

## DAFTAR PUSTAKA

- Nanik nur anisa.(2020).Penerapan Latihan Isometric Terhadap Penurunan kadar Asam urat pada penderita *gout arthritis* di keluarga
- Ernawati, H. N. (2021). *Asam Urat Dan Pantangannya* (Q. Nur (ed.)). 2021.
- Harwijayanti, B. P., Liana, Y., Tauho, K. desimina, Sulistiyani, Muhammadong, Hariati, Sinaga, M. R. E., Prasetiani, A. G., & Jana, E. N. (2022). *Keperawatan Keluarga* (Issue Juli).
- Mahmudi, M., Safitri, D. N. R. P., & Mubin, M. F. (2024). Penurunan nyeri dan kadar asam urat pada penderita Gout Arthritis dengan terapi akupresur pada titik Taixi (KI 3). *Holistic Nursing Care Approach*, 4(1), 1. <https://doi.org/10.26714/hnca.v4i1.12873>
- Rakasiswi, I. A., & Dermawan, D. (2023). Penatalaksanaan Latihan Isometrik dan Pemberian Diet Rendah Purin dengan Masalah Keperawatan Nyeri Akut pada Pasien Gout di Desa Joho. *Jurnal Indonesia Sehat: Healthy Indonesian Journal*, 2(2), 59–69.
- Septriani, R. (2021). *Kepperawatan Keluarga*. CV.Tohar Media.
- Sitorus, E. D., Amiati, R., Husada, A., Jaya, K., & Urat, A. (2019). *Penerapan Latihan Isometrik terhadap Penurunan Kadar Asam Urat di Daerah Papanggo*. 5, 2011–2014.
- Terapi, P., Benson, R., Tekanan, T., Sistole, D., Lansia, P., Hipertensi, D., Panti, D. I., Tresna, S., Sabai, W., & Aluih, N. A. N. (2022). *Jurnal Abdimas Saintika*. *Jurnal Abdimas Saintika*. 1, 89–98. <https://jurnal.syedzasaintika.ac.id/index.php/abdimas/article/view/1333/944>
- Tri, W. (2021). *Buku Ajar Keperawatan Keluarga* (A. Resa (ed.)). CV.Jejak,anggota IKAPI.
- Vol, K. J. (2021). *porpositive sampling* . 6(1).
- Yekti, M. (2023). *Pencegahan dan Pengobatan Asam Urat* (Maya (ed.)). Rumah Baca.

**Lampiran 1 Standar Operasional Prosedur**

|                                                                                   |                             |                                                                                                                                                                                        |
|-----------------------------------------------------------------------------------|-----------------------------|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|  |                             | <b>STANDAR OPERASIONAL<br/>PROSEDUR (SOP)<br/>ISOMETRIK</b>                                                                                                                            |
| <b>1</b>                                                                          | <b>Pengertian</b>           | Isometrik merupakan latihan statis yang menghasilkan kontraksi otot tanpa terjadi gerakan sendi                                                                                        |
| <b>2</b>                                                                          | <b>Tujuan</b>               | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Menurunkan rasa nyeri</li> <li>2. Meningkatkan kekuatan otot</li> <li>3. Melancarkan sirkulasi darah</li> <li>4. Merileksasi otot</li> </ol> |
| <b>3</b>                                                                          | <b>Persiapan alat</b>       | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lembar pengukur kekuatan otot (MMT)</li> <li>2. handuk</li> </ol>                                                                            |
| <b>4</b>                                                                          | <b>Persiapan pasien</b>     | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. memberikan penjelasan kepada pasien tentang tindakan yang akan di lakukan</li> <li>2. menyiapkan posisi pasien sesuai kebutuhan</li> </ol>   |
| <b>5</b>                                                                          | <b>Persiapan lingkungan</b> | Menciptakan lingkungan yang aman dan nyaman                                                                                                                                            |

|   |             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                       |
|---|-------------|-----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| 6 | Pelaksanaan | <p>A. Mencontohkan gerakan pertama dengan tegak, kemudian tarik nafas dalam.</p> <p>B. Gerakan kepala menunduk, menekuk dan memalingkan ke kanan dan ke kiri secara bergantian</p> <p>C. Gerakan tangan ke arah belakang dan posisikan tangan kiri menarik tangan kanan lakukan secara bergantian</p> <p>D. Gerakan tangan ke belakang dan posisi tangan kiri menarik tangan kanan lakukan secara bergantian.</p> <p>E. Tekuk kedua lutut dengan kedua tangan ke arah depan</p> <p>F. Dorong panggul ke ke arah kanan dan kiri</p>                                    |
|   |             | <p>G. Membuka kaki selebar bahu kemudian menekuk lutut, putar punggung ke kanan kanan dan kiri secara bergantian</p> <p>H. Mengangkat salah satu kaki setinggi pinggang ke arah depan, samping kemudian belakang secara bergantian.</p> <p>I. Mengajukan klien untuk mengikuti gerakan yang sudah di contohkan</p> <p>J. Lakukan dalam hitungan 8 untuk setiap gerakan. Latihan di lakukan 7 kali dalam seminggu waktu 20 menit selama 1 minggu</p> <p style="padding-left: 40px;">Durasi : 20 menit</p> <p style="padding-left: 40px;">Frekuensi : 7 kali minggu</p> |

|          |                 |                                                                                                                                                                                                                                                              |
|----------|-----------------|--------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| <b>7</b> | <b>sikap</b>    | <p>Sikap selama pelaksanaan :</p> <ol style="list-style-type: none"> <li>1. menunjukkan sikap sopan dan santun</li> <li>2. menjamin privasi pasien</li> <li>3. bekerja dengan teliti</li> <li>4. memperhatikan body mekanisme</li> </ol>                     |
| <b>8</b> | <b>Evaluasi</b> | <ol style="list-style-type: none"> <li>1. Lakukan pengecekan kadar asam urat sebelum dan sesudah melakukannya terapi isometric selama 7 kali dalam seminggu</li> <li>2. Respon klien selama latihan isometrik</li> <li>3. Observasi kekuatan otot</li> </ol> |

## Lampiran 2 Lembar Observasi

### LEMBAR OBSERVASI ASAM URAT SEBELUM DAN SESUDAH MELAKUKAN PENERAPAN LATIHAN ISOMETRIK

Nama Peneliti :Nasywa Ulvia

Tanggal observasi :Selasa 24 Juni 2025

#### Responden 1

#### Responden 2

1. Nama :Ny.Y

1. Nama : Ny.N

2. Usia : 31 Tahun

2. Usia : 27 Tahun

3. Jenis Kelamin :Perempuan

3. Jenis Kelamin : Perempuan

| Hari/<br>tanggal            | KADAR ASAM URAT<br>SEBELUM DI<br>LAKUKAN LATIHAN<br>ISOMETRIK |           | KADAR ASAM URAT<br>SETELAH DI<br>LAKUKAN LATIHAN<br>ISOMETRIK |           |
|-----------------------------|---------------------------------------------------------------|-----------|---------------------------------------------------------------|-----------|
|                             | Ny.Y                                                          | Ny.N      | Ny.Y                                                          | Ny.N      |
| <b>Rabu<br/>18/6/2025</b>   | 8.2 mg/dl                                                     | 7.4 mg/dl | 8.2 mg/dl                                                     | 7.4 mg/dl |
| <b>Kamis<br/>19/6/2025</b>  | 6.5 mg/dl                                                     | 6.0 mg/dl | 6.5 mg/dl                                                     | 6.0 mg/dl |
| <b>Jumat<br/>20/6/2025</b>  | 6.5 mg/dl                                                     | 6.5 mg/dl | 6.5 mg/dl                                                     | 6.5 mg/dl |
| <b>Sabtu<br/>21/6/2025</b>  | 6.5 mg/dl                                                     | 6.5 mg/dl | 6.0 mg/dl                                                     | 6.5 mg/dl |
| <b>Minggu<br/>22/6/2025</b> | 7.4 mg/dl                                                     | 4.7 mg/dl | 7.4 mg/dl                                                     | 4.3 mg/dl |
| <b>Senin<br/>23/6/2025</b>  | 6.5 mg/dl                                                     | 6.0 mg/dl | 6.0 mg/dl                                                     | 6.0 mg/dl |
| <b>Selasa<br/>24/6/2025</b> | 7.5 mg/dl                                                     | 6.5 mg/dl | 7.5 mg/dl                                                     | 6.3 mg/dl |

Keterangan : Kadar asam urat dalam batas normal yaitu Pada pria sekitar 2,5 hingga 7,0 mg/dl. Pada wanita 1,5 hingga 6,0 mg/dl

Surat permohonan menjadi responden

**Lampiran 3 Surat Permohonan Menjadi Responden**

**SURAT PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Nasywa ulvia

Nim : P07520122068

Status : Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Medan Jurusan Keperawatan  
medan

dengan ini mengajukan permohonan kepada bapak/ibuk untuk bersedia menjadi responden penelitian yang akan saya lakukan dengan judul

**“PENERAPAN LATIHAN ISOMETRIK TERHADAP PENURUNAN KADAR ASAM URAT PENDERITA *GOUT ARTHRITIS* PADA KELUARGA DI WILAYAH PUSKESMAS MEDAN SUNGGAL.**

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui respon responden sebelum dan sesudah di lakukan penerapan latihan isometrik.

Keikutsertaan bapak/ibuk dalam penelitian ini bersifat sukarela dan tanpa paksaan. Peneliti menjamin bahwa penelitian ini tidak menimbulkan kerugian pada bapak/ibuk sebagai responden. Penelitian ini di harapkan dapat mengurangi tingkat asam urat pada penderita *gout arthritis*.peneliti sangat menghargai hak bapak/ibu sebai 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 terimakasih

Medan, Februari 2025

#### **Lampiran 4 Surat pernyataan menjadi responden**

Surat pernyataan menjadi responden 1

#### **SURAT PERNYATAAN BERSEDIA BERPARTISIPASI SEBAGAI RESPONDEN DALAM PENELITIAN**

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Ny.Y

Usia : 31 tahun

Jenis kelamin : Perempuan

Pekerjaan : Ibu rumah tangga

Setelah membaca surat permohonan dan mendapat penjelasan dari peneliti dengan ini saya bersedia berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian yang berjudul “penerapan latihan isometrik dalam penurunan kadar asam urat penderita gout arthritis pada keluarga” saya percaya peneliti akan menjaga kerahasiaan saya menjadi responden, keikutsertaan saya dalam penelitian ini tidak ada unsur paksaan dari pihak manapun

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk di gunakan sebagaimana mestinya

Medan, february 2025

Responden,

(nama dan tanda tangan)

Surat pernyataan menjadi responden 2

SURAT PERNYATAAN BERSEDIA BERPARTISIPASI SEBAGAI  
RESPONDEN DALAM PENELITIAN

Yang bertanda tangan di bawah ini

Nama : Ny.N

Usia : 27 Tahun

Jenis kelamin : Perempuan

Pekerjaan : P3K

Setelah membaca surat permohonan dan mendapat penjelasan dari peneliti dengan ini saya bersedia berpartisipasi menjadi responden dalam penelitian yang berjudul “penerapan latihan isometrik dalam penurunan kadar asam urat penderita gout arthritis pada keluarga” saya percaya peneliti akan menjaga kerahasiaan saya menjadi responden, keikutsertaan saya dalam penelitian ini tidak ada unsur paksaan dari pihak manapun

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk di gunakan sebagaimana mestinya

Medan, februari 2025

Responden,

(nama dan tanda tangan)

## Lampiran 5 Surat izin survey awal



### Kementerian Kesehatan Poltekkes Medan

Jalan Jamin Ginting KM. 13,5  
Medan, Sumatera Utara 20137  
(061) 8368633  
<https://poltekkes-medan.ac.id>

#### NOTA DINAS

NOMOR : KH.03.01/F.XXII.11/091.a/2025

Yth. : Kepala Badan Riset dan Inovasi Daerah Kota Medan  
Dari : Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan  
Hal : Izin Survey Awal  
Tanggal : 15 Januari 2025

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes medan bahwa Mahasiswa Tkt. III TA. 2024 – 2025 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.  | Nasywa Ulvia | P07520122068 | Penerapan latihan isometrik terhadap penurunan kadar asam urat pada penderita gout arthritis pada keluarga di UPT Puskesmas Medan Sunggal |

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



Jurusan Keperawatan

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

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



## Lampiran 6 Surat Balasan Survey Awal (Brida)

|                                                                                                                                                                                                                                                                |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
|                                                                                                                                                                               | <b>PEMERINTAH KOTA MEDAN</b><br><b>BADAN RISET DAN INOVASI DAERAH</b><br>Jalan Jenderal Besar A. H. Nasution Nomor 32, Medan Johor, Medan Sumatera Utara 20143,<br>Telepon (061) 7873439 Faksimile (061) 7873314<br>Laman <a href="http://brida.medan.go.id">brida.medan.go.id</a> , Pos-el <a href="mailto:brida@medan.go.id">brida@medan.go.id</a>                                        |
| <b><u>SURAT KETERANGAN PRA RISET</u></b>                                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Nomor : 000.9/0507                                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| DASAR                                                                                                                                                                                                                                                          | : 1. Peraturan Daerah Kota Medan Nomor : 8 Tahun 2022, tanggal 30 Desember 2022 tentang Perubahan Atas Peraturan Daerah Kota Medan Nomor 15 Tahun 2016 Tentang Pembentukan Perangkat Daerah Kota Medan.<br>2. Peraturan Walikota Medan Nomor : 97 Tahun 2022, tanggal 30 Desember 2022 tentang Kedudukan, Susunan Organisasi, Tugas dan Fungsi, dan Tata Kerja Perangkat Daerah Kota Medan. |
| MENIMBANG                                                                                                                                                                                                                                                      | : Surat dari Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Medan Kementerian Kesehatan Nomor KH.03.01/F.XXII.11/094.a/2025 Tanggal 15 Januari 2025 Perihal Izin Survey Awal .                                                                                                                                                                                                              |
| NAMA                                                                                                                                                                                                                                                           | : Nasywa Ulvia                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| NIM                                                                                                                                                                                                                                                            | : P07520122068                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| JURUSAN                                                                                                                                                                                                                                                        | : D3 Keperawatan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| JUDUL                                                                                                                                                                                                                                                          | : "Penerapan Latihan Isometrik Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis Pada Keluarga di UPT Puskesmas Medan Sunggal "                                                                                                                                                                                                                                              |
| LOKASI                                                                                                                                                                                                                                                         | : 1. Dinas Kesehatan Kota Medan 2.UPT Puskesmas Medan Sunggal Kota Medan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                    |
| LAMANYA                                                                                                                                                                                                                                                        | : 2 Minggu                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| PENANGGUNG JAWAB                                                                                                                                                                                                                                               | : Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Medan Kementerian Kesehatan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |
| Melakukan Pra Riset, dengan ketentuan sebagai berikut :                                                                                                                                                                                                        |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 1. Sebelum melakukan Pra Riset terlebih dahulu harus melapor kepada pimpinan Perangkat Daerah lokasi Yang ditetapkan.                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 2. Mematuhi peraturan dan ketentuan yang berlaku di lokasi Pra Riset .                                                                                                                                                                                         |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 3. Tidak dibenarkan melakukan Pra Riset atau aktivitas lain di luar lokasi yang telah ditetapkan.                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 4. Hasil Laporan Pra Riset diserahkan kepada Kepala Badan Riset dan Inovasi Daerah Kota Medan selambat lambatnya 2 (dua) bulan setelah Pra Riset dalam bentuk <i>softcopy</i> atau melalui Email ( <a href="mailto:brida@medan.go.id">brida@medan.go.id</a> ). |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 5. Surat Keterangan Pra Riset dinyatakan batal apabila pemegang surat keterangan tidak mengindahkan ketentuan atau peraturan yang berlaku pada Pemerintah Kota Medan.                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 6. Surat Keterangan Pra Riset ini berlaku sejak tanggal dikeluarkan.                                                                                                                                                                                           |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Demikian Surat ini diperbuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.                                                                                                                                                                                    |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Dikeluarkan di : Medan<br>Pada Tanggal : 15 Januari 2025                                                                                                                                                                                                       |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| Ditandatangani secara elektronik oleh :<br>Kepala Badan<br>Riset dan Inovasi Daerah,<br>Mansuryah, S, Sos, M. AP<br>Pembina Tk. I (M/b)<br>NIP 196805091989091001                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| <b>Tembusan :</b>                                                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 1. Wali Kota Medan.                                                                                                                                                                                                                                            |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 2. Kepala Dinas Kesehatan Kota Medan.                                                                                                                                                                                                                          |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 3. Camat Medan Sunggal Kota Medan.                                                                                                                                                                                                                             |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 4. Kepala UPT Puskesmas Medan Sunggal Kota Medan.                                                                                                                                                                                                              |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
| 5. Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Medan Kementerian Kesehatan                                                                                                                                                                                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|                                                                                                                                                                             | <small>- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik, menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSRF.<br/>- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah."</small>                                                                                                 |

## Lampiran 7 Surat Izin Survey Awal Dinas kesehatan



### PEMERINTAH KOTA MEDAN DINAS KESEHATAN

Jalan Rotan Komplek Petisah Nomor 1, Medan Petisah,  
Medan, Sumatera Utara, Medan 20112,  
Laman dinkes.medan.go.id, Pos-el dinkes@medan.go.id

Nomor : 000/1567  
Sifat :  
Lampiran : -  
Hal : Izin Pra Riset

04 Februari 2025

Yth. :

1. Kepala Bidang Pencegahan dan Pengendalian Penyakit (P2P)
2. UPT. Puskesmas Medan Sunggal

di-

Tempat

Sehubungan dengan surat Kepala Badan Riset dan Inovasi Daerah Pemerintah Kota Medan Nomor : 000.9/0507 tanggal 15 Januari 2025, hal : Surat Keterangan Pra Riset Mahasiswa Politeknik Kesehatan Medan Kementerian Kesehatan sebagai berikut :

Nama : Nasywa Ulvia  
NIM : P07520122068  
Jurusan : D3 Keperawatan  
Judul : Penerapan Latihan Isometrik Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout Arthritis Pada Keluarga di UPT. Puskesmas Medan Sunggal.

Berkenaan dengan hal tersebut, dengan ini kami sampaikan bahwa :

1. Menyetujui kegiatan Penelitian/ Riset yang dilaksanakan oleh yang bersangkutan sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan berlaku.
2. Tempat Penelitian/ Riset membantu memberikan data/informasi yang dibutuhkan sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan berlaku.
3. Surat keterangan ini berlaku sejak tanggal dikeluarkan dan dinyatakan batal apabila pemegang surat keterangan tidak mengindahkan ketentuan atau peraturan yang berlaku pada Pemerintah Kota Medan.

Demikian disampaikan, atas kerjasama yang baik diucapkan terimakasih.



Ditandatangani secara elektronik oleh :  
Kepala Dinas Kesehatan,

Yuda Pratiwi Setiawan, S.STP, MSP



- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik, menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSRF.  
- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah."

## Lampiran 8 Surat balasan survey awal Upt Puskesmas Medan Sunggal



PEMERINTAH KOTA MEDAN  
DINAS KESEHATAN  
**UPT PUSKESMAS MEDAN SUNGGAL**

Jalan TB. Simatupang No. 251 - Medan  
Email : p.sunggalmedan@gmail.com

Medan, 10 Februari 2025

No : 000.9.6.1/54.1/ PKMSGL / II / 2025  
Lamp : -  
Hal : Balasan Selesai Pra Riset

Kepada Yth :  
Dekan Fakultas Keperawatan  
Universitas Politeknik Kesehatan Medan  
di –

**T e m p a t**

Dengan hormat,

Berdasarkan surat dari Dinas Kesehatan Kota Medan Nomor : 000/1567, tanggal 04 Februari 2025 tentang Izin Pra Riset di UPT Puskesmas Medan Sunggal. Adapun mahasiswi yang melakukan Pra Riset adalah sebagai berikut :

Nama : Nasywa Ulvia  
NIM : P07520122068  
Judul : Penerapan Latihan Isometrik terhadap Penurunan  
Kadar Asam Urat Penderita *Gout Arthritis* pada  
Keluarga di Wilayah Puskesmas Medan Sunggal.

Bahwasanya mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan Pra Riset di UPT Puskesmas Medan Sunggal.

Demikian surat balasan ini disampaikan, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

**KEPALA UPT PUSKESMAS MEDAN SUNGGAL**



**dr. H. INDRA GUNAWAN**  
**PEMBINA TK.I (IV/b)**  
**NIP 197005301999031001**

## Lampiran 9 Surat Izin Penelitian



**Kementerian Kesehatan**  
Poltekkes Medan

Jalan Jamin Ginting KM. 13,5  
Medan, Sumatera Utara 20137  
(061) 8368633  
<https://poltekkes-medan.ac.id>

### NOTA DINAS

NOMOR : KH.03.01/F.XXII.11/ 926-d2025

Yth. : Kepala Badan Riset dan Inovasi Daerah Kota Medan  
Dari : Ketua Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Medan  
Hal : Izin Penelitian  
Tanggal : 02 Juni 2025

Dengan Hormat,

Sehubungan dengan Program pembelajaran Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes medan bahwa Mahasiswa Tkt. III TA. 2024 – 2025 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.  | Nasywa Ulvia | P07520122068 | Penerapan Latihan Isometrik Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Penderita Gout Arthritis Pada Keluarga Di Wilayah Puskesmas Medan Sunggal |

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



Jurusan Keperawatan  
Dr. Amma Permata Sari Tarigan, S.Kep,Ns, M.Kes  
NIP. 7703162002122001

Kementerian Kesehatan tidak menerima suap dan/atau gratifikasi dalam bentuk apapun. Jika terdapat potensi suap atau gratifikasi silakan laporkan melalui HALO KEMENKES 1500567 dan <https://wbs.kemkes.go.id>. Untuk verifikasi keaslian tanda tangan elektronik, silakan unggah dokumen pada laman <https://tte.kominfo.go.id/verifyPDF>.



## Lampiran 10 Surat Izin Penelitian (Brida )



### PEMERINTAH KOTA MEDAN BADAN RISET DAN INOVASI DAERAH

Jalan Jenderal Besar A. H. Nasution Nomor 32 Medan Kode Pos 20143  
Telepon (061) 7873439 Faksimile (061) 7873314  
Laman <https://brida.medan.go.id>, Pos-el [brida@medan.go.id](mailto:brida@medan.go.id)

#### SURAT KETERANGAN RISET

Nomor : 000.9/2335

|                  |                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                             |
|------------------|---------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|
| DASAR            | : 1. Peraturan Daerah Kota Medan Nomor : 8 Tahun 2022, tanggal 30 Desember 2022 tentang Perubahan Atas Peraturan Daerah Kota Medan Nomor 15 Tahun 2016 Tentang Pembentukan Perangkat Daerah Kota Medan.<br>2. Peraturan Walikota Medan Nomor : 97 Tahun 2022, tanggal 30 Desember 2022 tentang Kedudukan, Susunan Organisasi, Tugas dan Fungsi, dan Tata Kerja Perangkat Daerah Kota Medan. |
| MENIMBANG        | : Surat dari Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Medan Kementerian Kesehatan Nomor KH.03.01/F.XXII.11/926.a/2025 Tanggal 03 Juni 2025 Perihal Izin penelitian.                                                                                                                                                                                                                   |
| NAMA             | : Nasywa Ulvia                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| NIM              | : P07520122068                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                              |
| PROGRAM STUDI    | : D3 Keperawatan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| JUDUL            | : "Penerapan Latihan Isometrik Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Penderita Gout Arthritis Pada Keluarga di wilayah Puskesmas Medan Sunggal"                                                                                                                                                                                                                                                |
| LOKASI           | : 1. Dinas Kesehatan Kota Medan, 2. UPT Puskesmas Medan Sunggal Kota Medan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                  |
| LAMANYA          | : 1 (satu) Bulan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                                            |
| PENANGGUNG JAWAB | : Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Medan Kementerian Kesehatan                                                                                                                                                                                                                                                                                                                |

Melakukan Riset, dengan ketentuan sebagai berikut :

1. Sebelum melakukan Riset terlebih dahulu harus melapor kepada pimpinan Perangkat Daerah lokasi Yang ditetapkan.
2. Mematuhi peraturan dan ketentuan yang berlaku di lokasi Riset .
3. Tidak dibenarkan melakukan Riset atau aktivitas lain di luar lokasi yang telah ditetapkan.
4. Hasil Riset diserahkan kepada Kepala Badan Riset dan Inovasi Daerah Kota Medan selambat lambatnya 2 (dua) bulan setelah Riset dalam bentuk *softcopy* atau melalui Email ([brida@medan.go.id](mailto:brida@medan.go.id)).
5. Surat Keterangan Riset dinyatakan batal apabila pemegang surat keterangan tidak mengindahkan ketentuan atau peraturan yang berlaku pada Pemerintah Kota Medan.
6. Surat Keterangan Riset ini berlaku sejak tanggal dikeluarkan.

Demikian Surat ini diperbuat untuk dapat dipergunakan sebagaimana mestinya.

Dikeluarkan di : Medan  
Pada Tanggal : 04 Juni 2025



Ditandatangani secara elektronik oleh :  
Kepala Badan  
Riset dan Inovasi Daerah,

Mansursyah, S, Sos, M. AP  
Pembina Tk. I (IV/b)  
NIP 196805091989091001

#### Tembusan :

1. Wali Kota Medan.
2. Kepala Dinas Kesehatan Kota Medan.
3. Camat Medan Sunggal Kota Medan.
4. Kepala UPT Puskesmas Medan Sunggal Kota Medan.
5. Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Medan Kementerian Kesehatan .



Balai Besar  
Sertifikasi  
Elektronik

- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik, menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSR-E  
- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah."

## Lampiran 11 Surat Izin Penelitian Dinas Kesehatan



### PEMERINTAH KOTA MEDAN DINAS KESEHATAN

Jalan Rotan Komplek Petisah Nomor 1, Medan Petisah,  
Medan, Sumatera Utara, Medan 20112,  
Laman dinkes.medan.go.id, Pos-el dinkes@medan.go.id

Nomor : 000/7976  
Sifat : Biasa  
Lampiran : 1 (satu) lembar  
Perihal : Izin Riset

12 Juni 2025

Yth

1. Kepala Bidang P2P
  2. Kepala UPT Puskesmas Medan Sunggal
- di  
Tempat

Sehubungan dengan Surat dari Kepala Badan Riset dan Inovasi Daerah Kota Medan Nomor 000.9/2335 Tanggal 4 Juni 2025 Perihal Permohonan Izin Riset di Kota Medan. Mahasiswa Keperawatan Politeknik Kesehatan Medan sebagai berikut :

Nama : Nasywa Ulvia  
NIM : P07520122068  
Judul : Penerapan Latihan Isometrik Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Penderita Gout Arthritis Pada Keluarga di Wilayah Puskesmas Medan Sunggal

Berkenaan dengan hal tersebut diatas, maka dengan ini kami sampaikan bahwa :

1. Dapat menyetujui kegiatan izin Riset yang dilaksanakan oleh yang bersangkutan sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan yang berlaku.
2. Tempat penelitian membantu memberikan data dan info yang dibutuhkan sepanjang tidak bertentangan dengan peraturan yang berlaku.
3. Surat keterangan ini hanya berlaku 1 (satu) bulan sejak ditandatangani.

Demikian kami sampaikan agar dapat dimaklumi, atas kerjasama yang baik diucapkan terima kasih.



Ditandatangani secara elektronik oleh :  
Kepala Dinas Kesehatan,

Yuda Pratiwi Setiawan, S.STP, M.SP  
Pembina Tk. I (I/b)  
NIP 198204072000121003



- Dokumen ini telah ditandatangani secara elektronik, menggunakan sertifikat elektronik yang diterbitkan BSrE  
- UU ITE No. 11 Tahun 2008 Pasal 5 Ayat 1 "Informasi Elektronik dan/atau Dokumen Elektronik dan/atau hasil cetaknya merupakan alat bukti hukum yang sah."

## Lampiran 12 Surat Balasan Penelitian Puskesmas Medan Sunggal



**PEMERINTAH KOTA MEDAN  
DINAS KESEHATAN  
UPT PUSKESMAS MEDAN SUNGGAL**

Jalan TB. Simatupang No. 251 - Medan  
Email : [p.sunggalmedan@gmail.com](mailto:p.sunggalmedan@gmail.com)

Medan, 26 Juni 2025

No : 000.9.6.1/296/ PKMSG/VI/2025  
Lamp : -  
Hal : Balasan Selesai Izin Riset

Kepada Yth :  
Dekan Fakultas Keperawatan  
Universitas Politeknik Kesehatan Medan  
di –

**T e m p a t**

Dengan hormat,

Berdasarkan surat dari Dinas Kesehatan Kota Medan Nomor: 000/7976, tanggal 12 Juni 2025 tentang Izin Riset di UPT Puskesmas Medan Sunggal. Adapun mahasiswa yang melakukan Pra Riset adalah sebagai berikut :

Nama : Nasywa Ulvia  
NIM : P07520122068  
Judul : Penerapan Latihan Isometrik terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Penderita Gout Arthritis pada Keluarga di Wilayah Puskesmas Medan Sunggal.

Bahwasanya mahasiswa tersebut telah selesai melaksanakan Riset di UPT Puskesmas Medan Sunggal.

Demikian surat balasan ini disampaikan, atas perhatiannya diucapkan terima kasih.

**KEPALA UPT PUSKESMAS MEDAN SUNGGAL**



**dr. H. INDRA GUNAWAN**  
**PEMBINA TK.I (IV/b)**  
**NIP.197005301999031001**

## Lampiran 13 Ethical Clearance



**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 EXEMPTION*

*“ETHICAL EXEMPTION”*

No.01.26.1898/KEPK/POLTEKKES KEMENKES MEDAN 2025

Protokol penelitian versi 1 yang diusulkan oleh :

The research protocol proposed by

**Peneliti utama**

**: NASYWA ULVIA**

Principal In Investigator

**Nama Institusi**

**: POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES MEDAN**

Name of the Institution

**Dengan judul:**

Title

**"PENERAPAN LATIHAN ISOMETRIK TERHADAP PENURUNAN KADAR  
ASAM URAT PENDERITA GOUT ARTHRITIS PADA KELUARGA DI  
WILAYAH PUSKESMAS MEDAN SUNGGAL"**

**"APPLICATION OF ISOMETRIC EXERCISE TO REDUCE URIC  
ACID LEVELS IN GOUT ARTHRITIS SUFFERERS IN FAMILIES IN THE  
MEDAN SUNGGAL HEALTH CENTER AREA"**

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 Consent, 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 12 Agustus 2025 sampai dengan tanggal 12 Agustus 2026.

This declaration of ethics applies during the period August 12, 2025 until August 12, 2026.



August 12, 2025



Chairperson,

## Lembar Bimbingan

**LEMBAR KONSULTASI  
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH**

Judul KTI : Penerapan latihan isometrik terhadap penurunan kadar asam u  
Penderita gout arthrititis di keluarga di wilayah Puskesmas medan su  
Nama Mahasiswa : Nasywa Ulula  
Nomor Induk Mahasiswa : 207520111060  
Nama Pembimbing :

| NO | TGL              | MATERI DIKONSULKAN           | PARAF                                                                                |                                                                                       |
|----|------------------|------------------------------|--------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                  |                              | Mahasiswa                                                                            | Pembimbing<br>Pendamping                                                              |
| 1  | 6 Februari 2025  | revisi Cover, Penulisan NIP, |   |   |
| 2  | 10 Februari 2025 | revisi BAB 1 dan 3           |  |  |
| 3  | 11 Februari 2025 | acc BAB 1, 11, 111           |  |  |
| 4  | 25 Juni 2025     | bimbingan BAB 4 dan 5        |  |  |
| 5  | 26 Juni 2025     | acc BAB 4 dan 5              |  |  |
| 6  |                  |                              |                                                                                      |                                                                                       |
| 7  |                  |                              |                                                                                      |                                                                                       |
| 8  |                  |                              |                                                                                      |                                                                                       |
| 9  |                  |                              |                                                                                      |                                                                                       |
| 10 |                  |                              |                                                                                      |                                                                                       |
| 11 |                  |                              |                                                                                      |                                                                                       |
| 12 |                  |                              |                                                                                      |                                                                                       |
| 13 |                  |                              |                                                                                      |                                                                                       |

Lampiran 18

LEMBAR KONSULTASI  
BIMBINGAN KARYA TULIS ILMIAH

Judul KTI : Penerapan latihan isometrik terhadap penurunan kadar asam urat  
 Nama Mahasiswa : Penderita Gout arthritis di keluarga di wilayah Puskesmas medansung  
 Nomor Induk Mahasiswa : 10752012066  
 Nama Pembimbing : Arhani Batubara S.Pd.S.Kep.Ns.M.Psi

| NO | TGL              | MATERI<br>DIKONSULKAN           | PARAF                                                                               |                                                                                       |
|----|------------------|---------------------------------|-------------------------------------------------------------------------------------|---------------------------------------------------------------------------------------|
|    |                  |                                 | Mahasiswa                                                                           | Pembimbing Utama                                                                      |
| 1  | 4 november 2014  | Pengajuan judul                 |   |   |
| 2  | 10 november 2014 | bimbingan BAB I, II, III        |  |  |
| 3  | 3 februari 2015  | bimbingan revisi BAB I, II, III |  |  |
| 4  | 4 februari 2015  | acc BAB I, II, revisi BAB III   |  |  |
| 5  | 10 februari 2015 | acc BAB I, II, III              |  |  |
| 6  | 12 Maret 2015    | acc seminar proposal            |  |  |
| 7  | 23 Juni 2015     | Bimbingan BAB 4 dan 5           |  |  |
| 8  | 24 Juni 2015     | revisi BAB 4 dan 5              |  |  |
| 9  | 26 Juni 2015     | acc BAB 4 dan 5                 |  |  |
| 10 |                  |                                 |                                                                                     |                                                                                       |
| 11 |                  |                                 |                                                                                     |                                                                                       |

## Lampiran 13 Dokumentasi

