

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pos Pembinaan Terpadu (posbindu) adalah kegiatan monitoring dan untuk memantau faktor resiko penyakit serta tindakan kekerasan rumah tangga, pola makan sehat, aktifitas fisik, obesitas, stress, dan hipertensi yang dikelola oleh masyarakat melalui pembinaan terpadu yang biasanya di pimpin oleh bidan desa, dalam kegiatan tersebut biasanya dilakukan pengecekan kesehatan kepada masyarakat untuk mengetahui kesehatannya. Sebagiannya masyarakat merubah gaya hidup yang tidak sehat dapat mempengaruhi perubahan aktivitas fisik yang dapat terganggu sehari-harinya. Manusia mempunyai kebutuhan dalam kehidupan yang wajib terpenuhi, salah satu kebutuhan tersebut badan sehat, tidak terganggunya persendian untuk mendukung aktivitas sehari-hari (Kemenkes,2012).

Berdasarkan data dari Direktorat Pencegahan jumlah Posbindu yang ada diseluruh Indonesia pada Tahun 2017 adalah sebanyak 33.679 (24,9%), angka tersebut baru mencapai setengah dari target indikator rencana strategis program Posbindu yaitu 50% desa/ kelurahan yang melaksanakan kegiatan Posbindu pada tahun 2019 (Kemenkes, 2017).

Pola makan yang salah sangat mempengaruhi kesehatan masyarakat. Banyak masyarakat berpendapat bahwa yang terpenting adalah memenuhi kebutuhan sehari-hari tanpa melihat makanan tersebut memenuhi gizi dan termasuk

makanan yang seharusnya dikurangi pada penderita penyakit-penyakit tertentu. Pola makan tidak sehat seperti mengonsumsi makanan cepat saji, makanan tinggi kalori, dan makanan yang memiliki kandungan purin tinggi. Pola makan yang tidak sehat dapat mengakibatkan seseorang mudah terkena penyakit kronis. Salah satu penyakit yang disebabkan dari pola makan yang tidak sehat adalah Asam Urat. Asam urat timbul karena seseorang mengonsumsi makanan yang mengandung protein secara berlebihan (Hanifah dan Erna, 2011).

Untuk aktivitas sehari-hari dapat didukung dengan pola makan yang seimbang. Pola makan sehat akan membantu dan menjaga kesehatan kita. Pola makan yang baik mampu mendorong pertumbuhan dan perkembangan yang sehat serta mengurangi resiko penyakit kronis yang dapat dicegah, termasuk penyakit asam urat. Beberapa pola makan tersebut juga sangat bermanfaat untuk menjaga kesehatan fungsional pada orang yang lebih tua (Kemenkes, 2016). Banyaknya makanan tinggi purin yang dikonsumsi akan semakin memperbesar risiko terkena asam urat. Risiko terjadinya asam urat akan bertambah karena pola makan yang tidak seimbang. Ada berbagai faktor yang dapat menyebabkan kelebihan asam urat di dalam darah, tetapi asupan purin mempunyai pengaruh paling besar (Fajarina, 2011).

Berdasarkan data *World Health Organization*, prevalensi asam urat di dunia sebanyak 34,2%. Asam urat sering terjadi di negara maju seperti Amerika. Prevalensi Asam urat di Negara maju seperti Amerika sebesar 26,3% dari total penduduk. Peningkatan kejadian asam urat tidak hanya terjadi di

negara maju saja. Peningkatan juga terjadi di negara berkembang, salah satunya di Negara Indonesia (WHO, 2017).

Data Riskesdas tahun 2018 menunjukkan prevalensi untuk penyakit asam urat di Indonesia berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan yaitu sebesar 11,9% dan berdasarkan gejala sebesar 24,7%. Laki - laki usia 30 tahun lebih mudah terserang penyakit asam urat, karena gangguan dalam pembentukan enzim urikase. Enzim tersebut yang bertugas mengoksidasi asam urat menjadi alotonin yang mudah dibuang. Wanita pasca menopause sering mengalami gangguan penyakit sendi salah satunya disebabkan oleh kadar asam urat yang tinggi (hiperurisemia). Asam urat sering dialami wanita khususnya wanita yang sudah menopause karena mengalami penurunan hormon estrogen. Salah satu fungsi hormon estrogen adalah meningkatkan pengeluaran asam urat melalui urin. Menurunnya hormon estrogen pada wanita menopause mengakibatkan kadar asam urat dalam darah meningkat (Riskesdas. 2013)

Prevalensi penyakit asam urat di Indonesia terjadi pada usia di atas 34 tahun sebesar 68%, penderita asam urat pada tahun 2007 diperkirakan mencapai 230 juta dan angka tersebut diperkirakan akan meningkat tajam pada tahun 2020 (Ahmad, 2011). Berdasarkan hasil Kemenkes (2013) menunjukkan bahwa penyakit sendi di Indonesia yang diagnosis tenaga kesehatan sebesar 11,9% dan prevalensi penyakit sendi di Jawa Tengah tahun 2013 berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan sebesar 11,2% ataupun berdasarkan diagnosis dan gejala sebesar 25,5% (Nengsi dkk,2014).

Tubuh manusia membutuhkan makanan yang seimbang yang bisa dikonsumsi dan diserap, untuk menggantikan zat-zat yang hilang, menghilangkan rasa lapar, untuk membentuk energi agar dapat melakukan aktivitas, serta memperkuat imunitas untuk melawan virus dan penyakit (Dirjen BKM,2002). Jenis dan jumlah makanan yang dikonsumsi juga menjadi salah satu penyebab seseorang terkena penyakit asam urat. Makanan yang cenderung menyebabkan asam urat adalah makanan yang mengandung banyak purin. Purin berasal dari protein yang terkandung di dalam makanan. Makanan yang mengandung purin diantaranya jeroan, sarden, daging sapi, daging domba, dan bir (Ningsih, 2014).

Penyakit asam urat berhubungan dengan gangguan metabolisme purin yang menimbulkan hiperurisemia, penyakit ini berkaitan dengan purin dan dapat diatasi dengan cara mengontrol pola makan dengan mengurangi asupan makanan tinggi purin. Apabila pola makan tidak diubah, maka kadar asam urat dalam darah yang berlebihan akan menimbulkan kristal asam urat. Jika kristal asam urat mengendap dalam sebuah sendi maka respon inflamasi akan terjadi dan serangan asam urat akan dimulai (Damayanti, 2012).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 7 November 2021 di Posbindu Kencana I Desa Gilis didapatkan bahwa jumlah anggota posbindu sebanyak 38 orang. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan peneliti kepada 15 anggota posbindu didapatkan 11 orang mengatakan setelah makan makanan seperti kacang – kacangan, jeroan mengeluhkan sakit dipersendian sampai dengan susah berjalan, sedangkan

sebanyak 4 orang mengatakan tidak mengeluhkan sakit di persendian setelah makan makanan seperti kacang, jeroan dan lain – lain. Banyak anggota posbindu yang mengeluhkan setelah makan makanan seperti kacang, jeroan atau makan yang tidak sehat dapat mengakibatkan sakit atau nyeri dipersendian.

Dari berbagai penjelasan diatas maka peneliti tertarik untuk meneliti dengan judul “Hubungan Antara pola makan dengan kadar asam urat di posbindu desa gilis kecamatan tangen”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis merumuskan masalah sebagai berikut: Adakah hubungan antara pola makan dengan kadar asam urat di Posbindu Kencana desa Gilis Kecamatan Tangen?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah mengetahui hubungan pola makan dengan kadar asam urat di Posbindu Kencana Desa Gilis Kecamatan Tangen.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan pola makan pada anggota usia dewasa tua di posbindu Kencana Desa Gilis Kecamatan Tangen.

- b. Mendeskripsikan kadar asam urat pada anggota usia dewasa tua di posbindu Kencana Desa Gilis Kecamatan Tangen.
- c. Menganalisis hubungan antara pola makan dengan kadar asam urat pada usia dewasa tua di posbindu Kencana Desa Gilis Kecamatan Tangen.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

- a. Memperluas wawasan khasanah keilmuan tentang pentingnya menjaga kesehatan dengan menjaga pola makan yang sehat.
- b. Sebagai acuan untuk meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat

2. Manfaat praktis

a. Bagi responden

Untuk dijadikan acuan dalam menjaga kesehatan melalui pola makan yang baik untuk mencegah terkena asam urat sejak dini

b. Bagi tempat penelitian

Untuk menambah wawasan baru tentang pentingnya mencegah asam urat

c. Bagi Peneliti

Dapat dijadikan sebagai tambahan wawasan serta pengetahuan mengenai masalah yang di teliti yaitu Hubungan Pola Makan dengan kadar Asam Urat.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Menjadi tambahan referensi untuk penelitian selanjutnya dengan menambah acuan untuk peneliti selanjutnya.

E. Keaslian Penelitian

Didalam penelitian yang saya temukan dengan penelitian sebelumnya terdapat kesamaan dan perbedaan seperti table berikut :

Tabel. 1.1 Keaslian penelitian

No	Nama peneliti, tahun. Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1	Damayanti, 2012. Hubungan pola makan dengan terjadinya penyakit asam urat di desa limban Kelurahan Pantoloan Boya Kecamatan Tawaeli	Metode yang digunakan adalah desain cros sectional. Analisis yang digunakan chi square	Hasil diperoleh nilai $p = 0,000$ (p value $< 0,05$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan pola makan dengan terjadinya penyakit gout (asam urat) di Desa Limran Kelurahan Pantoloan Boya Kecamatan Tawaeli	Persamaannya terletak pada variabel yang diteliti yaitu pola makan dan asam urat	Perbedaannya adalah sampel yang diteliti dimana penelitian nurhayati dilakukan pada usia lansia dimasyarakat, sedangkan penelitian yang penulis lakukan dengan sampel dewasa tua yang ada di posbindu.
2	Ningsih,s,w. 2014. Kebiasaan makan makanan tinggi purin dengan kadar asam urat di puskesmas.	Metode yang digunakan adalah dengan desain observasional analitik. Dengan pendekatan	Hasil diperoleh nilai $p = 0,034$ (p value $< 0,05$). Kesimpulan dari penelitian ini adalah ada hubungan antara kebiasaan makan makanan tinggi	Persamaannya terletak pada variabel yang diteliti yaitu asam urat.	Perbedaannya adalah sampel yang diteliti dimana penelitian Ningsih dilakukan dipuskesmas

		cross sectional study.	purin dengan kadar asam urat.		sedangkan penelitian yang penulis lakukan diposbindu
3	Ahmad, N. 2011. pengaruh rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia	Metode yang digunakan adalah dengan desain menggunakan Shapiro-Wilk langsung dilanjutkan dengan menggunakan uji statistik parametric dengan paired sample t-test.	Hasil diperoleh nilai p-value = $0,001 < \alpha (0,05)$ Kesimpulan dari penelitian ini adalah adanya perbedaan asam urat pre test dan post test diberikan rebusan daun salam pada lansia di Posyandu	Persamaannya terletak pada variabel yang diteliti yaitu asam urat.	Perbedaanya adalah sampel yang diteliti dimana penelitian Ahmad dilakukan diposyandu sedangkan penelitian yang penulis lakukan diposbindu