

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Asam urat metabolisme purin, tubuh memproduksi asam urat endogen yang beredar di dalam tubuh manusia, dan asam urat eksogen, yang berasal dari makanan. Tubuh memproduksi 80-85% asam urat dengan sendirinya; sisanya diperoleh melalui makanan. Perlu diketahui bahwa kisaran normal untuk kadar asam urat adalah 2,4-5,7 mg/dL untuk wanita dewasa, 3,4-7,0 mg/dL untuk pria dewasa, dan 2,8-4,0 mg/dL untuk anak-anak (lanny lingga, 2012). Menurut WHO, (2019) secara keseluruhan 7,44 juta kasus gout telah diperkirakan di seluruh dunia pada tahun 2017 (insiden, 0,097%), dengan prevalensi 41,22 juta kasus (0,54%).

Prevelensi *gout atritis* Indonesia menunjukkan sebesar 1,45%, di Minahasa Utara menunjukkan tingkat prevalensi gout yang sangat tinggi 29,2% (kemenkes, 2022). *Gout artritis* dalam tubuh diperlukan sebanyak 20-30% memiliki kelainan dalam sintesis purin dalam jumlah besar, yang mengakibatkan kelebihan asam urat dalam darah. Sementara itu, ekskresi asam urat yang tidak sempurna menyebabkan kelebihan produksi asam urat pada populasi yang tersisa, sekitar 75% (Theresia Lumintang et al., 2021).

Prevalensi gout atritis di Jawa Tengah sejumlah 6,47% dari 67,977 penduduk yang mengalami *gout artritis* (Riskesdas, 2018). Penumpukan asam urat pada persendian penyebab penyakit gout, ketika kadar asam urat dalam darah meningkat di atas normal, maka akan terjadi respons inflamasi atau peradangan yang menyebabkan kemerahan, bengkak, dan nyeri asam urat akan mengendap menjadi kristal urat dan masuk ke dalam organ tubuh, terutama persendian (Asrizal et al., 2019).

Prevalensi gout atritis di Kabupaten Tegal pada lansia sebesar 11,0% (Dinkes, 2021). Kondisi yang dikenal sebagai *arthritis gout* penumpukan kristal monosodium urat dalam jaringan atau sebagai akibat dari supersaturasi asam urat dalam cairan

ekstraseluler, pada pria dewasa, gout kondisi yang paling umum pada wanita, gout jarang ditemukan sebelum menopause (Algifari et al., 2020)

*Gout arthritis* di negara maju sangat bervariasi, sehingga peneliti epidemiologi mengatakan bahwa orang yang sering mengalami asam urat di negara maju. lebih sering mengonsumsi makanan yang kurang sehat, seperti makanan berlemak, dan mengandung kadar purin yang tinggi (Tombokan, 2022). *Gout arthritis* sangat dipengaruhi oleh makanan yang dikonsumsi lansia, makanan yang mengandung tinggi purin dapat menyebabkan kadar asam urat cepat meningkat, selain faktor makanan, pengetahuan merupakan salah satu penyebab dampak asam urat, pada lansia yang masih sering mengonsumsi makanan yang mengandung tinggi purin, lebih rentan terkena *gout arthritis* (Muniroh et al., 2023).

Pola makan yang dapat mengontrol jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi untuk menjaga kesehatan dan status gizi seseorang, manajemen diet yang buruk, seperti terlalu banyak mengonsumsi makanan, dapat menyebabkan obesitas, yang pada gilirannya dapat menyebabkan sejumlah masalah kesehatan lainnya. (sakinah, 2021). Bagi mereka yang menderita arthritis gout, disarankan untuk mengikuti diet yang efektif yang mencakup minum lebih banyak air dan mengonsumsi makanan tinggi kalium, seperti yogurt, kentang, alpukat, dan susu, selain itu, membatasi konsumsi makanan tinggi lemak juga diperlukan, hal ini dikarenakan lemak akan menghambat kemampuan urin untuk mengeluarkan asam urat (Theresia Lumintang et al., 2021).

Pola makan memiliki hubungan yang signifikan dengan kadar asam urat (*gout arthritis*) pada lansia usia dewasa 35-49 tahun, pada puskesmas bengkinang kota tahun 2021. Pada lansia penderita asam urat yang sering mengonsumsi makanan tinggi purin seperti, daging-dagingan, jeroan dan kacang-kacangan, lebih rentan terkena penyakit *gout arthritis*. Adapun dampak jika kadar asam urat dalam darah berlebih akan menimbulkan penumpukan kristal pada sendi, maka akan menyebabkan rasa nyeri (Fitriani et al., 2021).

Aktifitas juga memiliki hubungan dengan kejadian *gout arthritis* di padukuhan Bedog Trihanggo Gamping Sleman Yogyakarta pada tahun 2020. Penderita asam urat yang melakukan aktifitas fisik, yang dilakukan manusia berkaitan dengan kadar asam urat yang terdapat dalam darah. Aktifitas fisik seperti olahraga atau Gerakan fisik, akan meurunkan ekresi asam urat dan meningkatkan asam laktat dalam tubuh. Asam laktat dalam darah yang terbentuk akan menyebabkan penurunan pengeluaran asam urat oleh ginjal, apabila asam urat tidak bisa dikeluarkan oleh ginjal, maka akan terjadi penumpukan asam urat dan bisa mengakibatkan nyeri (Fauzi, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Desa Dukuhlo Kecamatan Lebaksiu Kab. Tegal pada tanggal 8 november 2023, dengan 10 lansia yang mengalami asam urat, 5 orang mengatakan sering merasakan nyeri sendi pada bagian kaki dan pinggang, 5 orang lainnya mengaktakn nyeri pada punggung setiap malam. Hal ini disebabkan karena pola makan yang tidak teratur seperti sering mengkonsumsi kopi, daging, jeroan dan kacang-kacangan. Sebagian besar Masyarakat atau lansia menganggap kejadian *gout arthritis* merupakan hal yang wajar karena disebabkan faktor usia.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah diuraikan diatas peneliti tertarik untuk meneliti tentang apakah ada hubungan pola makan dengan kejadian *gout arthritis* pada lansia di Desa Dukuhlo Kecamatan Lebaksiu Kabupaten Tegal.

## **1.2 Tujuan penelitian**

### **1.2.1 Tujuan umum**

Mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian *gout arthritis* pada lansia di Desa Dukuhlo Kec. Lebaksiu Kab. Tegal

## 1.2.2 Tujuan khusus

1.2.2.1 Mengidentifikasi pola makan lansia di Desa Dukuhlo Kec. Lebaksiu Kab. Tegal.

1.2.2.2 Mengidentifikasi kejadian *gout arthritis* di Desa Dukuhlo Kec. Lebaksiu Kab. Tegal

1.2.2.3 Menganalisis hubungan pola makan dengan kejadian *gout arthritis* di Desa Dukuhlo Kec. Lebaksiu Kab. Tegal

## 1.3 Manfaat Penelitian

### 1.1.1 Manfaat Aplikatif

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan masyarakat terkait pola makan lansia dengan kejadian *gout arthritis*.

### 1.1.2 Manfaat Keilmuan

Penelitian ini diharapkan dapat menghasilkan konsep baru tentang bagaimana mengantisipasi pola makan yang berkaitan dengan kejadian *gout arthritis*.

### 1.1.3 Manfaat Metodologi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman konseptual dan teori serta pengetahuan para peneliti, khususnya yang berkaitan dengan pola makan dan *gout arthritis*.