

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Peningkatan kadar asam urat yang berlebihan dapat disebabkan oleh dua kemungkinan yaitu kelebihan produksi asam urat dalam tubuh atau terhambatnya pembuangan asam urat oleh tubuh. Kelebihan produksi asam urat dapat dipengaruhi oleh jenis makanan yang dikonsumsi, konsumsi alkohol, dan obesitas. Asam urat adalah penumpukan kristal monosodium dalam tubuh. Adanya purin yang berlebih menyebabkan asam urat yang tersusun dari asam nukleat dalam inti sel tubuh (Dungga, 2022). Asam urat merupakan komponen tetap dalam tubuh manusia, dan jumlah yang berlebihan dapat menyebabkan berbagai komplikasi. "Hiperurisemia didefinisikan sebagai kadar asam urat dalam darah lebih dari 7 mg/dL pada pria dan 6 mg/dL pada wanita." (Lisa Hidayati, 2022). Salah satu penyakit degeneratif yang dikenal sebagai *gout arthritis* disebabkan oleh metabolisme purin yang tidak normal. Akibatnya terjadi penimbunan kristal garam. Hiperurisemia mengacu pada peningkatan kadar asam urat dalam aliran darah, yang menyebabkan peradangan pada jari-jari dan lutut. (Persatuan Ahli Gizi Indonesia, 2019). Asam urat merupakan salah satu penyakit metabolik (*metabolic syndrome*) yang terkait dengan pola makan tinggi purin dan minuman beralkohol (Noviyanti, 2015). Asam urat juga menjadi salah satu penyakit yang bisa disebabkan karena proses penuaan selain juga karena adanya gangguan sirkulasi darah, gangguan pada persendian dan berbagai penyakit neoplasma lainnya (Sari et al., 2022).

Kejadian Asam urat tidak dapat dideteksi dengan cepat. Penderita seringkali mengetahui bahwa mereka menderita asam urat setelah mengalami gejala seperti nyeri pada persendian, bengkak dan kemerahan di area nyeri, dan demam yang tinggi. Kondisi ini tentu dapat menyebabkan keterbatasan dalam bergerak dan beraktivitas, terutama pada lansia dengan asam urat.(Dewi & Afridah, 2018).

Di Indonesia, angka kejadian penyakit asam urat mengalami peningkatan. Diagnosis medis untuk 11,9% kasus dan diagnosis atau gejala untuk 24,7% kasus, dengan insiden tinggi pada orang di atas 75 tahun (54,8%) dan wanita (8,46%) lebih banyak dibanding pria (6,13%).(Tim Riskesdas 2018).

Menurut *Country Profile of Noncommunicable Diseases WHO (World Health Organization)* (2011), prevalensi asam urat di Indonesia 45% kelompok usia 55-64 tahun, 51,9% kelompok usia 65-74 tahun. 54,8 persen berusia di atas 75 tahun. (Syarifuddin, Taiyeb, & Caronge.2019). Pada tahun 2018, prevalensi gout arthritis di Indonesia 11,9%, di Aceh 18,3%, di Jawa Barat 17,5%, di Papua 15,4%.di Nusa Tenggara Timur 33,1%, di Jawa Barat 32,1% dan di Bali 30%. (Syahradesi. 2020).Berdasarkan data yang didapatkan dari Puskesmas Gudang Arang Kabupaten Merauke tahun 2024 didapatkan sebanyak 250 kasus pasien dengan penyakit asam urat.

Kadar asam urat dalam darah sangat dipengaruhi oleh pola makan seseorang. Pola makan orang Indonesia berbeda dengan orang asing karena sebagian orang mengkonsumsi makanan yang mengandung purin tinggi seperti

otak, hati, jeroan, daging sapi, ikan, ayam, udang, tahu, tempe, dan bahan makanan yang mengandung purin rendah seperti ubi, nasi, susu, dan telur.

Pola makan sangat menentukan kesehatan seseorang, dan besar kemungkinan bahwa pola makan dapat mengakibatkan berbagai macam penyakit salah satunya adalah asam urat (Dewi & Afridah, 2018).

Tidak mungkin menghilangkan semua makanan yang mengandung protein karena asam urat yang dikeluarkan dari tubuh tidak terlalu banyak, karena lemak mengurangi produksi asam urat, dan pola makan rendah purin juga mengurangi asupan lemak. Kegagalan mematuhi diet rendah purin oleh penderita asam urat mengakibatkan penumpukan kristal asam urat di persendian dan ginjal, yang berujung pada terbentuknya batu ginjal (Nurhayati, 2018).

Makanan merupakan sumber utama purin, dan pola makan yang terlalu banyak menjadi penyebab asam urat. Namun, masyarakat kurang menyadari bahwa terlalu banyak mengonsumsi purin berlebihan bisa meningkatkan asam urat dalam darah. Karena tidak memperhitungkan pola makanan mengandung purin, seperti frekuensi, jenis, dan jumlah makanan yang dikonsumsi. (Ridhoputrie, Karita, Romdhoni, & Kusumawati, 2019).

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang diatas peneliti merumuskan pertanyaan masalah penelitian “Apakah ada hubungan pola makan dengan kadar asam urat pada lansia di Puskesmas Gudang Arang Kabupaten Merauke ?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis Hubungan Pola Makan Dengan Terkontrolnya Kadar Asam Urat Pada Lansia di Puskesmas Gudang Arang Kabupaten Merauke.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui pola makan penderita asam urat di Puskesmas Gudang Arang Kabupaten Merauke.
- b. Mengetahui terkontrolnya asam urat pada penderita asam urat di Puskesmas Gudang Arang Kabupaten Merauke.
- c. Menganalisis hubungan pola makan dengan terkontrolnya kadar asam urat pada lansia di Puskesmas Gudang Arang Kabupaten Merauke.

D. Manfaat Penelitian

Diharap penelitian ini menghasilkan banyak manfaat, meliputi:

1. Manfaat bagi Masyarakat

- a. Meningkatkan pemahaman tentang pencegahan dan pengelolaan asam urat.
- b. Meningkatkan wawasan Masyarakat akan pentingnya menerapkan pola makan untuk mencegah penyakit asam urat.

2. Manfaat bagi institusi Pendidikan

Diharapkan menjadi suatu masukan dan referensi serta bermanfaat bagi institusi dan mahasiswa Universitas Ngudi Waluyo.