

DAFTAR PUSTAKA

- Adinda, P., Hutagalung, R., Susanti, N., Fadillah, I., & Fitri, S. 2024. *Memahami Kompleksitas Asam Urat Sebagai Penyakit Tidak Menular Di Masyarakat : Literature Review*. 8, 3879–3884.
- Ansjarullah, A., Cahyady, E., & Zurriyani, Z. 2020. Hubungan Pola Konsumsi Makanan Tinggi Purin Terhadap Kekambuhan Gout Arthritis Di Poli Klinik Penyakit Dalam Rs Pertamedika Ummi Rosnati Banda Aceh. *Jurnal Ilmu Kedokteran Dan Kesehatan*, 7(4), 584–592.
- Bubnis, D. 2022. *What To Know About Exercising With Gout*. Medical News Today. <https://www.Medicalnewstoday.Com/Articles/Gout-And-Physical-Exercise?>
- Delia, M., Fradianto, I., & Tafwidhah, Y. 2024. *Implementasi Manajemen Nyeri Menggunakan Stretching Exercise Pada Asuhan Keperawatan Keluarga Lansia Dan Pensiunan Dengan Masalah Nyeri Sendi*. 4, 1–12.
- Dematas, D. K. 2025. *9 Best Physical Therapy Exercises For Plantar Fasciitis*.
- Dian Faqih, Ainul Yaqin Salam, & Grido Handoko Sriyono. 2023. Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kadar Asam Urat. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 2(2), 146–156. <https://doi.org/10.55606/Jurrikes.V2i2.1749>
- Dinas Kesehatan Kota Denpasar. 2023. *Profil Kesehatan Denpasar Tahun 2023*. Profil Kesehatan Denpasar 2023 - (Baliprov.Go.Id)
- Eka Novitayanti, & Betty Kusdharningsih. 2023. Deteksi Dini Penyakit Tidak Menular Dengan Pemeriksaan Asam Urat Pada Lansia. *Jurnal Masyarakat Madani Indonesia*, 2(1), 7–12. <https://doi.org/10.59025/Js.V2i1.58>
- Elder, A. 2022. *Your Hips May Be One Of The Most Important Areas Of Your Body That You Want To Keep Strong And Flexible. The Hip Consists Of The Hip Flexor Muscles, The Hip Adductor Muscles, And Most Importantly The Glutes And Hip Abductor Muscles*.
- Good, K. 2024. *27 Best Exercises For Elderly In Wheelchairs To Stay Healthy*.
- Handayani, E. P., Lestari, S., Astutik, E. N. D. W., Hasnia, H., Lestari, T. F., Rahmawati, Y., Vitania, W., Putri, H. W., Nurhilmi, N., Dolvy, D., Itlay, O., Sobolim, H., Nopeliana, N., Demetaouw, N., & Wandik, T. 2024. Upaya Promotif Preventif Untuk Mencegah Atritis Gouth (Asam Urat) Pada Lansia Di Posyandu Btn Sosial. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Bangsa*, 1(11), 3106–3111. <https://doi.org/10.59837/Jpmba.V1i11.662>
- Hatano, G., Matsuo, S., Asai, Y., Suzuki, S., & Iwata, M. 2022. Effects Of High-Intensity Stretch With Moderate Pain And Maximal Intensity Stretch Without Pain On Flexibility. *Journal Of Sports Science And Medicine*, 21(2), 171–181. <https://doi.org/10.52082/Jssm.2022.171>

- Indria Putri Utina, Agust A. Laya, & Nurlela Hi. Baco. 2023. Pengaruh Pemberian Buah Nanas Terhadap Kadar Asam Urat Di Kelurahan Batulubang Lembah Selatan. *Corona: Jurnal Ilmu Kesehatan Umum, Psikolog, Keperawatan Dan Kebidanan*, 1(4), 124–132. <https://doi.org/10.61132/Corona.V1i4.91>
- Kurniawati, N., Rahmasari, I., & Yudhiant, K. A. 2020. Pengaruh Terapi Stretching Terhadap Nyeri Sendi Penderita Gout Arthritis Pada Lansia. *Jurnal Penelitian Perawat Profesional Pencegahan*, 2(5474), 1333–1336.
- Lucia Firsty, & Mega Anjani Putri. 2021. Asuhan Keperawatan Keluarga Dengan Arthritis Gout. *Buletin Kesehatan: Publikasi Ilmiah Bidang Kesehatan*, 5(1), 31–43. <https://doi.org/10.36971/Keperawatan.V5i1.88>
- Mark. 2023. *8 Effective Quadriceps Stretches (For Tight Thighs!)*.
- Mentari, D., Fradianto, I., & Tafwidhah, Y. 2024. Implementasi Manajemen Nyeri Menggunakan Stretching Exercise Pada Asuhan Keperawatan Keluarga Lansia Dan Pensiunan Dengan Masalah Nyeri Sendi. *Mahesa : Malahayati Health Student Journal*, 4(5), 1903–1914.
- Munthe, A. P. R. F. 2020. Pengkajian Dalam Proses Keperawatan Anamnesa Dan Pemeriksaan Fisik Abstrak Latar Belakang. *Pengkajian Dalam Proses Keperawatan Anamnesa Dan Pemeriksaan Fisik*, 11.
- Ningrum, A. P. W., Ismoyowati, T. W., & Intening, V. R. 2023. Studi Kasus Asuhan Keperawatan Pasien Asam Urat Pada Masalah Keperawatan Nyeri Akut. *Sby Proceedings, Volume 2*, 147–160.
- Oktaviani, S. 2020. Penerapan Stretching Terhadap Penurunan Nyeri Sendir Pada Lansia Dengan Diagnosa Arthritis Gout. In *Shinta Oktaviani* (Vol. 8, Issue 75).
- Pillinger, M. H., & Mandell, B. F. 2020. Therapeutic Approaches In The Treatment Of Gout. *Seminars In Arthritis And Rheumatism*, 50(3), S24–S30. <https://doi.org/10.1016/J.Semarthrit.2020.04.010>.
- PPNI. 2017. Standar Diagnosis Keperawatan Indonesia: Definisi dan Indikator Diagnostik (1st Ed.).
- PPNI. 2018a. Standar Luaran Keperawatan Indonesia: Definisi dan Kriteria Hail Keperawatan (1st Ed.).
- PPNI. 2018b. Standar Intervensi Keperawatan Indonesia: Definisi dan Tindakan Keperawatan: Definisi Dan Tindakan Keperawatan (1st Ed.).
- Rahmiati, C., & Yelni, S. 2018. Efektivitas Stretching Terhadap Penurunan Nyeri Sendi Lutut Pada Lansia. *Semdi Unaya, November*, 379386.
- Rodela Agnesia, I., Aaltje Ellen, M., & Nova Hellen, K. 2022. Apakah Status Gizi, Asupan Protein, Dan Asupan Vitamin C Berhubungan Dengan Kadar Asam Urat? *Journal Of Public Health*, 2(1), 7–13.
- Setiaji, d. A. 2023. Yuk, Stretching Sekarang! Panduan Peregangan Untuk Kesehatan Anda. PT. Elex Media Komputindo.

- Singh, J. A., & Gaffo, A. 2020. Gout Epidemiology And Comorbidities. *Seminars In Arthritis And Rheumatism*, 50(3), S11–S16.
- 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.
- Stove, M. P., Hansen, L. O., Kloppenborg, K. E., S. Peter Magnusson, J. L. T., & Riis, A. 2024. *The Effect Of Stretching Intensity On Pain Sensitivity – A Randomised Cross-Over Study On Healthy Adults*. October 2024, 1–8.
- Sulistiyana, C. S., Nurseskasatmata, S. E., & Fauzi, A. 2023. Warm Ginger Compress And Static Stretching For The Change Of Pain In Gout Arthritis. *Jurnal Ners Dan Kebidanan (Journal Of Ners And Midwifery)*, 10(3), 302–308. <https://doi.org/10.26699/jnk.v10i3.art.p302-308>
- Sumantri, A. W. 2024. *Hubungan Konsumsi Mengandung Tinggi Purin Dengan Penyakit Asam Urat Di Desa Air Paoh Kabupaten Oku Tahun 2024*. 13(September), 98–102.
- Susilo, A. P., & Sukmono, R. B. 2022. Learning Pain Management During Clinical Medical Education: A Case Report. *Jurnal Pendidikan Kedokteran Indonesia: The Indonesian Journal Of Medical Education*, 11(2), 186.
- Tharmarajah, H., & Di Carlo, M. 2016. Management Of Gout. *Australian Family Physician*, 45(9), 618. <https://doi.org/10.1002/Acr.24180.2020>
- Toto, E. M., & Nababan, S. 2023. Penerapan Terapi Non-Farmakologis Mengurangi Nyeri Dan Menurunkan Kadar Asam Urat Lansia Gout Arthritis. *Ners Muda*, 4(1), 13. <https://doi.org/10.26714/nm.v4i1.11488>
- Ulhasanah, M. E., Widiastuti, A., & Sani, F. N. 2022. Stretching Exercise Untuk Mengurangi Nyeri Pada Lansia Penderita Gout Arthritis Di Tawang Sari. *Prosiding Seminar Informasi Kesehatan Nasional (Sikesnas) 2022, Salma 2021*, 292–295. <https://ejurnal.ung.ac.id/index.php/jnj/article/view/2074>
- Utami, R. A., & Efkelin, R. 2022. Analisis Pengaruh Terapi Garam Epsom Terhadap Kadar Asam Urat Dan Skala Nyeri Pada Lansia Dengan Gout Arthritis. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 5(2), 93–99.
- Wahyu Gusmiarti, Dwi Novitasari, & Madyo Maryoto. 2021. *Asuhan Keperawatan Gerontik Nyeri Akut Padany. Kamu Dengan Masalah Asam Uratdsaya Desawonosroyo, Watumalang, Wonosobo*. 1082–1088.
- Yazid, B., Sidabutar, R. R., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Utara, S. 2025. *Jintan : Jurnalilmukeperawatan Pengaruh Penerapan Stretching Exercise Terhadap Intensitas Nyeri Pada Pasien Rheumatoid Arthritis Abstrak Pendahuluan Lansia Adalah Kumpulan Lanjut Usia Yang Mengalami Proses Penuaan Secara*. 5(1), 44–53.
- Yunawati, I., M, T. A., Alia, N. H., Yusuf, Y., Iqbal, F., Salma, W. O., Jufri, N., & Al, N. 2024. *Evaluasi Kesehatan Masyarakat Melalui Pemeriksaan Asam Urat : Studi Lapangan Kelurahan Anduonohu*. 2(4).