

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit *gout arthritis* merupakan penyakit dengan angka kejadian yang tinggi di Indonesia yang diakibatkan oleh penumpukan kristal pada persendian, akibat tingginya kadar asam urat di dalam tubuh. Sendi-sendi yang di serang terutama adalah jari-jari kaki, dengkul, tumit, pergelangan tangan, jari tangan dan siku. Selain nyeri, penyakit asam urat juga dapat membuat persendian membengkak, meradang, panas dan kaku sehingga penderita tidak dapat melakukan aktivitas seperti biasanya. Sendi otot adalah tempat dimana penyakit asam urat dirasakan (Abidin, 2022).

Gout arthritis muncul dari pemecahan purin atau metabolisme yang dikeluarkan melalui tubuh. Purin merupakan zat yang dimiliki oleh makhluk hidup. Jika kita mengkonsumsi makanan, maka zat purin akan pindah lokasi, dari makanan tersebut ke tubuh kita. Asam urat adalah penyakit dimana terjadinya penumpukan asam urat dalam tubuh secara berlebih, baik akibat produksi yang meningkat, pembuangan melalui ginjal yang menurun atau akibat peningkatan asupan makanan tinggi purin (Ririn, 2021).

World Health Organization (WHO, 2018) prevalensi gout arthritis di dunia sebanyak 33,3%. Hasil Riskesdas tahun 2018 mencatat bahwa prevalensi penyakit sendi di Indonesia dari hasil wawancara diagnosis dokter (7,3%).

Bertambahnya usia seseorang berhubungan dengan kejadian gout arthritis, pada usia 45–54 tahun (11%), usia 55–64 tahun (15,5%), usia 65–74 (18,6%), dan pada umur ≥ 75 tahun merupakan prevalensi tertinggi, yaitu (18,9%). Persentase berdasarkan umur yang didiagnosis dokter lebih tinggi pada perempuan (8,5%) dibanding laki-laki (6,1%)

Di Indonesia penyakit sendi yang diakibatkan oleh asam urat yang didiagnosis oleh tenaga kesehatan memiliki prevalensi 11,9% dan yang didiagnosis serta mengalami gejala klinik mencapai 24,7% . Data prevalensi Badan Pusat Statistik di Jawa barat penyakit Gout Arthritis yaitu sebesar 32,1 %. Prevalensi penyakit sendi tertinggi adalah Nusa Tenggara Timur (NTT) dengan prevalensi (33,1 %), Jawa Barat (32,1 %), Provinsi Jawa Barat memiliki prevalensi penyakit sendi tertinggi kedua berdasarkan diagnosis dokter/tenaga kesehatan pada umur ≥ 50 tahun (Kemenkes, 2016).

Masalah pola makan dengan kejadian *gout arthritis* dengan perkataan lain semakin rutin mengkonsumsi makanan yang mengandung kadar tinggi purin maka semakin meningkat kadar asam urat. Hubungan pola makan dan kadar asam menyatakan bahwa pola makan dapat menyebabkan peningkatan kadar asam urat dan mengakibatkan keparahan asam urat terutama pada orang penganut diet nabati yang hanya mengkonsumsi beberapa sumber bahan makanan nabati (seperti kacang polong kedelai , sayuran laut, dan sayuran brassisca) yang juga termasuk mengandung padar purin tinggi (Astutisari, 2022)

Asupan purin yang tinggi merupakan salah satu faktor risiko seseorang terkena gout arthritis. Purin adalah suatu senyawa yang di dalam tubuh akan mengalami proses metabolisme dan produk akhirnya yaitu asam urat, sehingga sintesis purin dalam tubuh yang meningkat maka akan menyebabkan penimbunan asam urat pada persendian. Konsumsi makanan dengan tinggi protein terutama pada hewani yang mengandung kadar purin tinggi dapat menyebabkan peningkatan kadar asam urat darah. Peningkatan kadar asam urat akibat konsumsi purin disebabkan oleh defisiensi enzim *Hypoxanthine guanine phosphoribosyl transferase* (HGPRT) dan kelebihan enzim *Phosphoribosyl pirophosphat* (PRPP). Kejadian ini akan mengakibatkan metabolisme purin dipercepat sehingga tubuh akan memproduksi asam urat secara berlebih (Kussoy, 2019)

Pola makan dengan kejadian *gout arthritis* dengan perkataan lain semakin rutin mengkonsumsi makanan yang mengandung kadar tinggi purin maka semakin meningkat kadar asam urat. Hubungan pola makan dan kadar asam menyatakan bahwa pola makan dapat menyebabkan peningkatan kadar asam urat dan mengakibatkan keparahan asam urat terutama pada orang penganut diet nabati yang hanya mengkonsumsi beberapa sumber bahan makanan nabati (seperti kacang polong kedelai, sayuran laut, dan sayuran brassica) yang juga termasuk mengandung kadar purin tinggi (Astutisari, 2022).

Dampak peningkatan asam urat bagi Kesehatan adalah mengakibatkan pada gangguan fungsi ginjal, menurunkan rentang gerak tubuh dan nyeri pada gerakan. Kekakuan bertambah berat pada pagi hari saat bangun tidur, nyeri yang

hebat pada awal gerakan akan tetapi kekauan tidak berlangsung lama yaitu kurang dari seperempat jam . Adapun dampak jika kadar asam urat dalam darah berlebihan akan menimbulkan penumpukan kristal pada sendi dan pembuluh darah kapiler, lalu kristal tersebut akan saling bergesekan dan melakukan pergerakan dalam setiap sel persendian yang akan menyebabkan rasa nyeri yang hebat dan akan mengganggu kenyamanan (Ririn, 2021)

Pencegahan yang dapat dilakukan untuk asam urat atau arthritis gout merupakan dengan melakukan perubahan gaya hidup menjadi lebih sehat. Dengan meningkatkan konsumsi makanan dengan nutrisi seimbang dan berserat tinggi. Jangan lupa pula untuk mengonsumsi air putih dan cukup dan rajinlah berolahraga adapun juga solusi bagi penderita gout arthritis yaitu menghindari konsumsi makanan tinggi purin seperti jeroan, daging merah, *seafood*, kacang-kacangan, alkohol (Yulianingsih, 2022).

Salah satu penyebab meningkatnya penyakit *gout arthritis* adalah gaya hidup tidak sehat dan pola makan yang tidak teratur dan makanan yang tidak sehat, padahal dalam Al-Quran surat Taha ayat 81, Allah Swt. mengisyaratkan kepada hambanya agar makan dengan makanan yang baik dan sehat, Allah berfirman:

﴿كُلُوا مِنْ طَيِّبَاتِ مَا رَزَقْنَاكُمْ وَلَا تَطْغَوْا فِيهِ فَيَحِلَّ عَلَيْكُمْ غَضَبِي وَمَنْ يَحِلَّ عَلَيْهِ غَضَبِي فَقَدْ هَوَىٰ﴾

"Makanlah sebagian yang baik-baik dari rezeki yang telah Kami anugerahkan kepadamu. Janganlah melampaui batas yang menyebabkan kemurkaan-Ku

akan menimpamu. Siapa yang ditimpa kemurkaan-Ku, maka sungguh binasalah dia." (QS. Taha : 81).

Ayat di atas memberikan isyarat akan perintah Allah kepada hambanya untuk mengkonsumsi makanan dan minuman dengan cara tidak berlebihan yang akan berdampak buruk pada kesehatan. Tetapi makan dan minumlah makanan yang sehat dan secukupnya. Hal ini pun dikuatkan oleh Rasulullah Saw. dalam haditsnya:

عَنْ يَحْيَى بْنِ جَابِرِ الطَّائِيِّ، عَنْ مِقْدَامِ بْنِ مَعْدِيكَرِبٍ، قَالَ سَمِعْتُ رَسُولَ اللَّهِ صَلَّى اللَّهُ عَلَيْهِ وَسَلَّمَ يَقُولُ " مَا مَلَأَ أَدَمِيَّ وَعَاءً شَرًّا مِنْ بَطْنٍ بِحَسْبِ ابْنِ آدَمَ أَكَلَاتُ يُقَمِّنُ صَلْبَهُ فَإِنْ كَانَ لَا مَحَالَةَ فَتَلْتُ لِطَعَامِهِ وَتَلْتُ لِشَرَابِهِ وَتَلْتُ لِنَفْسِهِ " (رواه الترمذي: 2380)

Dari Yahya bin Jabir At-Thai'iy, dari Miqdam bin Ma'dikariba berkata bahwasanya Rasulullah Saw. Bersabd: *"Tidaklah seorang anak Adam mengisi sesuatu yang lebih buruk dari perutnya, cukuplah bagi anak Adam beberapa suap untuk menegakkan tulang punggungnya, dan jika dia harus mengerjakannya maka hendaklah dia membagi sepertiga untuk makanannya, sepertiga untuk minumannya dan sepertiga untuk nafasnya"*. (HR. At-Tirmidzi: 2380)

Ayat diatas menjelaskan bahwa janganlah kita melampaui batas yang dibutuhkan oleh tubuh dan jangan pula melampaui batas-batas makanan yang dihalalkan . karena apabila kita berlebihan dalam makan dan minum akan membuat kita tidak sanggup (sakit) dan tidak dapat memenuhi kewajibanNya. Allah SWT tidak menyukai sikap berlebih-lebihan termasuk dalam makan dan minum, karena berlebihan akan merusak organ pencernaan makanan yang

berada di dalam perut, yaitu lambung. Seseorang yang memasukan suapan makanan ke mulutnya sampai penuh hingga sulit untuk bernapas dan juga memenuhi lambungnya dengan makanan, maka akan terjadi sesuatu yang tidak wajar di dalam perut.

Pentingnya Makanan Halal dan Baik. Islam adalah agama yang mengatur segala aspek kehidupan umat manusia salah satunya mengenai makanan. Makanan yang halal dan baik diatur secara jelas oleh Allah SWT, salah satunya melalui firman-Nya dalam surah Al Baqarah ayat 168.

يَا أَيُّهَا النَّاسُ كُلُوا مِمَّا فِي الْأَرْضِ حَلَالًا طَيِّبًا وَلَا تَتَّبِعُوا خُطُوَاتِ الشَّيْطَانِ إِنَّهُ لَكُمْ عَدُوٌّ مُبِينٌ

” Wahai manusia! Makanlah dari (makanan) yang halal dan baik yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah setan. Sungguh, setan itu musuh yang nyata bagimu..” (QS: Al Baqarah ayat 168)

Menurut peneliti Nurhayati (2018), Asam Urat berhubungan erat dengan gangguan metabolisme purin yang memicu peningkatan kadar asam urat dalam darah asam urat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang memiliki pola makan kurang baik sebanyak 91,1% dan pola makan yang baik sebanyak 8,8%. Kesimpulan penelitian ini adalah ada hubungan pola makan dengan terjadinya penyakit gout (asam urat) di Desa Limran Kelurahan Pantoloan Boya Kecamatan Tawaeli (Febrianti, 2019)

Hasil penelitian mengungkapkan bahwa terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian asam urat di wilayah kerja Puskesmas Bangkinang Kota. Proses metabolisme yang abnormal dapat menyebabkan produksi asam urat meningkat karena pola makan yang buruk dengan mengkonsumsi makanan tinggi purin (Fitriani, 2021).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya didapatkan data pasien yang mengalami nyeri sendi selama tahun 2023 dari bulan Januari-November sebanyak 1.272. Hasil wawancara dengan 10 responden di dapatkan 4 diantaranya tidak mengetahui tentang penyakit gout arthritis Berdasarkan fenomena tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul hubungan pola makan dengan angka kejadian gout arthritis di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya.

B. Rumusan Masalah

Pola makan dengan kejadian gout arthritis dengan perkataan lain semakin rutin mengkonsumsi makanan yang mengandung kadar tinggi purin maka semakin meningkat kadar asam urat. Dampak apabila pola makan tidak diubah, maka kadar asam urat dalam darah yang berlebihan akan menimbulkan kristal asam urat, mengakibatkan pada gangguan fungsi ginjal, menurunkan rentang gerak tubuh. Solusi bagi penderita gout arthritis yaitu menghindari konsumsi makanan tinggi purin (jeroan, daging merah, *seafood*, kacang - kacangan, alkohol). Namun terkait dengan penyakit gout arthritis di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya belum banyak diteliti maka dengan demikian

adakah hubungan pola makan dengan kejadian gout arthritis di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketuinya hubungan pola makan dengan kejadian gout arthritis di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya 2024

2. Tujuan Khusus

a. Diketuinya hubungan pola makan (Frekuensi Makan) dengan kejadian Gout Arthritis di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya 2024

b. Diketuinya hubungan pola makan (Jenis Makanan) dengan kejadian *Gout Arthritis* gout arthritis di Puskesmas Tamansari Kota Tasikmalaya 2024

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Responden

Hasil penelitian ini menambah pengetahuan sehingga dapat dijadikan acuan dalam menjaga kesehatan melalui pola makan yang baik untuk mencegah terkena asam urat sejak dini

2. Bagi Profesi Perawat

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan masukan bagi perawat saat akan melakukan intervensi asuhan keperawatan baik di pelayanan maupun di masyarakat terutama untuk pendidikan kesehatan tentang asam urat

3. Bagi FIKes Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan dalam berbagai

kegiatan baik pengajaran, penelitian maupun pengabdian kepada masyarakat tentang pengetahuan tentang asam urat

4. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini sebagai pengalaman nyata dan menambah wawasan dalam mengaplikasikan teori terutama penelitian di lapangan.

5. Bagi Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini menjadi data awal untuk penelitian yang lebih luas lagi dengan metode dan analisis data yang berbeda.

