

ABSTRAK

Asam urat pada lansia di Indonesia pada tahun 2013 menunjukkan angka prevalensi sebesar 11,9 % berdasarkan diagnosa tenaga kesehatan. Asam urat tinggi terjadi karena peningkatan kadar asam urat darah di atas normal dimana terjadi metabolisme purin yang tidak normal dalam tubuh. Salah satu cara untuk menurunkan asam urat tinggi seperti senam *Ling Tien Kung* yang bertujuan untuk membantu memperlancar peredaran darah.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Senam *Ling Tien Kung* dengan Tingkat Kadar Asam Urat dalam Darah pada Lansia di Telaga Bandung Kecamatan Lamongan.

Penelitian ini menggunakan metode *Pre Experimental* dengan rancangan *One Group Pre - Posttest Design*. Populasi pada penelitian ini sebanyak 21 responden yang memiliki kadar asam urat tinggi dan sampel sebanyak 20 lansia, teknik pengambilan sampel menggunakan *Random Sampling*. Pengukuran kadar asam urat dalam darah dengan menggunakan alat ukur *Urid Acid* merk *Easy Touch GCU*. Teknik analisa data menggunakan uji *Wilcoxon Signed Ranks Test* untuk mengetahui hubungan senam *Ling Tien Kung* sebelum dan sesudah terapi.

Hasil uji menggunakan *Wilcoxon Signed Ranks Test* menunjukkan nilai $Z = -2.828$ dengan nilai signifikan p value $0,005$ ($p < 0,05$), sehingga H_1 diterima artinya terdapat hubungan yang signifikan antara senam *Ling Tien Kung* dengan tingkat kadar asam urat dalam darah pada lansia di Telaga Bandung Kecamatan Lamongan.

Dengan mengikuti gerakan senam *Ling Tien Kung* dapat menurunkan kadar asam urat tinggi pada lansia di Telaga Bandung Kecamatan Lamongan, karena gerakan pemanasan dari gerakan senam tersebut dapat mengambil uap energi dari luar tubuh. Saran untuk tenaga kesehatan agar menerapkan dalam penanganan kadar asam urat tinggi dalam darah pada lansia.

Kata Kunci : Lansia, *Ling Tien Kung*, Kadar asam urat