

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Asam urat merupakan penyakit sendi yang disebabkan oleh tingginya asam urat di dalam darah. Seseorang dikatakan terkena penyakit ini apabila kadar asam urat didalam tubuh melebihi batas normal, untuk pria normal kadar asam urat 7 mg/dL, sedangkan pada wanita di bawah 6 mg/dL. Nilai asam urat yang melebihi batas normal dapat menjadikan adanya asam urat yang menumpuk di dalam persendian dan organ tubuh lainnya. Penumpukan asam urat tersebut yang menjadikan sendi terasa sakit, nyeri, dan bahkan sampai meradang. Hal tersebut membuat persendian akan terasa sakit apabila digunakan untuk bergerak, dan juga bisa menjadikan kelainan pada sendi, dan mengalami kecacatan (T. Sutanto, 2013).

Asam urat cenderung mengalami peningkatan pada pria karena pada pria tidak memiliki hormone estrogen yang ikut membantu pembuangan asam urat dalam urin. Sedangkan pada wanita peningkatan asam urat akan meningkat apabila sudah memasuki masa monopause karena wanita memiliki hormon ekstrogen yang dapat membantu pembuangan asam urat lewat urin (Riswana & Mulyani, 2022; Firdayanti et al., 2019).

Penyebab utama tingginya kadar asam urat dalam darah yang bisa dipicu oleh bermacam faktor. Rasa nyeri hebat pada persendian yang dirasakan berulang-ulang sangat mengganggu penderitanya. Dampak dari asam urat yang tidak diatasi dengan baik bisa menyebabkan komplikasi gangguan ginjal,

jantung, diabetes mellitus, stroke, osteoporosis, serta kelainan bentuk tulang. Usia yang rawan terjadi asam urat adalah kelompok usia diatas 60 tahun atau lanjut usia. Penyebab penyakit pada lansia berasal dari dalam tubuh (endogen), Hal ini disebabkan karena pada lansia telah terjadi penurunan fungsi dari berbagai organ-organ tubuh akibat kerusakan sel-sel karena proses bertambahnya usia. Sehingga produksi hormon, enzim dan zat-zat yang diperlukan untuk kekebalan tubuh menjadi berkurang (M. Nasir, 2019).

Dampak dari Tingginya kadar asam urat dalam tubuh yang menetap dalam jangka waktu yang lama berpotensi menimbulkan komplikasi pada ginjal. Banyak sekali penyakit yang ditimbulkan akibat dari tingginya kadar asam urat, Langkah yang dapat dilakukan untuk pencegahan terjadinya asam urat yaitu menghindari makanan yang mengandung purin tinggi, minum air putih yang cukup, mengurangi mengkonsumsi makanan berlemak, menerapkan pola hidup sehat, serta mengupayakan hidup sehat (T. Sutanto, 2013).

Penelitian yang dilakukan oleh (Nurhamidah & Nofiani, 2015) bahwa asupan purin memiliki hubungan dengan kejadian asam urat dibandingkan asupan vitamin c, cairan, tekanan darah, aktifitas fisik dan status gizi. Dari penelitian sebelumnya, dalam hal mendapatkan informasi banyaknya lansia yang memiliki masalah kesehatannya seperti keluhan nyeri pada sendi dan masih banyak lansia yang tidak pernah memeriksakan kesehatan ke posyandu seperti cek kadar asam urat, kolesterol, dan gula. dengan banyaknya keluhan lansia dimasyarakat dengan kesehatannya tetapi tidak ada yang rutin untuk memeriksakan ke posyandu yang diadakan setiap bulan. dengan adanya

masalah tersebut peneliti ingin mengetahui dengan cara memberikan intervensi puasa senin kamis apakah ada pengaruhnya untuk menurunkan asam urat tinggi, oleh karena itu dalam penelitian ini melakukan satu cara untuk mencegah terjadinya peningkatan kadar asam urat dengan cara melakukan puasa senin dalam darah.

Fenomena global terkait peningkatan jumlah lansia terjadi di beberapa negara termasuk Indonesia. World Health Organization (WHO) memperkirakan pada antara 2015 dan 2050, proporsi populasi dunia lebih dari 60 tahun akan hampir dua kali lipat dari 12% menjadi 22%. Pada tahun 2020, jumlah orang berusia 60 tahun ke atas akan melebihi jumlah anak di bawah 5 tahun (WHO, 2018).

Berdasarkan data WHO dalam *Non-Communicable Disease Country Profile* di Indonesia prevalensi penyakit asam urat pada usia 65-74 tahun berkisar pada 51,9%, serta usia >75 tahun berkisar pada 54,8% (Syarifuddin, Taiyeb, & Caronge, 2019). Prevalensi kadar asam urat di Indonesia pada tahun 2018 berkisar sebesar 11,9%, dengan Aceh sebanyak 18,3%, serta Jawa Barat sebanyak 17,5%, dan Papua sebanyak 15,4%. Berdasarkan gejala kadar asam urat di Nusa Tenggara timur sebanyak 33,1%, begitu pula Jawa Barat sebanyak 32,1%, dan Bali juga sebanyak 30% (Dungga, 2022). Angka tersebut menempatkan Indonesia sebagai negara tertinggi menderita gangguan sendi apabila di bandingkan dengan negara lain (Oktaviani, 2017). Di Jawa Tengah prevalensi penyakit asam urat sebesar 2,6 – 47,2 %. Prevalensi asam urat di

Bandungan Jawa Tengah pada pria sebesar 24,3% dan pada wanita sebesar 11,7%, pada Tegal prevalensi sebesar 8,7% (Depkes RI 2018).

Upaya pencegahan terjadinya peningkatan kadar asam urat dalam darah dapat dilakukan dengan berbagai cara yaitu melakukan pengobatan asam urat hingga kembali normal, pola hidup sehat seperti menjaga pola makan khususnya mengurangi asupan makanan yang tinggi purin, mengurangi konsumsi alkohol berlebih dan olahraga serta lebih banyak minum air putih karena dengan banyak minum air putih dapat membantu membuang purin yang ada didalam tubuh melalui air seni. Agar pelaksanaan upaya ini dapat terlaksana dengan baik maka diperlukan sosialisasi melalui penyuluhan kesehatan (Therik, 2019).

Selain itu, puasa juga dipercaya dapat menurunkan kadar asam urat. Puasa adalah salah satu ibadah yang dilakukan orang Islam. Menurut Albab (2011), puasa dapat digunakan untuk menurunkan kadar glukosa, kolesterol dan asam urat dalam darah. Menurut hasil penelitian, sebelum puasa kadar asam urat pada pasien sebesar 7,7 (normalnya di bawah 7 untuk laki laki). Ternyata dalam 10 hari pertama pada orang yang sama asam uratnya turun menjadi 6,6. Pada hari ke 21 asam urat turun lagi menjadi 6,2. Namun berdasarkan penelitian tersebut tidak disebutkan jenis puasa yang dilakukan. Oleh karena itu perlu adanya penelitian yang lebih mendalam tentang jenis puasa yang paling tepat untuk menurunkan kadar asam urat tersebut.

Studi pendahuluan telah penulis lakukan di Desa Krajan Timur RW 01 pada tanggal 23 Januari 2024 dengan mengumpulkan data terkait variabel

kadar asam urat. Banyak responden mempunyai asam urat diatas normal, Data tersebut diketahui dengan cara pengecekan kadar asam urat pada lansia. Dari data tersebut peneliti melihat masih banyak permasalahan mengenai kejadian asam urat yang tinggi. Maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Gambaran Kadar Asam Urat Sebelum Dan Sesudah Puasa Senin Kamis Pada Lansia ”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka dalam penelitian ini dirumuskan permasalahan: “Gambaran Kadar Asam Urat Sebelum Dan Sesudah Puasa Senin Kamis Pada Lansia ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui Gambaran Kadar Asam Urat Sebelum Dan Sesudah Puasa Senin Kamis Pada Lansia.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui gambaran kadar asam urat sebelum dan sesudah puasa senin kamis pada lansia
- b. Menggambarkan dengan menentukan jenis kelamin,usia,pendidikan, pekerjaan,dan hasil kadar asam urat puasa senin kamis pada lansia didesa krajan

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi lansia

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk menurunkan kadar asam urat pada lansia di Desa Krajan RW 01

2. Bagi tenaga kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi dasar referensi dalam menentukan intervensi pada asuhan keperawatan gerontik dengan kasus asam urat.

3. Hasil Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai data dan informasi dasar dalam melakukan penelitian lebih lanjut terkait gambaran puasa senin kamis terhadap kadar asam urat