

KARYA TULIS ILMIAH NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA NY. R
DENGAN MASALAH *GOUT ARTHRITIS* MELALUI
PENERAPAN *KNEE STRETCHING EXERCISE*
DALAM MENURUNKAN TINGKAT NYERI
DI UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN
KEC. PANCUR BATU**



**CALINE PAULINA NAIBAHO
P07120624012**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
2025**

KARYA TULIS ILMIAH NERS

ASUHAN KEPERAWATAN PADA LANSIA NY. R
DENGAN MASALAH *GOUT ARTHRITIS* MELALUI
PENERAPAN *KNEE STRETCHING EXERCISE*
DALAM MENURUNKAN TINGKAT NYERI
DI UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN
KEC. PANCUR BATU

Sebagai Syarat Menyelesaikan Pendidikan Program Studi Prodi Profesi Ners



CALINE PAULINA NAIBAHO
P07120624012

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
2025

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Caline Paulina Naibaho

NIM : P07120624012

Jurusan : Profesi Ners

Dengan ini menyatakan bahwa karya ilmiah akhir ners saya yang berjudul “Asuhan Keperawatan Lansia Ny. R Dengan Masalah *Gout Arthritis* Melalui Penerapan *Knee Strtching Exercise* Dalam Menurunkan Tingkat Nyeri Di Upt Puskesmas Tuntungan Kec. Pancur Batu” ini benar-benar hasil karya saya sendiri, kecuali dalam pengutipan substansi disebutkan sumbernya dan bukan karya jiplakan. Saya bertanggung jawab atas keabsahan dan kebenaran isinya sesuai dengan kaidah ilmiah yang harus dijunjung tinggi. Demikian pernyataan ini dibuat dengan sebenarnya tanpa ada tekanan dan paksaan dari pihak manapun serta bersedia mendapatkan sanksi akademik jika ternyata dikemudian hari pernyataan ini tidak benar.

Medan, 11 Juni 2025

Peneliti

Caline Paulina Naibaho
P07120624012

LEMBAR PERSETUJUAN

JUDUL : ASUHAN KEPERAWATAN LANSIA NY. R DENGAN MASALAH
GOUT ARTHRITIS MELALUI PENERAPAN *KNEE STRTCHING*
EXERCISE DALAM MENURUNKAN TINGKAT NYERI DI UPT
PUSKESMAS TUNTUNGAN KEC. PANCUR BATU

NAMA : CALINE PAULINA NAIBAHO

NIM : P07120624012

Telah Diterima dan Disetujui Untuk Diseminarkan Dihadapan Penguji
Medan, 11 Juni 2025

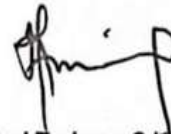
Menyetujui

Pembimbing Utama



Arbani Batubara, S.Kep., Ns., M.Psi
NIP. 196308251994031003

Pembimbing Pendamping



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

Ketua Jurusan Keperawatan
Kemenkes RI Politeknik Kesehatan Medan



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

LEMBAR PENGESAHAN

JUDUL : ASUHAN KEPERAWATAN LANSIA NY. R DENGAN MASALAH
GOUT ARTHRITIS MELALUI PENERAPAN *KNEE STRTCHING*
EXERCISE DALAM MENURUNKAN TINGKAT NYERI DI UPT
PUSKESMAS TUNTUNGAN KEC. PANCUR BATU

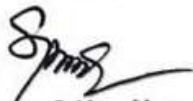
NAMA : CALINE PAULINA NAIBAHO

NIM : P07120624012

Karya ilmiah Akhir Ners ini Telah di Uji Pada Sidang Akhir Program Studi Ners
Kementerian Kesehatan Republik Indonesia Politeknik Kesehatan Medan
Medan, 11 Juni 2025

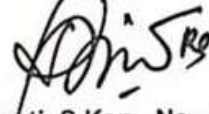
Menyetujui

Penguji I



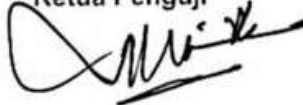
Dr. Soep, S.Kp., Ners., M.Kes
NIP. 197012221997031002

Penguji II



Afniwati, S.Kep., Ns., M.Kes
NIP. 196610101989032002

Ketua Penguji



Arbani Batubara, S.Kep., Ns., M.Psi
NIP. 196308251994031003

Ketua Jurusan Keperawatan
Kemenkes RI Politeknik Kesehatan Medan



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

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Asuhan Keperawatan Lansia Ny. R Dengan Masalah *Gout Arthritis* Melalui Penerapan *Knee Strtching Exercise* Dalam Menurunkan Tingkat Nyeri Di Upt Puskesmas Tuntungan Kec. Pancur Batu”.

Pada kesempatan ini peneliti mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada seluruh dosen Pofesi Ners yang telah memberikan bimbingan, arahan, dukungan, dan masukan kepada peneliti sehingga dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Ners akhir ini.

Peneliti juga mengucapkan terimakasih kepada:

1. Ibu Tengku Sri Wahyuni, S. SiT., M.Keb Selaku Plt Direktur Poltekkes Kemenkes Medan.
2. Ibu Dr. Amira Permata Sari Tarigan, S.Kep, Ns, M.Kes Selaku Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan sekaligus pembimbing pendamping.
3. Bapak Solihuddin Harahap, S.Kep, Ns, M.Kep Selaku Sekretaris Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.
4. Ibu Lestari, S.Kep, Ners, M.Kep Selaku Ketua Program Profesi Ners Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan.
5. Bapak Arbani Batubara, S. Kep, M.Psi Selaku Pembimbing Utama.
6. Bapak Dr. Soep, S.Kp., Ners., M.Kep selaku penguji utama dan Ibu Afniwati, S.kep., Ns., M.Kep selaku penguji kedua.
7. Ibu Dr. Dra, Megawati S,Kep, Ns, M.Kes selaku dosen Pembimbing Akademik yang telah memberikan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan Proposal.
8. Dosen dan seluruh Staft Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan.
9. Terkhusus kepada bapak tercinta Hasekiel Naibaho dan Mama tersayang Elfrida Sinaga. Terimakasih juga kepada Abang tersayang Josua Naibaho, Kakak tersayang Jesika Naomi Naibaho dan Adik tersayang Adhel Whise Naibaho serta seluruh Naibaho Family yang telah memberikan banyak dukungan serta doa dalam menyelesaikan pendidikan ini.

10. Seluruh teman teman, sahabat dan semua pihak yang berperan, penulis ucapkan terimakasih atas dukungan, masukan, bantuan dan doa sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini.

Terimakasih atas dukungan dan doanya kepada saya sehingga saya dapat menyelesaikan KIAN ini.

Medan, 11 Juni 2025

Peneliti

CALINE PAULINA NAIBAHO
P07120624012

POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN
JURUSAN KEPERAWATAN
MEDAN, 11 JUNI 2025
KARYA ILMIAH AKHIR NERS

CALINE PAULINA NAIBAHO
P07120624012

ASUHAN KEPERAWATAN LANSIA NY. R DENGAN MASALAH GOUT
ARTHRITIS MELALUI PENERAPAN *KNEE STRTCHING EXERCISE* DALAM
MENURUNKAN TINGKAT NYERI DI UPT PUSKESMAS TUNTUNGAN KEC.
PANCUR BATU

V BAB + 116 Halaman + 11 gambar + 8 Tabel + 11 lampiran

ABSTRAK

Gout arthritis merupakan salah satu penyakit degeneratif yang banyak dialami oleh lansia dan ditandai dengan penumpukan kristal asam urat pada sendi. Kondisi ini menimbulkan nyeri hebat, kekakuan, serta keterbatasan aktivitas yang dapat berdampak pada penurunan kualitas hidup lansia.

Penatalaksanaan gout arthritis tidak hanya melalui terapi farmakologis, tetapi juga melalui intervensi non-farmakologis. Salah satu intervensi sederhana yang dapat dilakukan adalah *Knee Stretching Exercise* (KSE), yang bertujuan untuk meningkatkan fleksibilitas otot, menjaga rentang gerak sendi, serta mengurangi kekakuan dan nyeri. Penelitian ini menggunakan pendekatan studi kasus pada Ny. R di UPT Puskesmas Tuntungan, Kecamatan Pancur Batu, dengan tujuan menggambarkan asuhan keperawatan melalui penerapan KSE dalam menurunkan tingkat nyeri.

Pengumpulan data dilakukan melalui wawancara, observasi, pemeriksaan fisik, dan dokumentasi. Intervensi KSE diberikan sebanyak tiga kali dalam satu minggu dengan durasi 15–20 menit sesuai SOP. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan skala nyeri, penurunan respon meringis, serta peningkatan kualitas tidur setelah intervensi.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah bahwa *Knee Stretching Exercise* efektif digunakan sebagai terapi non-farmakologis untuk menurunkan tingkat nyeri pada lansia dengan gout arthritis. Intervensi ini diharapkan dapat menjadi alternatif asuhan keperawatan gerontik guna meningkatkan fungsi fisik dan kemandirian lansia.

Kata Kunci : *Gout arthritis*, lansia, nyeri sendi, *Knee Stretching Exercise*

Daftar Bacaan : 23 (2015-2025)

**MEDAN HEALTH POLYTECHNIC OF MINISTRY OF HEALTH
NURSING DEPARTMENT
NURSE PROFESSIONAL STUDY PROGRAM
FINAL PROJECT REPORT ,MEDAN JUNE 11, 2025**

**CALINE PAULINA NAIBAHO
P07120624012**

**NURSING CARE FOR ELDERLY MS. R WITH GOUT ARTHRITIS
THROUGH THE APPLICATION OF KNEE STRETCHING EXERCISE
TO REDUCE PAIN LEVELS AT TECHNICAL IMPLEMENTATION UNIT
TUNTUNGAN PUBLIC HEALTH CENTER, PANCUR BATU SUB-
DISTRICT**

v Chapters + 116 Pages + 11 Figures + 8 Tables + 11 Appendices

ABSTRACT

Gout arthritis is a degenerative disease commonly experienced by the elderly, characterized by the accumulation of uric acid crystals in the joints. This condition causes severe pain, stiffness, and limited activity, which can lead to a decline in the quality of life for the elderly.

The management of gout arthritis is not limited to pharmacological therapy but also includes non-pharmacological interventions. One simple intervention is Knee Stretching Exercise (KSE), which aims to increase muscle flexibility, maintain joint range of motion, and reduce stiffness and pain. This study used a case study approach on Ms. R at the Technical Implementation Unit Tuntungan Public Health Center in Pancur Batu Sub-district, with the goal of describing nursing care through the application of KSE to reduce pain levels.

Data collection was carried out through interviews, observation, physical examination, and documentation. The KSE intervention was administered three times a week for a duration of 15–20 minutes, following the standard operating procedure. The results showed a decrease in pain scale, a reduction in grimacing responses, and an improvement in sleep quality after the intervention.

The conclusion of this study is that Knee Stretching Exercise is effective as a non-pharmacological therapy to reduce pain levels in elderly individuals with gout arthritis. This intervention is expected to be an alternative in gerontic nursing care to improve the physical function and independence of the elderly.

Keywords: Gout arthritis, elderly, joint pain, Knee Stretching Exercise

Reference : 23 (2015-2025)



CONFIRMED HAS BEEN TRANSLATED BY :

*Language Laboratory of Medan Health Polytechnic of The
Ministry of Health*

DAFTAR ISI

LEMBAR PERNYATAAN ORISINALITAS	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
ABSTRAK.....	vi
ABSTRACT	vii
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan.....	4
D. Manfaat.....	5
BAB II TINJAUAN LITERATUR	6
A. Konsep Teori Penyakit.....	6
1. Defenisi <i>Gout Arthritis</i>	6
2. Anatomi Fisiologi <i>Gout Arthritis</i>	7
3. Etiologi <i>Gout Arthritis</i>	8
4. Manifestasi Klinis <i>Gout arthritis</i>	8
5. Pathway	10
6. Patofisiologi <i>Gout Arthritis</i>	11
7. Klasifikasi <i>Gout Arthritis</i>	11
8. Pemeriksaan Diagnostik <i>Gout Arthritis</i>	12
9. Penatalaksanaan	12
10. Komplikasi	13
A.1. Konsep Lansia.....	14
A.2. Konsep Nyeri Sendi.....	17
B. Konsep Teori Inovasi <i>Penerapan Knee Stretching Exercise</i>	22
1. Defenisi <i>Knee Stretching</i>	22

2. Manfaat <i>Knee Stretching</i>	22
3. Klasifikasi <i>Knee Stretching</i>	23
C. Konsep Teori Asuhan Keperawatan	26
1. Pengkajian Keperawatan	26
2. Diagnosis Keperawatan	29
3. Intervensi keperawatan	29
4. Implementasi keperawatan	38
5. Evaluasi keperawatan	38
BAB III GAMBARAN KASUS	39
A. Pengkajian	39
B. Diagnosis keperawatan	50
C. Prioritas masalah	50
D. Intervensi keperawatan	50
E. Catatan perkembangan	55
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	75
A. Analisis dan diskusi hasil	75
B. Keterbatasan penulis	80
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	82
A. Kesimpulan	82
B. Saran	84
DAFTAR PUSTAKA	85
LAMPIRAN	

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Sendi Normal dan Sendi Dengan Gangguan <i>Gout Arthritis</i>	7
Gambar 2.2 <i>Pathway Gout Arthritis</i>	10
Gambar 2.3 Skala Nyeri Muka Muka.....	20
Gambar 2.4 <i>Recumbent Hip External Rotator and Hip External Strech</i>	23
Gambar 2.5 <i>Recumbent Hip External Rotator and Hip Extensor Stretch (Crossed Leg)</i>	24
Gambar 2.6 <i>Lying Hip Flexor and Knee Extensor Stretch</i>	24
Gambar 2.7 <i>Seated Hip External Rotator and Hip Extensor Stretch</i>	25
Gambar 2.8 <i>Seated Hip Adductor Stretch</i>	25
Gambar 2.9 <i>Seated Knee Flexor and Hip Adductor Stretch</i>	26
Gambar 3.1 Genogram Ny. R.....	41
Gambar 3.2 Pengkajian Skala Nyeri.....	44

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Durasi Nyeri.....	18
Tabel 2.2 Sumber Atau Asal Nyeri	19
Tabel 2.3 Intervensi Keperawatan menurut SDKI, SLKI, dan SIKI	37
Tabel 3.1 <i>Barthel Indeks</i> Lansia	45
Tabel 3.2 <i>Morse Fall Scale</i>	46
Tabel 3.3 Analisa Data	47
Tabel 3.4 Intervensi Keperawatan	51
Tabel 3.5 Implementasi dan Evaluasi keperawatan	56

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 2 Sop *Knee Stretching Exercise*
- Lampiran 3 Lembar Observasi Skala Nyeri
- Lampiran 4 Surat Survei Awal
- Lampiran 5 Surat Balasan Survei Awal
- Lampiran 6 Surat Izin Penelitian
- Lampiran 7 Surat Balasan Izin Penelitian
- Lampiran 8 Surat EC
- Lampiran 9 Dokumentasi
- Lampiran 10 Lembar Kegiatan Pembimbing
- Lampiran 11 Cv Peneliti