

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Pola makan merupakan cara untuk mengatur kuantitas makanan jenis ,sehingga dapat meningkatkan kualitas kesehatan, psikologi, pencegahan serta proses penyembuhan sakit. kebiasaan makan yang baik selalu meresprentatifkan pemenuhan gizi yang optimal (Depkes RI, 2014). Asam urat merupakan hasil akhir metabolisme purin yang didapat dari makanan seperti jeroan, kacang-kacangan, sayur bayam, dan lain-lain. Asupan makanan yang tidak seimbang pada lansia dapat menyebabkan konsumsi yang berlebihan akan berpengaruh terhadap munculnya berbagai gejala terkait dengan peningkatan asam urat. Kadar asam urat dalam darah dapat diseimbangkan dengan pola makan yang benar.

Di Indonesia, Prevalensi penyakit asam urat berdasarkan diagnosa tenaga kesehatan di Indonesia 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala 24,7% jika dilihat dari karakteristik umur, prevalensi tinggi pada umur ≥ 75 (54,8%) (Risikesdas, 2018). Angka kejadian Gout Arthritis di Provinsi Jawa Timur yaitu laki-laki 24,3% adapun pada perempuan 11,7% (Afnuhazi, 2019). Data Dinas Kesehatan Kabupaten Jombang pada tahun 2018 jumlah penderita penyakit asam urat sejumlah 4.582 orang (Dinkes Jombang, 2018). Data penderita asam urat pada lansia di Desa Sidomulyo 58 orang (23%). Beberapa lansia yang datang berkunjung ke Puskesmas mempunyai penyakit yang sama namun dengan keluhan atas penyebab yang berbeda-beda, dari beberapa orang mengatakan penyebabnya adalah dimana karena minum alkohol, kebanyakan mengkonsumsi sayur kangkung,

kacang- kacang, daging merah, daun melinjo, pengobatan yang tidak rutin, kurang perhatian terhadap penyakit yang di derita. ada juga karena faktor keturunan serta pola makan yang kurang baik.

Serangan asam urat yang berulang-ulang juga dapat menyebabkan kerusakan struktural yang berlanjut pada pembentukan tofi, sehingga dapat menimbulkan efek nyeri, kerusakan sendi, sendi kehilangan fungsinya, dan kecacatan artritis serta masalah penampilan pada pasien (Gliozzi, 2016). Kadar asam urat yang tinggi merupakan kondisi kesehatan sebagai akibat dari penumpukan kristal urat pada persendian, kristal asam urat ini terbentuk karena kadar protein purin yang tinggi (Sumaryono, 2018).

Asam urat ini kemudian menumpuk dalam ruang sendi dan menyebabkan gangguan pada struktur sendi. Jika kadar asam urat dalam darah melebihi ambang normal, asam urat ini tidak akan bisa larut kembali dalam darah dan mengendap menjadi kristal urat serta masuk ke organ-organ tubuh. Khususnya ke dalam sendi, kristal urat ini dianggap sebagai benda asing oleh tubuh. Hal ini memicu sel-sel kekebalan (*immune cells*) untuk memusnahkannya. Munculnya sel-sel kekebalan akan menimbulkan reaksi radang atau inflamasi yang menyebabkan bengkak, kemerahan, dan nyeri. Inilah yang disebut penyakit radang sendi atau atritis karena penyebabnya adalah kristal urat maka disebut arthritis asam urat (Noviyanti, 2015).

Penanganan nyeri penderita asam urat, difokuskan pada cara mengontrol nyeri, mengurangi kerusakan sendi, dan meningkatkan atau mempertahankan fungsi gaya hidup dan pola makan. Pencegahan dan pengendalian asam urat sangat dianjurkan untuk menghindari sumber-sumber makanan yang tinggi purin dan mengatur pola makan yang sehat seperti memperhatikan keseimbangan nutrisi yang

dibutuhkan oleh tubuh, dengan porsi yang tepat atau tidak berlebihan, dan bersumber dari bahan-bahan alami (Noviyanti, 2015). Berikut ini adalah berbagai program pemerintah dalam menanggulangi masalah gizi yaitu pola menu 4 sehat 5 sempurna, pedoman umum gizi seimbang, pedoman gizi seimbang, daftar bahan peneruk, keluarga sadar gizi, strategi dan upaya penanggulangan akibat kekurangan iodium, posyandu sebagai saran peran serta masyarakat dalam upaya peningkatan kesehatan masyarakat, *millenium development goals*, jampersal, jamkesmas, jamkesda (Kemenkes, 2016)

Kejadian asam urat pada lansia sering disebabkan oleh pola makan yang tidak tepat yang berakibat penurunan aktivitas. Maka peneliti tertarik untuk meneliti tentang “hubungan pola makan dengan kadar asam urat pada lansia di Desa Sidomulyo, Kecamatan Megaluh Kabupaten Jombang” sehingga penelitian ini dapat bermanfaat bagi masyarakat karena dapat menambah pengetahuan dan informasi mengenai asam urat.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Desa Sidomulyo Kecamatan Megaluh Kabupaten Jombang?.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi pola makan pada lansia.
2. Mengidentifikasi kadar asam urat.
3. Mengetahui Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Praktis

Hasil dari penelitian menjelaskan Hubungan Pola Makan Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia. Diharapkan penelitian ini mampu menjadi sumber informasi pentingnya penerapan pola makan yang baik pada lansia dengan gangguan asam urat dan dapat digunakan sebagai bahan pengembangan ilmiah di bidang keperawatan khususnya mengenai hubungan pola makan dengan kadar asam urat pada lansia.

1.4.2 Manfaat Teoritis

- 1) Bagi responden

Menambah wawasan pada lansia dengan gangguan asam urat terkait pola makan yang benar.

- 2) Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu metode untuk mengetahui Hubungan pola makan yang berpengaruh terhadap kekambuhan asam urat pada lansia.

3) Bagi institusi

Sebagai bahan bacaan dan menambah wawasan pada mahasiswa sebagai referensi tentang Hubungan pola makan yang berpengaruh terhadap kekambuhan asam urat pada lansia.

4) Bagi mahasiswa

Diharapkan dapat memperoleh informasi tentang Hubungan pola makan yang berpengaruh terhadap kekambuhan asam urat pada lansia , dan dapat digunakan sebagai data dasar untuk melakukan penelitian lebih lanjut yang berkaitan dengan Hubungan pola makan yang berpengaruh terhadap kekambuhan asam urat pada lansia.