan memegang pergelangan kaki dan wajah mendongak.		✓		
5.	**Gerakan Duduk Pembakaran** Berada dalam posisi duduk seperti duduk perkasa, namun dengan alas telapak kaki bersilang seperti posisi sinden. Selanjutnya, letakkan telapak tangan di pangkal paha.		✓		
	Tarik napas dalam sambil membungkukkan badan ke depan hingga punggung terasa terbuka. Kepala diangkat, pandangan ke depan, dan dagu hampir menyentuh lantai.		✓		
6.	**Gerakan Berbaring Pasrah** Mulai dari posisi duduk pembakaran, baringkan		✓		

Dipindai dengan CamScanner

	tubuh ke belakang sejauh yang dapat dijangkau				
	Jika memungkinkan. sentuh lantai atau alas, dengan kedua lengan lurus di atas kepala menjulur ke samping kanan dan kiri, atau turun ke bawah menempel pada tubuh.	✓			
	Biarkan napas mengalir dengan alami, karena gerakan ini merupakan langkah relaksasi terakhir. Jika sulit menekuk kaki, kaki dapat diluruskan.	✓			

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 6 Lembar Observasi Pemeriksaan Skala Nyeri

a. Responden 1 (Ny. Y)

LEMBAR OBSERVASI PENGKAJIAN NYERI

***WONG BAKER FACES PAIN RATING SCALE* DAN**
NUMERICAL RATING SCALE

Judul: Penerapan Senam Ergonomis Terhap Nyeri Akut Pada Pasien Dengan *Gout Arthritis* Di Poli *Rheumatologi* Rumah Sakit Umum Haji Medan

Tanggal Observasi : 18 April 2026

Nama Responden : Ny. Y

Umur : 44 Tahun

Skala Nyeri : 5 (nyeri sedang)



(Sumber: Pinzon, 2016)

Keterangan:

0: Tidak nyeri (wajah senang/tersenyum)

2: Nyeri sedikit (wajah agak tersenyum)

4: Nyeri ringan (wajah netral)

6: Nyeri sedang (wajah cemberut jelas)

8: Nyeri hebat (wajah kesakitan)

10: Nyeri sangat hebat (wajah menangis)

Dipindai dengan CamScanner

b. Responden 2 (Ny. M)

LEMBAR OBSERVASI PENGKAJIAN NYERI

WONG BAKER FACES PAIN RATING SCALE* DAN *NUMERICAL RATING SCALE

Judul: Penerapan Senam Ergonomis Terhap Nyeri Akut Pada Pasien Dengan *Gout Arthritis* Di Poli *Rheumatologi* Rumah Sakit Umum Haji Medan

Tanggal Observasi : 02 Mei 2026
Nama Responden : Ny. M
Umur : 38 Tahun
Skala Nyeri : 6 (nyeri sedang)



(Sumber: Pinzon, 2016)

Keterangan:

0: Tidak nyeri (wajah senang/tersenyum)
2: Nyeri sedikit (wajah agak tersenyum)
4: Nyeri ringan (wajah netral)
6: Nyeri sedang (wajah cemberut jelas)
8: Nyeri hebat (wajah kesakitan)
10: Nyeri sangat hebat (wajah menangis)

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 7 Surat Survei Awal

Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20136
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

Medan, 27 Februari 2026

Nomor : KH.04.01/F.XXII.11/ 371 / 2026
Lampiran : 1 (Satu) Halaman
Perihal : Izin Survey Awal

Kepada Yth:

Direktur RSU Haji Medan

di-
Tempat

Dengan Hormat :

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan bahwa Mahasiswa Tkt. III TA. 2025 – 2026 diwajibkan menyusun Karya Tulis Ilmiah di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon Izin Survey Awal di instansi anda pimpin untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

No.	Nama	NIM	Judul
1.	Ninta Patrecia Banurea	P07520123025	Penerapan Senam Ergonomis Terhadap Nyeri Akut Pada Pasien Dengan Gout Arthritis di RSU. Haji Medan

Demikian disampaikan pada bapak/ibu pimpinan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan

Dr.Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep,Ns, M.Kes
NIP. 197703162002122001

Lampiran 8 Surat Balasan Rumah Sakit Umum Haji Medan

BAGIAN PENGEMBANGAN SDM
RUMAH SAKIT UMUM HAJI MEDAN

Medan, 12 Februari 2026

Nomor : 88/P/PSDM/RSUHM/I/2026
Lamp : --
Hal : Izin Survei Awal

Kepada Yth,
Ka. Instalasi Rekam Medis
Ka. Instalasi Rawat Jalan
di,-
Tempat

Assalamu'alaikum wr. wb.

Bersama ini kami kirimkan Mahasiswa/i Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan :

No	Nama	NIM	Judul
1.	Ninta Patrecia Banurea	P07520123025	Penerapan Senam Ergonomis Terhadap Nyeri Akut Pada Pasien Dengan Gout Arthritis Di RSU Haji Medan

Untuk melaksanakan Izin Pengantar Riset/Penelitian/Observasi di bagian yang Bapak/Ibu pimpin.

Demikian disampaikan, atas kerja sama yang baik diucapkan terima kasih.

Wassalam,
An. Ka. Bagian Pengembangan SDM
UPTD Khusus RSU. Haji Medan

Dr. Yanda Ardanta, M.Kes.
Pembina
NIP. 197904162006041008

Nb.
1. Rekam Medis
2. Poliklinik Rheumatologi

Lampiran 9 Surat Izin Melakukan Penelitian di RSU Haji Medan

Kemenkes
Poltekkes Medan

Kementerian Kesehatan
Direktorat Jenderal
Sumber Daya Manusia Kesehatan
Politeknik Kesehatan Medan
Jalan Jamin Ginting KM. 13.5
Medan. Sumatera Utara 20136
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

Medan, 12 Maret 2026

Nomor : KH.04.01/F.XXII.11/283.A/2026
Lampiran : 1 (Satu) Halaman
Perihal : Izin Penelitian

Kepada Yth:
Direktur RSU Haji Medan

di-
Tempat

Dengan Hormat :

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan bahwa Mahasiswa Tkt. III TA. 2025 – 2026 diwajibkan menyusun Karya Tulis Ilmiah di bidang keperawatan, maka untuk keperluan hal tersebut kami mohon Izin Penelitian di instansi anda pimpin untuk Mahasiswa tersebut di bawah ini :

No.	Nama	NIM	Judul
1.	Ninta Patrecia Banurea	P07520123025	Penerapan Senam Ergonomis Terhadap Nyeri Akut Pada Pasien Dengan Gout Arthritis di RSU. Haji Medan

Demikian disampaikan pada bapak/ibu pimpinan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

Ketua Jurusan Keperawatan

Dr.Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep,Ns, M.Kes
NIP. 197703162002122001

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 10 Surat Balasan Izin Melakukan Penelitian di RSU Haji Medan

PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA
DINAS KESEHATAN
UPTD KHUSUS RSU HAJI MEDAN
Jalan Rumah Sakit H. Nomor 47, Deli Serdang, Kode Pos 20371
Telp. (061) 6619520, E-mail: rsuhajimedan@gmail.com
Website: rsuhajimedan.sumutprov.go.id

Medan, 16 Maret 2026

Nomor : 141/PSDM/RSUHM/III/2026
Lamp : --
Hal. : Izin Penelitian

Kepada Yth :
Ketua Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Medan
di,-
Tempat.

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Menindak lanjuti surat/nota dinas Saudara/i Nomor: KH.04.01/F.XXII.11/283.b/2026 tanggal 12 Maret 2026 tentang Izin Penelitian mahasiswa/i tingkat III TA. 2025 - 2026 Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan di UPTD Khusus Rumah Sakit Umum Haji Medan, a.n :

No	Nama	NIM	Judul
1	Ninta Patrecia Banurea	P07520123025	Penerapan Senam Ergonomis Terhadap Nyeri Akut Pada Pasien Dengan Gout Arthritis di Poli Rheumatologi RSU Haji Medan

Bersama ini disampaikan bahwa pada prinsipnya kami dapat menyetujui dilaksanakan kegiatan tersebut, semoga dapat dilaksanakan dengan baik.

Demikian disampaikan, atas kerja sama yang baik diucapkan terima kasih.

Wassalam,
Ka. Bagian PSDM
UPTD. Khusus RSU. Haji Medan

drg. AFRIDHA ARWI
NIP. 19770403 200604 2 012

Lampran 11 Surat Penyataan Selesai Melakukan Penelitian di RSU Haji Medan

PEMERINTAH PROVINSI SUMATERA UTARA
DINAS KESEHATAN
UPTD KHUSUS RSU HAJI MEDAN
Jalan Rumah Sakit H. Nomor 47, Deli Serdang, Kode Pos 20371
Telp. (061) 6619520, E-mail: rsuhajimedan@gmail.com
Website: rsuhajimedan.sumutprov.go.id

Medan, 05 Juni 2026

Nomor : 58/PSDM/RSUHM/VI/2026
Lamp : --
Hal : Selesai Penelitian

Kepada Yth :
Ketua Jurusan Keperawatan
Poltekkes Kemenkes Medan
di,-
Tempat

Dengan hormat,

Bersama ini kami sampaikan bahwa yang bernama di bawah ini:

No	Nama	NIM	Judul
1.	Ninta Patrecia Banurea	P07520123025	Penerapan Senam Ergonomis Terhadap Nyeri Akut Pada Pasien Dengan *Gout Arthritis* di Poli Reumatologi Rumah Sakit Umum Haji Medan

Telah selesai melaksanakan penelitian di UPTD Khusus RSU Haji Medan sesuai surat permohonan surat/nota dinas dari Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan Nomor: KH.04.01/F.XXII.11/283.b/2026 tanggal 12 Maret 2026 tentang Izin Penelitian.

Demikian disampaikan, atas perhatian dan kerjasama yang baik kami ucapkan terima kasih.

DIREKTUR,

dr. YULINDA ELVI NASUTION, M.Kes
PEMBINA TINGKAT I, IV/b
NIP. 197207242006042005

Lampiran 12 Surat Keterangan Etik Penelitian

Kementerian Kesehatan
Poltekkes Medan
Komisi Etik Penelitian Kesehatan
Jalan Jamin Ginting KM. 13,5
Medan, Sumatera Utara 20137
(061) 8368633
https://poltekkes-medan.ac.id

KETERANGAN LAYAK ETIK
DESCRIPTION OF ETHICAL APPROVAL
"ETHICAL APPROVAL"

No.01.26.3698/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2026

Protokol penelitian versi 2 yang diusulkan oleh :
The research protocol proposed by

Peneliti utama : Ninta Patrecia Banurea
Principal In Investigator

Nama Institusi : KOMISI ETIK PENELITIAN KESEHATAN POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
Name of the Institution

Dengan judul:
Title
"PENERAPAN SENAM ERGONOMIS TERHADAP NYERI AKUT PADA PASIEN DENGAN GOUT ARTHRITIS DI RSU HAJI MEDAN"

"THE IMPLEMENTATION OF ERGONOMIC EXERCISES FOR ACUTE PAIN IN PATIENTS WITH GOUT ARTHRITIS AT HAJI HOSPITAL, MEDAN"

Dinyatakan layak etik sesuai 7 (tujuh) Standar WHO 2011, yaitu 1) Nilai Sosial, 2) Nilai Ilmiah, 3) Pemerataan Beban dan Manfaat, 4) Risiko, 5) Bujukan/Eksploitasi, 6) Kerahasiaan dan Privacy, dan 7) Persetujuan Setelah Penjelasan, yang merujuk pada Pedoman CIOMS 2016. Hal ini seperti yang ditunjukkan oleh terpenuhinya indikator setiap standar.

Declared to be ethically appropriate in accordance to 7 (seven) WHO 2011 Standards, 1) Social Values, 2) Scientific Values, 3) Equitable Assessment and Benefits, 4) Risks, 5) Persuasion/Exploitation, 6) Confidentiality and Privacy, and 7) Informed Concent, referring to the 2016 CIOMS Guidelines. This is as indicated by the fulfillment of the indicators of each standard.

Pernyataan Laik Etik ini berlaku selama kurun waktu tanggal 27 Agustus 2026 sampai dengan tanggal 27 Agustus 2027.
This declaration of ethics applies during the period August 27, 2026 until August 27, 2027

August 27, 2026
Chairperson,

Dr. Lestari Rahmah, MKT

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 13 Lembar *Informed Consent*

Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*):

Saya Ninta Patrecia Banurea adalah peneliti dari **Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan Jurusan Keperawatan,** dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul **"Penerapan Senam Ergonomis Terhadap Nyeri Akut Pada Pasien Dengan Gout Arthritis Di Poli Rheumatologi Rumah Sakit Umum Haji Medan"** dengan beberapa penjelasan sebagai berikut :

1. Tujuan dari penelitian ini untuk mengatasi masalah nyeri akut pada pasien dengan *gout arthritis,* dengan metode pemberian senam ergonomis.
2. Anda dilibatkan dalam penelitian karena telah memenuhi ktiteria sebagai pasien dengan diagnosa *gout arthritis*, dengan masalah nyeri akut. Keterlibatan anda dalam penelitian ini bersifat sukarela.
3. Seandainya anda tidak menyetujui cara ini maka anda dapat memilih cara lain yaitu mengundurkan diri atau anda boleh tidak mengikuti penelitian ini sama sekali. Untuk itu anda tidak akan dikenai sanksi apapun.
4. Penelitian ini akan berlangsung selama 7 hari dengan pengambilan data dilakukan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan wawancara terstruktur dan lembar observasi.
5. Anda akan diberikan imbalan pengganti/ kompensasi berupa informasi mengenai manfaat senam ergonomis dan efek positif yang dirasakan setelah dilakukannya senam ergonomis.
6. Setelah selesai penelitian, anda akan diberikan informasi tentang hasil penelitian secara umum melalui laporan tertulis.
7. Anda akan mendapatkan informasi tentang keadaan kesehatan anda selama penelitian terutama terkait keberhasilan senam ergonomis berdasarkan lembar observasi.
8. Anda akan mendapatkan informasi bila ditemukan gangguan/ masalah kesehatan selama penelitian ini.
9. Anda juga akan diinformasikan data lain yang berhubungan dengan keadaan anda yang kemungkinan ditemukan saat pengambilan sampel/data berlangsung, kecuali informasi pribadi yang dijaga kerahasiannya dan hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian ini.
10. Prosedur pengambilan sampel adalah dengan wawancara terstruktur dan lembar observasi, namun intervensi ini bersifat non-invasif dan umumnya tidak menimbulkan risiko kesehatan yang serius. Cara ini mungkin menyebabkan rasa sakit dan rasa tidak nyaman yang kemungkinan dialami oleh subjek, dari tindakan/ intervensi/ perlakuan yang diterima selama penelitian.
11. Keuntungan yang anda peroleh dengan keikutsertaan anda adalah nyeri yang anda rasakan akan berkurang dan kadar asam urat anda akan menurun.

Dipindai dengan CamScanner

12. Penelitian dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat bagi pasien penyakit *gout arthritis* dengan masalah nyeri akut, serta menambah wawasan bagi tenaga kesehatan dalam memberikan alternatif yang aman dan nyaman.
13. Setelah penelitian ini selesai, anda dapat meneruskan perawatan/ pelayanan kesehatan di RSU Haji Medan dan biaya ditanggung sendiri
14. Setelah menerima pengobatan atau tindakan kesehatan sebagai hasil penelitian, anda harus menunggu hingga pengobatan atau tindakan kesehatan itu disahkan secara legal.
15. Selama menunggu mengesahan secara legal, anda tidak perlu melakukan terapi lain.
16. Anda akan diberikan informasi bila didaptkan informasi baru dari penelitian ini ataupun dari sumber lain.
17. Semua data dalam penelitian ini akan disimpan oleh peneliti dalam bentuk dokumen elektronik dan cetak yang hanya dapat diakses peneliti. Data akan disimpan dalam jangka 1 tahun untuk menjaga keamanan dan kerahasiaan data peserta peneliti.
18. Semua informasi yang anda berikan dalam penelitian ini tidak akan disebar luaskan sehingga kerahasiaannya akan terjamin.
19. Penelitian ini merupakan penelitian pribadi dan tidak ada sponsor yang mendanai penelitian ini.
20. Peneliti menjadi peneliti sepenuhnya dalam penelitian ini.
21. Selama penelitian, peneliti akan bertanggungjawab terhadap terjadinya ketidaknyamanan seperti nyeri yang hebat saat melakukan senam ergonomis.
22. Apabila terjadi risiko lain maka anda bisa mendapatkan pelayanan kesehatan berupa konsultasi medis di rumah sakit terdekat secara gratis selama penelitian berlangsung.
23. Jika terjadi kecacatan atau kematian akibat penelitian ini, maka tidak ada rencana untuk memberikan kompensasi karena risiko yang sangat minimal. Namun jika diperlukan kompensasi hal ini akan dipertimbangkan sesuai kebijakan rumah sakit atau institusi terkait.
24. Penelitian ini tidak melibatkan unsur-unsur yang membahayakan kepada individu/subyek sehingga tidak ada jaminan hukum untuk hal tersebut.
25. Penelitian ini telah mendapat persetujuan laik etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
26. Anda akan diberikan informasi apabila terjadi pelanggaran pelaksanaan protokol penelitian ini; dan jika terjadi pelanggaran, maka ketua peneliti akan memastikan bahwa keamanan dan kesejahteraan subjek tetap terjaga dengan memberikan tindakan korektif.
27. Anda akan diberi tahu bagaimana prosedur penelitian dan perlakuan yang akan dilakukan hingga penelitian selesai.
28. Semua informasi penting akan diungkapkan selama penelitian berlangsung dan anda berhak untuk menarik data/informasi selama penelitian berlangsung.
29. Penelitian ini hanya observasional menggunakan lembar informed consend, pemeriksaan kadar asam urat, menggunakan lembar observasi wong baker faces dan

Dipindai dengan CamScanner

numerical rating scala untuk mengukur skala nyeri anda tidak menggunakan hasil tes genetik dan informasi genetik keluarga.

30. Penelitian akan menggunakan catatan rekam medis dan hasil laboratorium anda hanya bila anda memberikan ijin.
31. Penelitian ini menggunakan skala wong baker faces pain dan numerical rating scale alat ukut untuk mengukur skala intensitas nyeri yang anda rasakan. Peneliti hanya akan menggunakan sampel tersebut sesuai tujuan penelitian ini.
32. Penelitian ini melibatkan anda (pasien gout arthritis dengan kadar asam urat >6mg/dl dan <10mg/dl) dan anda berhak mengikuti terus penelitian ini atau mengundurkan diri bila terjadi rasa ketidaknyamanan atau nyeri yang hebat.
33. Penelitian ini melibatkan anda (wanita belum menopouse) dan anda berhak mengikuti terus penelitian ini atau mengundurkan diri bila terjadi rasa ketidaknyamanan atau nyeri yang hebat.
34. Penelitian ini hanya observasional menggunakan lembar informed consent, wawancara terstruktur, semua responden mendapat perlakuan yang sama dan apabila ada yang membutuhkan tentang informasi tentang kesehatan akan dijelaskan oleh peneliti, termasuk disitu bila ada individu yang pernah mengalami atau menjadi korban bencana.
35. Penelitian ini tidak dilakukan secara online dan tidak menggunakan alat online atau digital.

Saya berharap Saudara bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini dimana saudara akan menjawan wawancara terstruktur yang di tulis oleh peneliti yang terkait dengan penelitian. Setelah Saudara membaca maksud dan tujuan penelitian diatas maka saya mohon untuk mengisi nama dan tanda tangan dibawah ini.

Saya setuju untuk ikut serta dalam penelitian ini.

Nama : Yanti Ginting

Tanda tangan : .....

Terimakasih atas kesediaan anda untuk ikut serta di dalam penelitian ini.

Dengan hormat

Peneliti

Ninta Patreesia Banurea

Saksi

.....

Dipindai dengan CamScanner

Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*):

Saya Ninta Patrecia Banurea adalah peneliti dari **Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan Jurusan Keperawatan,** dengan ini meminta anda untuk berpartisipasi dengan sukarela dalam penelitian yang berjudul **"Penerapan Senam Ergonomis Terhadap Nyeri Akut Pada Pasien Dengan Gout Arthritis Di Poli Rheumatologi Rumah Sakit Umum Haji Medan"** dengan beberapa penjelasan sebagai berikut :

1. Tujuan dari penelitian ini untuk mengatasi masalah nyeri akut pada pasien dengan *gout arthritis,* dengan metode pemberian senam ergonomis.
2. Anda dilibatkan dalam penelitian karena telah memenuhi ktiteria sebagai pasien dengan diagnosa *gout arthritis*, dengan masalah nyeri akut. Keterlibatan anda dalam penelitian ini bersifat sukarela.
3. Seandainya anda tidak menyetujui cara ini maka anda dapat memilih cara lain yaitu mengundurkan diri atau anda boleh tidak mengikuti penelitian ini sama sekali. Untuk itu anda tidak akan dikenai sanksi apapun.
4. Penelitian ini akan berlangsung selama 7 hari dengan pengambilan data dilakukan sebelum dan sesudah intervensi menggunakan wawancara terstruktur dan lembar observasi.
5. Anda akan diberikan imbalan pengganti/ kompensasi berupa informasi mengenai manfaat senam ergonomis dan efek positif yang dirasakan setelah dilakukannya senam ergonomis.
6. Setelah selesai penelitian, anda akan diberikan informasi tentang hasil penelitian secara umum melalui laporan tertulis.
7. Anda akan mendapatkan informasi tentang keadaan kesehatan anda selama penelitian terutama terkait keberhasilan senam ergonomis berdasarkan lembar observasi.
8. Anda akan mendapatkan informasi bila ditemukan gangguan/ masalah kesehatan selama penelitian ini.
9. Anda juga akan diinformasikan data lain yang berhubungan dengan keadaan anda yang kemungkinan ditemukan saat pengambilan sampel/data berlangsung, kecuali informasi pribadi yang dijaga kerahasiannya dan hanya akan digunakan untuk kepentingan penelitian ini.
10. Prosedur pengambilan sampel adalah dengan wawancara terstruktur dan lembar observasi, namun intervensi ini bersifat non-invasif dan umumnya tidak menimbulkan risiko kesehatan yang serius. Cara ini mungkin menyebabkan rasa sakit dan rasa tidak nyaman yang kemungkinan dialami oleh subjek, dari tindakan/ intervensi/ perlakuan yang diterima selama penelitian.
11. Keuntungan yang anda peroleh dengan keikutsertaan anda adalah nyeri yang anda rasakan akan berkurang dan kadar asam urat anda akan menurun.

Dipindai dengan CamScanner

12. Penelitian dilakukan dengan harapan dapat memberikan manfaat bagi pasien penyakit *gout arthritis* dengan masalah nyeri akut, serta menambah wawasan bagi tenaga kesehatan dalam memberikan alternatif yang aman dan nyaman.
13. Setelah penelitian ini selesai, anda dapat meneruskan perawatan/ pelayanan kesehatan di RSU Haji Medan dan biaya ditanggung sendiri
14. Setelah menerima pengobatan atau tindakan kesehatan sebagai hasil penelitian, anda harus menunggu hingga pengobatan atau tindakan kesehatan itu disahkan secara legal.
15. Selama menunggu mengesahan secara legal, anda tidak perlu melakukan terapi lain.
16. Anda akan diberikan informasi bila didaptkan informasi baru dari penelitian ini ataupun dari sumber lain.
17. Semua data dalam penelitian ini akan disimpan oleh peneliti dalam bentuk dokumen elektronik dan cetak yang hanya dapat diakses peneliti. Data akan disimpan dalam jangka 1 tahun untuk menjaga keamanan dan kerahasiaan data peserta peneliti.
18. Semua informasi yang anda berikan dalam penelitian ini tidak akan disebar luaskan sehingga kerahasiaannya akan terjamin.
19. Penelitian ini merupakan penelitian pribadi dan tidak ada sponsor yang mendanai penelitian ini.
20. Peneliti menjadi peneliti sepenuhnya dalam penelitian ini.
21. Selama penelitian, peneliti akan bertanggungjawab terhadap terjadinya ketidaknyamanan seperti nyeri yang hebat saat melakukan senam ergonomis.
22. Apabila terjadi risiko lain maka anda bisa mendapatkan pelayanan kesehatan berupa konsultasi medis di rumah sakit terdekat secara gratis selama penelitian berlangsung.
23. Jika terjadi kecacatan atau kematian akibat penelitian ini, maka tidak ada rencana untuk memberikan kompensasi karena risiko yang sangat minimal. Namun jika diperlukan kompensasi hal ini akan dipertimbangkan sesuai kebijakan rumah sakit atau institusi terkait.
24. Penelitian ini tidak melibatkan unsur-unsur yang membahayakan kepada individu/subyek sehingga tidak ada jaminan hukum untuk hal tersebut.
25. Penelitian ini telah mendapat persetujuan laik etik dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Politeknik Kesehatan Kemenkes Medan.
26. Anda akan diberikan informasi apabila terjadi pelanggaran pelaksanaan protokol penelitian ini; dan jika terjadi pelanggaran, maka ketua peneliti akan memastikan bahwa keamanan dan kesejahteraan subjek tetap terjaga dengan memberikan tindakan korektif.
27. Anda akan diberi tahu bagaimana prosedur penelitian dan perlakuan yang akan dilakukan hingga penelitian selesai.
28. Semua informasi penting akan diungkapkan selama penelitian berlangsung dan anda berhak untuk menarik data/informasi selama penelitian berlangsung.
29. Penelitian ini hanya observasional menggunakan lembar informed consend, pemeriksaan kadar asam urat, menggunakan lembar observasi wong baker faces dan

Dipindai dengan CamScanner

numerical rating scala untuk mengukur skala nyeri anda tidak menggunakan hasil tes genetik dan informasi genetik keluarga.

30. Penelitian akan menggunakan catatan rekam medis dan hasil laboratorium anda hanya bila anda memberikan ijin.
31. Penelitian ini menggunakan skala wong baker faces pain dan numerical rating scale alat ukut untuk mengukur skala intensitas nyeri yang anda rasakan. Peneliti hanya akan menggunakan sampel tersebut sesuai tujuan penelitian ini.
32. Penelitian ini melibatkan anda (pasien gout arthritis dengan kadar asam urat >6mg/dl dan <10mg/dl) dan anda berhak mengikuti terus penelitian ini atau mengundurkan diri bila terjadi rasa ketidaknyamanan atau nyeri yang hebat.
33. Penelitian ini melibatkan anda (wanita belum menopouse) dan anda berhak mengikuti terus penelitian ini atau mengundurkan diri bila terjadi rasa ketidaknyamanan atau nyeri yang hebat.
34. Penelitian ini hanya observasional menggunakan lembar informed consent, wawancara terstruktur, semua responden mendapat perlakuan yang sama dan apabila ada yang membutuhkan tentang informasi tentang kesehatan akan dijelaskan oleh peneliti, termasuk disitu bila ada individu yang pernah mengalami atau menjadi korban bencana.
35. Penelitian ini tidak dilakukan secara online dan tidak menggunakan alat online atau digital.

Saya berharap Saudara bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini dimana saudara akan menjawan wawancara terstruktur yang di tulis oleh peneliti yang terkait dengan penelitian. Setelah Saudara membaca maksud dan tujuan penelitian diatas maka saya mohon untuk mengisi nama dan tanda tangan dibawah ini.

Saya setuju untuk ikut serta dalam penelitian ini.

Nama : Maspen Sirimo

Tanda tangan : _____

Terimakasih atas kesediaan anda untuk ikut serta di dalam penelitian ini.

Dengan hormat

Saksi

Peneliti

.....

Ninda Patrecia Tanuron

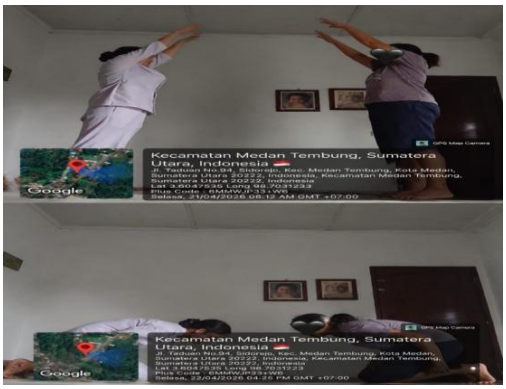
P07510123025

Dipindai dengan CamScanner

Lampiran 14 Dokumentasi

Ny. Y	Ny. M
Hari pertama	
	
Hari Kedua	
	
Hari Ketiga	
	

Hari Keempat





Hari Kelima



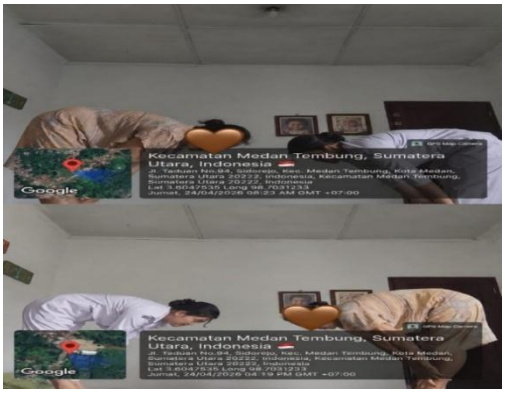


Hari Keenam





Hari Ketujuh





Lampiran 15 Lembar Konsultasi

LEMBAR KONSULTASI

BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

Judul KTI : **Penerapan Senam Ergonomis Terhadap Nyeri Akut Pada Pasien Dengan *Gout Arthritis* Di Poli Rheumatologi RSU Haji Medan**

Nama Mahasiswa : **Ninta Patrecia Banurea**

Nomor Induk Mahasiswa : **P07520123025**

Nama Pembimbing : **Solihuddin Harahap, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Kep**

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf	
			Mahasiswa	Dosen Pembimbing
1.	28 Oktober 2025	Pengajuan Judul KTI		
2.	3 Oktober 2025	ACC Judul KTI		
3.	10 Desember 2025	Bimbingan Bab 1-3		
4.	15 Desember 2025	Bimbingan Revisi Bab 1-3		
5.	17 Desember 2025	Bimbingan Revisi Bab 1-3		
6.	19 Januari 2026	Bimbingan Revisi bab 1-3		
7.	27 Januari 2026	Bimbingan Lembar Observasi, Lembar		
		Kuesioner, Lembar Pro & Pre Test dan Lembar SOP		

Dipindai dengan CamScanner

8.	29 Januari 2026	Bimbingan PPT & ACC Bab 1-3		
9.	02 Februari 2026	Ujian Proposal		
10.	26 Mei 2026	Bimbingan Bab 4 & 5		
11.	04 Juni 2026	Bimbingan Bab 4, 5 dan ACC Bab 4&5		

Medan, 04 Juni 2026

Mengetahui,

Ketua Prodi DII

Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Kep

NIP. 197011301993032013

Dipindai dengan CamScanner

LEMBAR KONSULTASI

BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

Judul KTI : **Penerapan Senam Ergonomis Terhadap Nyeri Akut Pada Pasien Dengan *Gout Arthritis* Di Poli Rheumatologi RSU Haji Medan**

Nama Mahasiswa : **Ninta Patrecia Banurea**

Nomor Induk Mahasiswa : **P07520123025**

Nama Pembimbing : **Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Kep**

No	Tanggal	Materi Bimbingan	Paraf	
			Mahasiswa	Dosen Pendamping
1.	20 Januari 2026	Bimbingan Penulisan Bab 1-3		
2.	29 Januari 2026	Bimbingan Penulisan Bab 1-3		
3.	29 Januari 2026	ACC Penulisan Bab 1-3		
4.	04 Juni 2026	Bimbingan Penulisan Bab 4 & 5		
5.	04 Juni 2026	ACC Penulisan Bab 4 & 5		

Medan, 04 Juni 2026
Mengetahui,
Ketua Prodi DII

Masnila, S.Pd, S.Kep, Ns, M.Kep
NIP. 197011301993032013

Dipindai dengan CamScanner

KTI NINTA .docx

ORIGINALITY REPORT

16%	9%	6%	10%
SIMILARITY INDEX	INTERNET SOURCES	PUBLICATIONS	STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	repository.poltekkes-medan.ac.id Internet	809 words — 2%
2	repository.poltekkes-tjk.ac.id Internet	448 words — 2%
3	anyflip.com Internet	267 words — 1%
4	repository.universitasalirsyad.ac.id Internet	263 words — 1%
5	repository.stikesrspadgs.ac.id Internet	209 words — 1%
6	repositori.ubs-ppni.ac.id Internet	188 words — 1%
7	repository.poltekeskupang.ac.id Internet	156 words — 1%
8	repository.stikespanritahusada.ac.id Internet	151 words — 1%
9	www.repository.uinjkt.ac.id Internet	141 words — 1%
10	Drova Manorek, Dian Vania A .Djalaluddin, Michelle Kairupan, Yosua Kaligis. "ASUHAN KEPERAWATAN PADA TN. T.S DENGAN PENERAPAN TERAPI ISOMETRIC HANDGRIP EXERSICE TERHADAP PENURUNAN NYERI PASIEN HIPERTENSI DI RUANGAN A ATAS RSUP PROF. DR. R. D. KANDOU MANADO", Jurnal Kesehatan Tambusai, 2025 Crossref	134 words — 1%
11	Nur Iftitah, Abd. Rahman, Sringati. "Pengaruh Senam Ergonomik Terhadap Penurunan Tekanan Darah Pada Lansia Hipertensi di	118 words — 1%

Dipindai dengan CamScanner