

**PENGARUH VIDEO EDUKASI DAN DEMONSTRASI SENAM *THAI CHI*
TERHADAP PENURUNAN NYERI DAN KADAR ASAM URAT
PADA LANSIA DI PUSKESMAS LAREN**

SKRIPSI



DINDA DEVITA SETIA ROHMA
NIM.18.02.01.2591

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN**

2022

**PENGARUH VIDEO EDUKASI DAN DEMONSTRASI SENAM *THAI CHI*
TERHADAP PENURUNAN NYERI DAN KADAR ASAM URAT
PADA LANSIA DI PUSKESMAS LAREN**

SKRIPSI

**Diajukan Kepada Program Studi S1-Keperawatan Fakultas Ilmu
Kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan Sebagai
Salah Satu Syarat Mendapat Gelar Sarjana Keperawatan**

**DINDA DEVITA SETIA ROHMA
NIM.18.02.01.2591**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH LAMONGAN**

2022

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan dibawah ini:

NAMA : DINDA DEVITA SETIA ROHMA
NIM : 18.02.01.2591
TEMPAT, TANGAL LAHIR : LAMONGAN, 28 SEPTEMBER 2000
INSTITUSI : UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
LAMONGAN

Menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul: "Pengaruh Video edukasi dan Demonstrasi Senam *Thai Chi* Terhadap Penurunan Nyeri dan Kadar Asam Urat Pada Lansia di Puskesmas Laren" adalah bukan Skripsi dari orang lain baik sebagian maupun keseluruhan, kecuali dalam bentuk kutipan yang telah disebutkan sumbernya.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan apabila pernyataan ini tidak benar, saya bersedia mendapat sanksi akademis.

Lamongan, 27 Juli 2022

menyatakan

DINDA DEVITA SETIA ROHMA
NIM. 18.02.01.2591

LEMBAR PERSETUJUAN

SKRIPSI OLEH : DINDA DEVITA SETIA ROHMA
NIM : 18.02.01.2591
JUDUL : PENGARUH VIDEO EDUKASI DAN
DEMONSTRASI SENAM *THAI CHI*
TERHADAP PENURUNAN NYERI DAN
KADAR ASAM URAT PADA LANSIA DI
PUSKEMAS LAREN

Telah disetujui untuk diajukan dihadapan Dewan Penguji Skripsi pada
Juli tahun 2022

Oleh

Mengetahui

Pembimbing I



Virgianti Nur F., S.Kep., Ns., M.Kep.
NIK.19830912 200609 018

Pembimbing II



Suhariyati, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIK.19930305 201910 125

LEMBAR PENGESAHAN

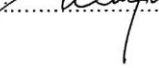
SKRIPSI OLEH : DINDA DEVITA SETIA ROHMA
 NIM : 18.02.01.2591
 JUDUL : PENGARUH VIDEO EDUKASI DAN
 DEMONSTRASI SENAM THAI CHI TERHADAP
 PENURUNAN NYERI DAN KADAR ASAM URAT
 PADA LANSIA DI PUSKEMAS LAREN

Telah Diuji Dan Disetujui Oleh Tim Penguji Pada Ujian Sidang Skripsi
 Di Progam Studi S1-Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
 Universitas Muhammadiyah Lamongan

Tanggal : 3 Agustus 2022

PANITIA PENGUJI

Tanda Tangan

Ketua : Trijati Puspita Lestari, S.Kep., Ns., M.Kep : 
 Anggota : 1. Dr. Virgianti Nur F., S.Kep., Ns., M.Kep : 
 2. Suhariyati, S.Kep., Ns., M.Kep. : 

Mengetahui,
 Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
 Universitas Muhammadiyah Lamongan



Arifal Aris, S.Kep., Ns., M.Kes.
 NPP. 19780821 200601 015

KURIKULUM VITAE

Nama : Dinda Devita Setia Rohma
Tempat Tgl Lahir : Lamongan, 28 September 2000
Alamat Rumah : Dsn. Ndono Ds. Dagan RT.01 RW.03 Kec. Solokuro
Kab. Lamongan

Riwayat Pendidikan :

- | | |
|---|------------------|
| 1) TK Dharma Wanita | Lulus tahun 2007 |
| 2) SDN Dagan | Lulus tahun 2012 |
| 3) SMPN 2 Paciran | Lulus tahun 2015 |
| 4) MA-BU Tambak Beras Jombang | Lulus tahun 2018 |
| 5) S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah
Lamongan Tahun 2018– sekarang | |

HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

“ Jalani, Nikmati, Syukuri”

PERSEMBAHAN

Alhamdulillah sujud syukur kepada Allah SWT Karena-nya Skripsi ini dapat terselesaikan yang tentunya masih dengan keterbatasan dan kekurangan dalam beberapa hal.

Terimakasih kepada diri sendiri karna sudah bertahan dan tetap mau berjuang dalam mencapai tujuan yang insyaallah akan mengantarkan langkah ini menuju jalan keberhasilan suatu hari nanti amiinn.

skripsi ini saya persembahkan kepada orang tua saya sebagai suatu pembuktian bahwa perjuangan tidak ada kata selesai hanya karna sebuah kata lelah, terimakasih untuk para sahabat sahabati saya yang masih sudi untuk saya repotkan dalam segala hal serta bapak ibu dosen UMLA yang memberikan ilmu serta wawasan baru dalam proses kuliah sampai dengan tahap penyelesaian skripsi ini, semoga keberkahan selalu menyertai setiap langkah kita Aminnn.

ABSTRAK

Rohma, Dinda Devita Setia 2022. **Pengaruh Video Edukasi dan Demonstrasi Senam Thai Chi Terhadap Penurunan Nyeri dan Kadar Asam Urat Pada Lansia di Puskesmas Laren.** Skripsi Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan. Pembimbing (1) Dr. Virgianti Nur Farida, S.Kep., Ns., M.Kes (2) Suhariyati, S.Kep., Ns., M.Kep.

Penyakit gout arthritis pada lansia sering dirasakan karena adanya faktor pencetus diantaranya adalah pola makan, kegemukan dan suku bangsa dan penyakit tersebut lebih sering mengenai lansia dibandingkan dengan usia dewasa dan usia muda. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Pengaruh Video Edukasi dan Demonstrasi Senam Thai Chi terhadap Penurunan Nyeri dan Kadar Asam Urat Pada Lansia di Puskesmas Laren. Desain penelitian yang digunakan adalah *Pre-Eksperimental Design* dengan pendekatan *One Group Pre-Post Test Design*, menggunakan *Simple Random Sampling* dengan Populasi 27 responden dan sampel 25 responden.. Variabel independent senam *thai chi* dan variabel dependent nyeri dan gout arthritis. Instrumen penelitian menggunakan NRS dan GCO. Analisa data menggunakan *Uji Wilcoxon*. dengan tingkat kemaknaan $\alpha < 0,05$. Hasil penelitian ini setelah dilakukan intervensi senam *thai chi* terdapat penurunan nyeri dari sebelumnya nyeri sedang 13 (52,0%) menjadi nyeri ringan 15 (60,0%). Selanjutnya setelah dilakukan intervensi senam *thai chi* terdapat penurunan kadar asam urat dari sebelumnya tinggi 25 (100,0%) menjadi normal 23 Sedangkan dari uji statistic didapatkan nilai signifikasi *p value* = 0,000 ($p < 0,05$), artinya ada Pengaruh Video Edukasi dan Demonstrasi Senam Thai Chi. terhadap Penurunan Nyeri dan Kadar Asam Urat Pada Lansia di Puskesmas Laren. Dengan senam *thai chi* seseorang yang mengalami nyeri *gout arthritis* akan menggerakkan bagian sendi dan tubuhnya untuk mengurangi rasa nyeri maka guna mencegah terjadinya tingginya status gout arthritis pada lansia diperlukan adanya kegiatan senam *thai chi* secara rutin 2x dalam 1 minggu.

Kata Kunci : Gout Arthritis, Nyeri, lansia Senam Thai Chi

ABSTRACT

Rohma , Dinda Devita Faithful 2022. **Effects of Educational Videos and Demonstration Gymnastics Thai Chi To Decrease Painful and Acid Level Tendon On Elderly at Health Center Laren** . S1 Nursing Study Program Thesis Faculty Knowledge Health University Muhammadiyah Lamongan . Supervisor (1) Dr. Virgoanti Nur Farida, S.Kep ., Ns., M.Kes (2) Suhariyati , S.Kep ., Ns., M.Kep .

gout arthritis _ on elderly often feel because existence factor the originator among them is pattern eat , fat and ethnic group nation and disease the more often about elderly compared with age mature and age young . Destination from study this is for knowing Effects of Educational Videos and Demonstration Gymnastics *Thai Chi* to Decrease Painful and Acid Level Tendon On Elderly at Health Center Laren . Design research used _ is *Pre - Experimental Design* with *One Group Pre-Post Test Design* approach . use *Simple Random Sampling* with Population 27 respondents and sample of 25 respondents .. Independent variable of gymnastics *thai chi* dan pain dependent variable and gouty arthritis . Instrument study using NRS and GCU. Data analysis using *Wilcoxo n test* . with level meaning < 0.05 . Results study this after conducted intervention gymnastics *thai chi* is available drop painful from previously painful medium 13 (52.0 %) became painful mild 15 (60.0%). Next after conducted intervention gymnastics *thai chi* is available drop rate sour tendon from previously high 25 (100.0 %) to normal 23 (92.0%). Whereas from statistical test obtained score $p\text{ value} = 0.000$ (<0.05) , it means there is Effects of Educational Videos and Demonstration Gymnastics *Thai Chi* against Decrease Painful and Acid Level Tendon On Elderly at Health Center Laren . With Gymnastics *thai chi* someone who experiences *gout arthritis* will move part joints and her body for reduce pain . _ So To use prevent happening high status gout arthritis on elderly required existence activity gymnastics *thai chi* in routine 2x in 1 week .

Keywords : _ Gout Athritis , Pain , Elderly , Gymnastics *Thai Chi*

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadiran Allah SWT, karena berkat rahmat dan hidayahnya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Pengaruh Video Edukasi dan Demonstrasi Senam *Thai Chi* Terhadap Penurunan Nyeri dan Kadar Asam Urat Pada Lansia di Puskesmas Laren” sesuai waktu yang ditentukan.

Skripsi ini penulis susun sebagai salah satu persyaratan untuk mendapatkan Gelar Sarjana Keperawatan di Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.

Dalam penyusunan, penulis mendapatkan banyak pengarahan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu penulis tidak lupa mengucapkan terima kasih kepada yang terhormat Bapak/ Ibu :

1. Dr. Abdul Aziz Alimul Hidayat, S.Kep., Ns., M.Kes., selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Lamongan.
2. Dr. Tri Puji Hastuti selaku Kepala Puskesmas Laren.
3. Arifal Aris, S.Kep., Ns., M.Kes., selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Muhammadiyah Lamongan.
4. Suratmi, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Lamongan.
5. Virgianti Nur Farida, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku pembimbing I, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran selama penyusunan Skripsi ini.
6. Suhariyati, S.Kep., Ns., M.Kep., selaku pembimbing II, yang telah banyak memberikan petunjuk, saran, dorongan moril selama penyusunan Skripsi ini.

7. Kedua orang tua saya Matono Asrin dan Rukhiyatun Syafitri yang telah memberikan dukungan baik berupa material maupun spiritual serta kasih sayang dan semangat yang tiada henti.
8. Teman-temanku semuanya yang senantiasa memberiku semangat dan saling membantu dalam penyelesaian Skripsi ini.
9. Semua pihak yang telah memberikan dukungan moril dan materiil dalam terselesaikannya Skripsi ini.

Semoga Allah SWT memberi balasan pahala atas semua amal kebaikan yang diberikan. Penulis menyadari Skripsi ini masih banyak kekurangan, untuk itu segala kritik dan saran yang bersifat membangun sangat penulis harapkan, akhirnya penulis berharap semoga Skripsi ini bermanfaat bagi penulis pada khususnya dan bagi semua pembaca pada umumnya.

Lamongan, 27 Juli 2022

Penulis

DINDA DEVITA SETIA ROHMA
NIM. 18.02.01.2591

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
SURAT PERNYATAAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
<i>CURRICULUM VITAE</i>	v
HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN	vi
ABSTRAK	vii
ABSTRACT	viii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR SINGKATAN DAN SIMBOL	xv
DAFTAR LAMPIRAN	xvi
BAB 1: PENDAHULUAN	1
1.1. Latar Belakang.....	1
1.2. Rumusan Masalah.....	5
1.3. Tujuan Penelitian.....	5
1.4. Manfaat Penelitian.....	6
BAB 2: TINJAUAN PUSTAKA.....	8
2.1 Konsep Dasar Video Edukasi	8
2.2 Konsep Dasar Demonstrasi	9
2.3 Konsep Dasar Senam <i>Thai Chi</i>	15
2.4 Konsep Dasar Nyeri.....	22
2.5 Konsep Dasar Gout Arthritis	26
2.6 Konsep Dasar Lansia.....	29
2.7 Kerangka Konsep	33
2.6 Hipotesis.....	34
BAB 3: METODE PENELITIAN.....	35
3.1 Desain Penelitian	35
3.2 Waktu dan Tempat Penelitian.....	36
3.3 Kerangka Kerja.....	37
3.4 Populasi, Sampel, dan Sampling	38
3.5 Identifikasi Variabel dan Definisi Operasional Variabel	41
3.6 Pengumpulan dan Analisa Data.....	43
3.7 Penyajian Data	46
3.8 Etika Penelitian.....	47

BAB 4: HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN	48
4.1 Hasil Penelitian	48
4.2 Pembahasan	54
BAB 5: PENUTUP	63
5.1 Kesimpulan	63
5.2 Saran.....	64
DAFTAR PUSTAKA	65
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 3.1 Definisi Operasional Pengaruh Vidio Edukasi Dan Demonstrasi Senam <i>Thai Chi</i> Terhadap Penurunan Nyeri dan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Puskesmas Laren	42
Tabel 4.1 Hasil Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin Lansia di Puskesmas Laren	49
Tabel 4.2 Hasil Distribusi Responden Berdasarkan Usia Lansia di Puskesmas Laren	49
Tabel 4.3 Hasil Distribusi Responden Berdasarkan Lama Nyeri Lansia di Puskesmas Laren	50
Tabel 4.4 Hasil Distribusi Frekuensi Pengaruh Senam <i>Thai Chi</i> terhadap Penurunan Nyeri pada Lansia Sebelum diberikan Video Edukasi dan Demonstrasi Senam <i>Thai Chi</i>	51
Tabel 4.5 Hasil Distribusi Frekuensi Pengaruh Senam <i>Thai Chi</i> terhadap Penurunan Nyeri pada Lansia Sesudah diberikan Video Edukasi dan Demonstrasi Senam <i>Thai Chi</i>	51
Tabel 4.6 Hasil Analisis Pengaruh Video Edukasi dan Demonstrasi Senam <i>Thai Chi</i> Terhadap Penurunan Nyeri pada Lansia di Puskesmas Laren	52
Tabel 4.7 Hasil Distribusi Frekuensi Pengaruh Senam <i>Thai Chi</i> terhadap Kadar Asam Urat pada Lansia Sebelum diberikan Video Edukasi dan Demonstrasi Senam <i>Thai Chi</i>	53
Tabel 4.8 Hasil Distribusi Frekuensi Pengaruh Senam <i>Thai Chi</i> terhadap Kadar Asam Urat pada Lansia Sesudah diberikan Video Edukasi dan Demonstrasi Senam <i>Thai Chi</i>	53
Tabel 4.9 Hasil Analisis Pengaruh Video Edukasi dan Demonstrasi Senam <i>Thai Chi</i> Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat pada Lansia di Puskesmas Laren	54

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Gerakan Kuda Kuda <i>Thai Chi</i>	16
Gambar 2.2 Gerakan Mengangkat Air	16
Gambar 2.3 Gerakan Memetik Bintang	17
Gambar 2.4 Gerakan menggerakkan gunung	18
Gambar 2.5 Gerakan memanggul bulan.....	18
Gambar 2.6 Gerakan Memutar Kepala.....	19
Gambar 2.7 Gerakan komidiputar	19
Gambar 2.8 Gerakan Kincir angin angkasa.....	20
Gambar 2.9 Gerakan hula hoop.....	20
Gambar 2.10 Gerakan menekuk lutut sedalam mungkin	21
Gambar 2.11 Gerakan memutar lutut	21
Gambar 2.12 Gerakan Skala Nyeri Bourbanis	26
Gambar 2.13 Struktur Asam Urat.....	27
Gambar 2.14 Kerangka Konseptual Pengaruh Vidio edukasi dan demonstrasi senam Thai Chi Terhadap penurunan nyeri dan kadar asam urat pada lansia.....	33
Gambar 3.1 Rancangan Desain Penelitian <i>One Group pre-post Design</i>	35
Gambar 3.2 Kerangka kerja pengaruh vidio edukasi dan demonstrasi senam thai chi terhadap penurunan nyeri dan kadar asam urat pada lansia di puskesmas laren.....	37

DAFTAR SINGKATAN DAN DAFTAR SIMBOL

DAFTAR SINGKATAN

N	: Jumlah data
p	: Signifikansi
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solution</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>

DAFTAR SIMBOL

-	: Sampai
%	: Persen
=	: Sama dengan
$\leq$	: Kurang dari sama dengan
$\geq$	: Lebih dari sama dengan
<	: Kurang dari
>	: Lebih dari
<i>P</i>	: Proporsi
$\sum x$	: Jumlah responden sesuai kategori
N	: Banyaknya responden

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal Penyusunan
Lampiran 2	Surat Izin Melakukan Penelitian
Lampiran 3	Surat Balasan Penelitian
Lampiran 4	Lembar Permohonan Menjadi Responden
Lampiran 5	Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 6	SAP <i>Gout Arthritis</i>
Lampiran 7	SOP Senam <i>Thai Chi</i>
Lampiran 8	Daftar Hadir Lansia
Lampiran 9	Tabulasi Data
Lampiran 10	Hasil SPSS
Lampiran 11	SOP Pemeriksaan Asam Urat
Lampiran 12	Instrument Nyeri
Lampiran 13	Lembar Konsul