

**ASUHAN KEPERAWATAN GERONTIK PADA NY. J DENGAN GOUT  
ARTHRITIS YANG MENGALAMI GANGGUAN KESEIMBANGAN  
TUBUH MELALUI PENERAPAN TERAPI *BALANCE EXERCISE*  
DI PULAU NGUAN KOTA BATAM TAHUN 2026**

Cindy Claudia Sianturi, S.Kep  
Program Studi Sarjana Keperawatan dan Pendidikan Profesi Ners  
Institut Kesehatan Mitra Bunda Batam

Dosen Pembimbing  
Ns. Nahrul Hayat, M.Kep

**INTISARI**

*Gout arthritis* merupakan penyakit inflamasi sendi akibat penumpukan kristal monosodium urat yang menyebabkan nyeri, kekakuan, keterbatasan gerak, serta dapat mengganggu keseimbangan tubuh pada lansia. Kondisi ini meningkatkan risiko jatuh dan menurunkan kemandirian dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Salah satu intervensi nonfarmakologis yang dapat dilakukan adalah *Balance Exercise*. Karya Ilmiah Akhir Ners ini bertujuan untuk menggambarkan pelaksanaan asuhan keperawatan gerontik melalui penerapan *Balance Exercise* pada lansia dengan *gout arthritis* yang mengalami gangguan keseimbangan tubuh di Pulau Nguan Kota Batam Tahun 2026. Metode yang digunakan adalah studi kasus dengan pendekatan proses keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosis keperawatan, perencanaan, implementasi, dan evaluasi. Subjek studi kasus adalah Ny. J, perempuan berusia 61 tahun dengan riwayat *gout arthritis* selama  $\pm 5$  tahun. Hasil pengkajian menunjukkan klien mengalami nyeri pada sendi lutut dan pergelangan kaki dengan skala nyeri 5 dari 10, gangguan keseimbangan tubuh, serta risiko jatuh tinggi. Intervensi *Balance Exercise* diberikan secara teratur sesuai program latihan. Hasil evaluasi menunjukkan adanya penurunan skala nyeri dari 5 menjadi 3, peningkatan keseimbangan tubuh, peningkatan stabilitas postural, berkurangnya rasa takut saat berjalan, dan peningkatan kemandirian klien dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Penerapan *Balance Exercise* efektif membantu menurunkan risiko jatuh dan meningkatkan kualitas hidup lansia dengan *gout arthritis*. Diharapkan klien dapat mengimplementasikan secara mandiri dan diawasi oleh keluarga guna hasil yang lebih baik.

**Kata Kunci :** *Gout Arthritis, Balance Exercise, Risiko Jatuh, Lansia*

**GERONTOLOGICAL NURSING CARE FOR MRS. J, WHO HAS GOUTY ARTHRITIS AND EXPERIENCES BALANCE DISORDERS, THROUGH THE IMPLEMENTATION OF BALANCE EXERCISE THERAPY ON NGUAN ISLAND, BATAM CITY**

Cindy Claudia Sianturi, S.Kep  
*Bachelor of Nursing and Nursing Profesional*  
Institut Kesehatan Mitra Bunda Batam

*Supervisor*  
Ns. Nahrul Hayat, M.Kep

**ABSTRACT**

*Gout arthritis is an inflammatory joint disease caused by the accumulation of monosodium urate crystals, resulting in pain, stiffness, limited mobility, and impaired body balance in the elderly. This condition increases the risk of falls and reduces independence in performing daily activities. One of the non-pharmacological interventions that can be applied is Balance Exercise. This Final Nursing Scientific Project aimed to describe the implementation of gerontological nursing care through the application of Balance Exercise in elderly patients with gout arthritis who experienced impaired body balance in Pulau Nguan, Batam City, in 2026. The method used was a case study with a nursing process approach, including assessment, nursing diagnosis, planning, implementation, and evaluation. The subject of this case study was Mrs. J, a 61-year-old woman with a history of gout arthritis for approximately five years. The assessment results showed that the client experienced pain in the knee and ankle joints with a pain scale of 5 out of 10, impaired body balance, and a high risk of falls. Balance Exercise intervention was provided regularly according to the exercise program. The evaluation results showed a decrease in the pain scale from 5 to 3, improved body balance, increased postural stability, reduced fear while walking, and improved independence in performing daily activities. The application of Balance Exercise was effective in reducing fall risk and improving the quality of life of elderly patients with gout arthritis. It is hoped that clients will be able to implement this on their own, under the supervision of their families, to achieve better results.*

**Keywords:** *Gout Arthritis, Balance Exercise, Fall Risk, Elderly.*