

KARYA ILMIAH AKHIR NERS

**ASUHAN KEPERAWATAN NYERI AKUT DENGAN
STRETCHING EXERCISE PADA PASIEN ASAM URAT**

**Studi Dilakukan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan
Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025**



Oleh :

**RAMBU LUMUNG AYU ALVITA
P07120324069**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
TAHUN 2025**

**ASUHAN KEPERAWATAN NYERI AKUT DENGAN
STRETCHING EXERCISE PADA PASIEN ASAM URAT**

**Studi Dilakukan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan
Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Profesi Ners
Jurusan Keperawatan**

Oleh :

**RAMBU LUMUNG AYU ALVITA
P07120324069**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN DENPASAR
PROGRAM STUDI PROFESI NERS
TAHUN 2025**

LEMBAR PERSETUJUAN

ASUHAN KEPERAWATAN NYERI AKUT DENGAN *STRETCHING EXERCISE* PADA PASIEN ASAM URAT

Studi Dilakukan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan
Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025

Diajukan oleh :

RAMBU LUMUNG AYU ALVITA
P07120324069

TELAH MENDAPAT PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :



Dr. Agus Sri Lestari, SST.S.Kep.,Ns.,M.Erg.
NIP. 196408131985032002

Pembimbing Pendamping :



Dr. I Wayan Suardana, S.Kep., Ns., M.Kep.
NIP. 197201091996031001

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



I Made Sukarja, S.Kep., Ners., M.Kep.
NIP. 196812311992031020

**LEMBAR PENGESAHAN
KARYA TULIS ILMIAH AKHIR NERS**

**ASUHAN KEPERAWATAN NYERI AKUT DENGAN
STRETCHING EXERCISE PADA PASIEN ASAM URAT**

Studi Dilakukan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan
Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025

Diajukan oleh :

RAMBU LUMUNG AYU ALVITA
P07120324069

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : SENIN

TANGGAL : 19 MEI 2025

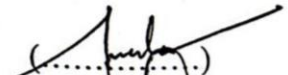
TIM PENGUJI :

1. Dr. K.A. Henny Achjar, SKM., M.Kep, Sp.Kom.
NIP. 196603211988032001
2. Dr. Drs. I Wayan Mustika, S.Kep., Ns., M.Kes.
NIP. 196508111988031002
3. I Ketut Gama, SKM., M.Kes.
NIP. 196202221983091001

(Ketua)


(.....)

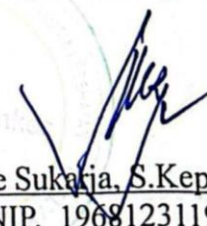
(Anggota)


(.....)

(Anggota)


(.....)

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR


I Made Sukatja, S.Kep., Ners., M.Kep.
NIP. 196812311992031020

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Rambu Lumung Ayu Alvita

NIM : P07120324069

Program Studi : Profesi Ners

Jurusan : Keperawatan

Tahun Akademik : 2024/2025

Alamat : Jl. Suli No.65 Dangin Puri Kangin, Denpasar Utara

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners dengan judul Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Dengan *Stretching Exercise* pada Pasien Dengan Asam Urat di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025 adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya** orang lain.
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Karya Tulis Ilmiah Akhir Semester ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan sebagaimana semestinya

Denpasar, 19 Mei 2025

Yang membuat pernyataan



Rambu Lumung Ayu Alvita

P07120324069

ASUHAN KEPERAWATAN NYERI AKUT DENGAN *STRETCHING EXERCISE* PADA PASIEN ASAM URAT

**Studi Dilakukan di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan
Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025**

Rambu Lumung Ayu Alvita

Program Studi Profesi Ners Poltekkes Kemenkes Denpasar

Email: ayuualvita@gmail.com

ABSTRAK

Asam urat merupakan salah satu jenis penyakit radang sendi akibat adanya penumpukan kristal asam urat pada persendian. Untuk mengatasi nyeri secara non farmakologi dapat dilakukan pemberian *stretching exercise*. Tujuan karya ilmiah ini yaitu mampu memberikan dan menganalisis asuhan keperawatan nyeri akut dengan *stretching exercise* pada pasien asam urat di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025. Penelitian ini menggunakan metode studi kasus, jumlah sampel sebanyak 2 orang dengan asam urat. Hasil pengkajian didapatkan pasien 1 dan pasien 2 mengeluh nyeri pada kedua lututnya dengan skala nyeri sedang. Intervensi *stretching exercise* diberikan sebanyak 3 kali dalam satu minggu pada pagi hari 30 menit sebelum makan dengan durasi 15 menit dan melakukan pemberdayaan keluarga dengan memberikan video *stretching exercise*. Evaluasi keperawatan diperoleh terdapat penurunan skala nyeri pada kedua pasien dengan rata-rata penurunan skala nyeri 1 skor setiap setelah pemberian *stretching exercise*. Pasien 1 mengalami penurunan skala nyeri dengan skor 5 menjadi skor 2 dan pasien 2 mengalami penurunan skala nyeri dengan skor 6 menjadi skor 3. Kesimpulannya: pemberian *stretching exercise* efektif diberikan untuk mengurangi nyeri pada pasien dengan asam urat. Saran: diharapkan terapi *stretching exercise* dijadikan alternatif pendukung terkait pemberian terapi non farmakologis pada pasien dengan asam urat dalam mengurangi nyeri.

Kata Kunci : *Stretching Exercise*, Nyeri Akut

NURSING CARE FOR ACUTE PAIN WITH STRETCHING EXERCISE IN GOUT PATIENTS

***Study Conducted in the Working Area of UPTD Puskesmas I South Denpasar
District Health Office in 2025***

ABSTRACT

Gout is a type of inflammatory joint disease caused by the accumulation of uric acid crystals in the joints. To overcome pain non-pharmacologically, stretching exercises can be given. The purpose of this scientific paper is to be able to provide and analyze acute pain nursing care with stretching exercises in gout patients in the Work Area of UPTD Puskesmas I, South Denpasar District Health Office in 2025. This study uses a case study method, the number of samples is 2 people with gout. The results of the assessment obtained patients 1 and patient 2 complained of pain in both knees with a moderate pain scale. Stretching exercise interventions were given 3 times a week in the morning 30 minutes before eating with a duration of 15 minutes and empowering families by providing stretching exercise videos. Nursing evaluation obtained a decrease in the pain scale in both patients with an average decrease in the pain scale of 1 score after each stretching exercise was given. Patient 1 experienced a decrease in the pain scale with a score of 5 to a score of 2 and patient 2 experienced a decrease in the pain scale with a score of 6 to a score of 3. Conclusion: stretching exercises are effective in reducing pain in patients with gout. Suggestion: It is hoped that stretching exercise therapy can be used as a supporting alternative for providing non-pharmacological therapy to patients with gout to reduce pain.

Keywords: Stretching Exercise, Acute Pain

KATA PENGANTAR

Puji syukur peneliti panjatkan kehadapan Tuhan Yesus Kristus karena atas berkat anugerah dan tuntunan-Nya, peneliti dapat menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners yang berjudul **"Asuhan Keperawatan Nyeri Akut pada Pasien Dengan Asam Urat di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025"** tepat pada waktunya. Karya Ilmiah Akhir Ners ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata karena usaha peneliti sendiri, melainkan juga berkat dukungan dan partisipasi dari berbagai pihak, melalui kesempatan ini peneliti mengucapkan terima kasih kepada:

1. Ibu Dr.Sri Rahayu, S.Tr, Keb, S.Kep, Ners, M.Kes, selaku Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar yang telah memberikan kesempatan penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
2. Bapak I Made Sukarja, S.Kep.Ners.,M.Kep selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar, sudah memberikan banyak kesempatan serta bimbingan serta semangat dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini
3. Ibu Nengah Runiari, S.Pd., S.Kp., M.Kep., Sp.Mat selaku Ketua Program Studi Profesi Ners Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar, yang telah memberikan banyak bimbingan selama menempuh pendidikan di Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar
4. Ibu Dr. Agus Sri Lestari.SST.S.Kep.,Ns.,M.Erg selaku pembimbing utama yang telah memberikan banyak pengetahuan, bimbingan dengan baik, serta masukan dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.

5. Bapak Dr. I Wayan Suardana, S.Kep., Ns., M.Kep. selaku pembimbing pendamping yang telah memberikan banyak pengetahuan, bimbingan dengan baik, serta masukan dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
6. Ibu Dr. K.A. Henny Achjar, SKM.,M.Kep,Sp.Kom selaku ketua yang telah memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
7. Bapak Dr. Drs. I Wayan Mustika, M.Kes selaku anggota yang telah memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
8. Bapak I Ketut Gama, SKM.,M.Kes selaku anggota yang telah memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
9. Pihak UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan yang telah memberikan kesempatan melakukan penelitian dalam proses penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
10. Orang tua yang sudah mendanai kuliah hingga akhir dan selalu memberikan semangat dalam penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini.
11. Semua pihak yang sudah berpartisipasi pada saat penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini yang tidak bisa saya sebutkan satu persatu.
12. Ayat Alkitab yang menguatkan selama proses awal hingga akhir penyusunan Karya Ilmiah Akhir Ners ini yaitu Ulangan 31:8.

Denpasar, 19 Mei 2025

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN DEPAN	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT	v
ABSTRAK	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah Penelitian	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian	7
E. Metode Penyusunan Karya Ilmiah	8
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	10
A. Konsep Dasar Asam Urat	10
1. Definisi.....	10
2. Tanda dan gejala.....	11
3. Pemeriksaan penunjang.....	11
4. Pengobatan asam urat.....	12
B. Konsep Dasar Masalah Nyeri Akut pada Pasien dengan Asam Urat	16
1. Definisi nyeri akut.....	16
2. Faktor penyebab.....	17
3. Gejala dan Tanda Mayor dan Minor	17
4. Kondisi Klinis Terkait	18
5. Penatalaksanaan Nyeri	18

6. Pengukuran skala nyeri	19
C. Asuhan Keperawatan Nyeri Akut pada Penderita Asam Urat.....	22
1. Pengkajian keperawatan.....	22
2. Diagnosa keperawatan	24
3. Intervensi keperawatan.....	25
4. Implementasi keperawatan.....	30
5. Evaluasi keperawatan.....	31
D. Konsep <i>Stretching Exercise</i> pada Pasien Asam Urat dengan Nyeri Akut	31
1. Definisi <i>stretching exercise</i>	31
2. Manfaat <i>stretching exercise</i>	32
3. Prosedur penerapan <i>stretching exercise</i>	32
BAB III LAPORAN KASUS PENGELOLAAN UTAMA.....	36
A. Pengkajian	36
B. Diagnosa keperawatan	45
C. Perencanaan keperawatan	48
D. Implementasi keperawatan.....	50
E. Evaluasi keperawatan.....	63
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	65
A. Analisis asuhan keperawatan	65
1. Pengkajian keperawatan.....	65
2. Diagnosis keperawatan.....	68
3. Perencanaan keperawatan	69
4. Implementasi keperawatan.....	70
5. Evaluasi keperawatan.....	71
B. Analisis intervensi inovasi dengan konsep <i>evidence based practice</i>	73
BAB V PENUTUP.....	76
A. Simpulan	76
B. Saran.....	79
DAFTAR PUSTAKA	80
LAMPIRAN.....	83

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Perencanaan Keperawatan Pada Asuhan Keperawatan Nyeri Akut Dengan <i>Stretching Exercise</i> Pada Pasien Asam Urat di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025.....	27
Tabel 2	Penelitian Terkait Dengan Intervensi Inovasi <i>Stretching Exercise</i>	29
Tabel 3	Pengkajian Identitas Pasien Kelolaan Pasien 1 Dan Pasien 2 Dengan Asam Urat di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025.....	37
Tabel 4	Riwayat Kesehatan Pasien 1 Dan Pasien 2 Dengan Asam Urat di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025.....	38
Tabel 5	Data Fisiologis Psikososial – Perilaku – Relasional - Lingkungan Pasien 1 Dan Pasien 2 Dengan Asam Urat di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025.....	41
Tabel 6	Pemeriksaan Fisik Pasien 1 Dan Pasien 2 di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025.....	44
Tabel 7	Terapi Medis Pasien 1 Dan Pasien 2 Dengan Asam Urat di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025.....	45
Tabel 8	Analisa Data Pasien 1 Dan Pasien 2 Dengan Asam Urat di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025.....	46
Tabel 9	Perencanaan Keperawatan Nyeri Akut Pada Pasien 1 Dan Pasien 2 Dengan Asam Urat di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025.....	49

Tabel 10	Implementasi Keperawatan Pasien 1 Dengan Asam Urat di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025.....	51
Tabel 11	Implementasi Keperawatan Pasien 2 Dengan Asam Urat di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025.....	57
Tabel 12	Evaluasi Keperawatan Pada Pasien 1 Dengan Asam Urat di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025.....	64
Tabel 13	Evaluasi Keperawatan Pada Pasien 2 Dengan Asam Urat di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025.....	65

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Alat ukur nyeri <i>Visual analog scale (VAS)</i>	21
Gambar 2	Alat ukur nyeri <i>Numeric rating scale (NRS)</i>	21
Gambar 3	Alat ukur nyeri <i>Face pain</i>	22
Gambar 4	Gerakan <i>quadricep stretch</i>	34
Gambar 5	Gerakan <i>standing hamstring stretch</i>	34
Gambar 6	Gerakan <i>seated plantar fascia stretch</i>	35
Gambar 7	Gerakan <i>seated straight leg raise</i>	35
Gambar 8	Genogram Pasien 1 dengan Asam Urat di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025	39
Gambar 9	Genogram Pasien 2 dengan Asam Urat di Wilayah Kerja UPTD Puskesmas I Dinas Kesehatan Kecamatan Denpasar Selatan Tahun 2025	40

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Jadwal Rencana Kegiatan Penelitian	85
Lampiran 2	Realisasi Anggaran Biaya Penelitian	86
Lampiran 3	Surat Permohonan Menjadi Responden	87
Lampiran 4	Persetujuan Setelah Penjelasan (<i>informed consent</i>) Sebagai Peserta Penelitian	88
Lampiran 5	Standar Operasional Prosedur (SOP) <i>Stretching Exercise</i>	93
Lampiran 6	Lembar Observasi Skala nyeri	96
Lampiran 7	Dokumentasi Kegiatan Penelitian	97
Lampiran 8	Surat-surat Izin Penelitian	100
Lampiran 9	Bukti Penyelesaian Administrasi	103
Lampiran 10	Lembar Bimbingan KIAN	104
Lampiran 11	Hasil Uji Turnitin	105