

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Lansia adalah keadaan yang ditandai oleh kegagalan seseorang untuk mempertahankan keseimbangan terhadap kondisi stress fisiologis. Kegagalan ini berkaitan dengan penurunan daya kemampuan untuk hidup serta peningkatan kepekaan secara individual (Muhith,2016). Lanjut usia merupakan periode akhir dari rentang kehidupan manusia. Lansia memiliki kesempatan untuk berkembang mencapai pribadi yang lebih baik dan semakin matang. Lansia adalah periode dimana organisme telah mencapai masa keemasan atau kejayaannya dalam ukuran, fungsi dan beberapa telah menunjukkan kemundurannya sejalan dengan berjalannya waktu (Suardiman,2011). Menua adalah suatu keadaan yang terjadi di dalam kehidupan manusia. Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan. Menjadi tua merupakan proses alamiah yang berarti seseorang telah melalui tiga tahap kehidupan yaitu anak, dewasa dan tua (Kholifah,2016).

Lansia merupakan tahap akhir dari penuaan. Proses menjadi tua akan dialami oleh setiap orang. Masa tua merupakan masa hidup manusia terakhir, dimana pada masa

ini seseorang akan mengalami kemunduran fisik, mental dan social secara bertahap sehingga tidak dapat melakukan tugasnya sehari-hari. Penuaan merupakan perubahan kumulatif pada makhluk hidup, termasuk tubuh, jaringan dan sel, yang mengalami penurunan kapasitas fungsional. Pada manusia, penuaan dihubungkan dengan perubahan degenerative pada kulit, tulang, jantung, pembuluh darah, paru-paru, saraf dan jaringan tubuh lainnya. Dengan kemampuan regeneratif yang terbatas, lansia lebih rentan terkena berbagai penyakit, sindroma dan kesakitan dibandingkan dengan orang dewasa lain (Kholifah,2016).

Proses penuaan adalah proses dimana umur seseorang bertambah dan mengalami perubahan. Semakin bertambahnya umur maka fungsi organ juga mengalami penurunan. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya penuaan yang dapat dibagi menjadi dua bagian, yaitu faktor genetik yang melibatkan perbaikan DNA, respon terhadap stres dan pertahanan terhadap antioksidan. Selanjutnya faktor lingkungan meliputi pemasukan kalori, berbagai macam penyakit dan stres dari luar, misalnya radiasi atau bahan-bahan kimiawi. Kedua faktor tersebut akan mempengaruhi aktivitas metabolisme sel yang menyebabkan stres oksidasi sehingga terjadinya kerusakan sel dan terjadinya proses penuaan (Sunaryo,*et.al*, 2016). Semakin berkembangnya umur manusia, terjadi proses penuaan secara degenerative yang akan berdampak pada perubahan-perubahan pada diri manusia, tidak hanya perubahan fisik tetapi juga kognitif, perasaan, social dan seksual (Azzizah dan lilik,2011).

Salah satu penyakit yang diderita oleh lanjut usia adalah asam urat. Asam urat merupakan produk akhir dari pemecahan purin yang di metabolisme di dalam tubuh. Purin merupakan salah satu komponen asam nukleat yang terdapat di dalam inti sel tubuh semua makhluk hidup. Tubuh manusia memproduksi purin sekitar 80-85% dan sisanya berasal dari makanan yang mengandung purin. Hasil metabolisme normal dari pencernaan protein terutama dari daging, hati, ginjal, dan beberapa jenis sayuran seperti kacang dan buncis atau dari penguraian senyawa purin yang seharusnya akan di buang melalui ginjal, feses atau keringat (Herliana,2013). Kadar normal asam urat darah menurut tes enzimatis maksimum 7 mg/dl. Sedangkan pada teknik biasa, nilai normalnya maksimum 8 mg/dl. Bila hasil pemeriksaan menunjukkan kadar asam urat melampaui standar normal itu, penderita dimungkinkan mengalami asam urat yang berlebih. Kadar asam urat normal pada pria 3-7 mg/dl dan pada perempuan 2,5-6 mg/dl (Suherman,2010).

Di dunia prevalensi penyakit asam urat mengalami kenaikan jumlah penderita hingga dua kali lipat antara tahun 1990-2010. Pada orang dewasa di Amerika Serikat asam urat mengalami peningkatan dan mempengaruhi 8.3 juta (4%) orang Amerika. Sedangkan prevalensi hiperurisemia juga meningkat dan mempengaruhi 43.300.000 (21%) orang dewasa di Amerika Serikat (Zhu dkk, 2011 dalam Sun, 2014).

Di Indonesia penyakit asam urat menduduki urutan kedua setelah penyakit osteoarthritis. Prevalensi asam urat di Indonesia diperkirakan 1,6 – 13,6/100.000 orang, prevalensi ini akan meningkat seiring dengan meningkatnya umur (Lumunon dan Hamel,2015). Pada tahun 1986 angka kejadian asam urat menduduki peringkat ke empat untuk penduduk kota di Jawa sebesar 4,8% dan penduduk di pedesaan sebesar 1,7% (Kanis dan Amigo,2013). Atritis gout merupakan jenis penyakit yang pengobatannya mudah dan efektif. Ramuan herbal sudah sejak lama digunakan oleh orang tua dulu untuk menyembuhkan penyakit. Terapi menggunakan herbal merupakan terapi yang memanfaatkan tanaman atau tumbuhan yang berkhasiat obat. Pengobatan dengan menggunakan tanaman obat relative murah. Kita bisa memperoleh tanaman tersebut disekitar kita atau tanaman sendiri (Ali, 2006).

Di Jawa Tengah prevalensi penyakit asam urat belum diketahui secara pasti. Namun dari survey epidemiologik yang dilakukan di Jawa Tengah atas kerjasama WHO terhadap 4683 sampel berusia 15-45 tahun, didapatkan prevalensi gout sebesar 24.3% (Nakes, 2014).

Hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan bahwa penyakit sendi di Indonesia berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan (nakes) sebesar 11.9% dan berdasarkan diagnosis dan gejala sebesar 24.7%, sedangkan berdasarkan daerah diagnosis nakes tertinggi di Provinsi Bali sebesar 19.3% dan berdasarkan

diagnosis dan gejala tertinggi yaitu Nusa Tenggara Timur sebesar 31.1%. prevalensi penyakit sendi di Jawa Tengah tahun 2013 berdasarkan diagnosis nakes sebesar 11.2% ataupun berdasarkan diagnosis dan gejala sebesar 25.5% (Risesdas, 2013).

Penyakit asam urat masih menjadi masalah utama dalam dunia kesehatan, dibuktikan dari berbagai kasus komplikasi dari penyakit asam urat ini seperti gagal ginjal, batu ginjal dan lain-lain. Hal ini dipengaruhi oleh kurangnya kesadaran masyarakat yang kurang memperhatikan kesehatannya seperti masih banyaknya masyarakat yang mengonsumsi makanan tanpa memperhatikan kandungan dari makanan tersebut. Faktor aktivitas yang berlebihan juga dapat memperburuk dan mendukung adanya komplikasi dari penyakit asam urat tersebut (Damayanti, 2012).

Penyakit asam urat umumnya lebih banyak terjadi pada laki-laki dibandingkan pada perempuan. Karena kejadian asam urat pada perempuan akan meningkat setelah menopause karena berkurangnya hormone esterogen. Peningkatan kadar asam urat dipengaruhi oleh beberapa faktor yaitu usia, status gizi, asupan tinggi purin, alkohol dan kafein. Salah satu cara untuk mencegah peningkatan kadar asam urat dalam darah adalah dengan diet rendah purin. Dengan melakukan diet rendah purin diharapkan asupan purin dari makanan dapat terkontrol dan tidak menambah kadar purin dalam darah. Asupan purin berhubungan dengan kadar asam urat,

karena asam urat merupakan hasil akhir metabolisme purin. Purin banyak ditemukan pada makanan sumber protein, protein hewani maupun nabati. Sumber protein nabati seperti kacang-kacangan lebih mudah ditemukan karena mudah dijangkau dan harganya murah dibandingkan dengan protein hewani. Penderita asam urat direkomendasikan untuk mengurangi konsumsi protein terutama yang mengandung purin kategori tinggi dan sedang seperti seafood, daging sapi, tempe, bayam dan melinjo. Protein nabati mengandung purin yang baik untuk tubuh, tetapi tetap dianggap menjadi faktor yang berkontribusi dalam peningkatan kadar asam urat (Chang,2012).

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang diuraikan dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu “Hubungan Kepatuhan Diet Rendah Purin Pada Lansia dengan Asam Urat di Desa Karangpakel Kecamatan Trucuk Kabupaten Klaten Tahun 2020”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Hubungan Kepatuhan Diet Rendah Purin Pada Lansia dengan Asam urat di Desa Karangpakel Kecamatan Trucuk Kabupaten Klaten Tahun 2020.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden meliputi jenis kelamin dan usia Pada Lansia dengan Asam Urat di Desa Karangpakel Kecamatan Trucuk Kabupaten Klaten Juni 2020
- b. Mengetahui Kepatuhan Diet Rendah Purin Pada Lansia dengan Asam Urat di Desa Karangpakel Kecamatan Trucuk Kabupaten Klaten Juni 2020.
- c. Mengetahui kadar asam urat lansia di Desa Karangpakel Kecamatan Trucuk Kabupaten Klaten Juni 2020.
- d. Mengetahui adanya penurunan kadar asam urat pada lansia setelah dilakukan diet rendah purin di Desa Karangpakel Kecamatan Trucuk Kabupaten Klaten Juni 2020.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat yang diambil dari penelitian ini adalah:

1. Bagi Peneliti

Digunakan sebagai pengalaman dalam melaksanakan penelitian dan untuk menerapkan ilmu yang didapat di bangku kuliah.

2. Bagi Masyarakat

Masyarakat akan memperoleh tambahan pengetahuan untuk meminimalkan penyakit asam urat, untuk mengetahui pengaruh kepatuhan diet rendah purin pada lansia dengan asam urat. Manfaat penelitian bagi masyarakat untuk

mendukung peningkatan mutu kesehatan khususnya pengetahuan dan sikap masyarakat mengenai penyakit asam urat.

3. Bagi STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta

Sebagai bahan masukan dokumentasi di perpustakaan tentang Pengaruh Kepatuhan Diet Rendah Purin pada Lansia dengan Asam Urat. Sebagai referensi untuk sumber bacaan terkait dengan asam urat dan diet rendah purin.

4. Bagi Peneliti Lain

Sebagai bahan pertimbangan untuk melakukan penelitian lebih lanjut yang terhubung pengaruh kepatuhan diet purin pada lansia dengan asam urat.

E. Keaslian Penelitian

| No | Nama (Tahun) | Judul | Metode | Hasil | Persamaan | Perbedaan |
|----|---------------------------|---|---------------------|---|---|---|
| 1. | Sisan Astriana dkk (2017) | Hubungan Antara Konsumsi Asupan Makanan Yang Mengandung Purin Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Desa Tulungrejo Kecamatan Ngantang | Korelasi | Hasil analisis nilai signifikan=0,014 ($p\text{-value} \leq 0,05$) yang berarti data dinyatakan signifikan dan H_1 diterima. | Menggunakan konsumsi asupan makanan sebagai terapi untuk penurunan kadar asam urat. | Peneliti menggunakan metode analisa <i>spearman rank</i> . |
| 2. | Nofita Sari dkk (2019) | Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Perilaku Diet Rendah Purin Pada Lansia Dengan Asam Urat Tinggi Di Desa Karangharjo Kecamatan Pulokulon | Deskriptif Korelasi | Berdasarkan analisis menggunakan SPSS dengan uji <i>Spearman Rho</i> diperoleh nilai $p=0,000$ jadi korelasi kedua variable $\alpha=0,05$. Berarti secara statistik terdapat hubungan yang bermakna antara kedua variable. | Menggunakan diet rendah purin sebagai terapi untuk penurunan kadar asam urat. | Peneliti menggunakan metode analisa <i>spearman rho</i> |
| 3. | Muzakar dkk (2015) | Pengaruh Konseling Diet Rendah Purin dan Tinggi Omega-3 Terhadap Kadar Asam Urat Pasien Gout Rawat Jalan Di Rumah Sakit dr.A.K.Gani Palembang | quasi eksperimen | Hasil dalam penelitian disimpulkan ada pengaruh konseling diet purin dan tinggi omega-3 terhadap penurunan kadar asam urat nilai $p = 0,004$. | Menggunakan diet rendah purin sebagai terapi untuk menurunkan kadar asam urat pada responden. | Peneliti menggunakan quasi eksperimen dengan purposive sampling untuk pengambilan sampel. Peneliti menggunakan omega-3 untuk terapi rendah purin. |