

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gout arthritis atau asam urat merupakan salah satu penyakit metabolik (*metabolic syndrom*) yang terkait dengan pola makan diet tinggi purin dan minuman beralkohol. Penyakit arthritis gout dapat mengganggu kualitas hidup penderitanya (Paramaiswari, 2019). *Gout arthritis* pada umumnya disebabkan oleh kristal monohidrat monosodium urat yang menumpuk di persendian sehingga menyebabkan peradangan dan rasa sakit yang hebat. Kristal ini dapat terbentuk ketika tubuh memiliki kadar asam urat yang tinggi karena peningkatan memecah purin (Anungrah, 2023).

Penyakit gout arthritis terjadi ketika cairan tubuh sangat jenuh akan asam urat karena kadarnya yang tinggi. *Gout arthritis* di tandai dengan serangan berulang dari arthritis (peradangan sendi) yang akut, kadang-kadang disertai pembentukan kristal natrium urat besar yang dinamakan tophus, deformitas atau kerusakan sendi (Syarif et al., 2021). Gejala yang khas pada arthritis gout adalah adanya keluhan nyeri, bengkak, dan terdapat tanda-tanda inflamasi pada sendi metatarsal-phalangeal ibu jari kaki (atau yang disebut dengan podagra). *Gout arthritis* fase akut menyebabkan morbiditas yang tinggi, namun apabila diterapi segera setelah munculnya gejala dapat menghasilkan prognosis yang baik (Wiraputra & Putra, 2019).

Gout arthritis inflamasi yang paling umum di seluruh dunia, dengan kejadian 0,6 hingga 2,9 per 1.000 orang-tahun dan prevalensi berkisar antara <

1 hingga 6,8% (Wen et al., 2022). Berdasarkan *Global Health Data Exchange* (GHDx) dan dari database *World Health Organization* (WHO) tentang kasus *gout arthritis* ditemukan sebanyak 7,44 juta kasus asam urat telah diperkirakan di seluruh dunia pada tahun 2017 dengan prevalensi 41,22 juta kasus (0,54%), dan menyebabkan 1,28 juta kematian (0,051% dari semua kematian). Insiden *gout arthritis* dan kehilangan kesehatan meningkat selama 25 tahun terakhir dan kejadian ini lebih tinggi pada pria dibandingkan wanita. Estimasi kematian *gout arthritis* dapat meningkat sebesar 55% pada tahun 2060 (Mattiuzzi & Lippi, 2020).

Berdasarkan data WHO dalam *Non- Communicable Disease Country Profile* di Indonesia prevalensi penyakit asam urat pada usia 55-64 tahun berkisar pada 45%, dan pada usia 65-74 tahun berkisar pada 51,9%, serta usia >75 tahun berkisar pada 54,8% (WHO, 2018). Menurut RISKESDAS 2018, angka kejadian penyakit sendi mencapai 11,9% dari total penduduk di Indonesia. Prevalensi berdasarkan umur yang didiagnosis dokter lebih tinggi pada perempuan (8.5%) dibanding laki-laki (6.1%). Sedangkan prevalensi *gout arthritis* di Jawa Tengah tahun 2018 mencapai 7%. Prevalensi penyakit sendi yang didiagnosis dokter pada penduduk umur 15 tahun di Kabupaten Cilacap sebesar 5,54% (Kemenkes RI, 2018a).

Penyakit asam urat (*gout arthritis*) merupakan salah satu penyakit degeneratif yang memiliki prevalensi meningkat seiring dengan bertambahnya usia seseorang (Yusantari, 2022). Penyakit *gout arthritis* muncul karena orang terlalu banyak mengonsumsi makanan dan minuman yang mengandung purin, antara lain teh, kopi, jeroan (babat, limpa, usus dan sebagainya), jika melebihi

mengonsumsi makanan yang mengandung purin maka kadar gout dalam tubuh akan tinggi (Afnuhazi, 2019).

Pola makan yang mengandung purin secara berlebihan adalah faktor yang menyebabkan masyarakat akan mengalami asam urat. Hal ini masih kurang disadari masyarakat tentang konsumsi purin yang berlebih dapat meningkatkan kadar asam urat dalam darah dengan kurang memperhatikan pola makan yang mengandung purin meliputi frekuensi makan, jenis makanan, dan jumlah makanan (Dungga, 2022). Gout arthritis berhubungan erat dengan gangguan metabolisme purin yang memicu peningkatan asam urat dalam darah (hiperurisemia) yaitu jika kadar asam urat dalam darah lebih dari 7,5 mg/dl (Syarif et al., 2021). Riset yang dilakukan oleh Syarifuddin et al. (2019) menyatakan bahwa terdapat korelasi yang signifikan antara pola makan dan kadar asam urat ($p = 0,018$).

Faktor lain yang dapat menyebabkan terjadinya penyakit Gout arthritis adalah aktivitas yang berat. Aktivitas yang dilakukan oleh manusia erat kaitannya dengan kadar asam urat dalam darah. Beberapa pendapat menyatakan bahwa aktivitas yang berat dapat memperberat penyakit gout arthritis yang ditandai dengan peningkatan kadar asam urat dalam darah (Syarifuddin et al., 2019). Riset yang dilakukan oleh Yusantari (2022) menyatakan bahwa aktivitas fisik lansia dengan gout arthritis yaitu dari 94 responden mayoritas memiliki aktivitas fisik yang baik sebanyak 90 orang (95,7%) dan aktivitas fisik kurang sebanyak 4 orang (4,3%).

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 (Syarif et al., 2021).

Berdasarkan hasil survey pendahuluan yang peneliti lakukan di Pratek Mandiri Umi Desa Jetis Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap pada tanggal 2 Agustus 2023 terhadap 10 penderita Gout arthritis didapatkan dari 10 responden (6 perempuan dan 4 laki-laki) dengan usia 45-65 tahun. Tingkat pendidikan responden didapatkan 3 orang tidak tamat sekolah dasar dan 5 orang lulus SD dan 2 orang lulus SMP. Berdasarkan asumsi peneliti tingkat pendidikan akan berkorelasi dengan pekerjaan yang membutuhkan aktivitas yang berat seperti sebagai petani, buruh dan sebagainya. Hasil wawancara menggunakan kuesioner pengukuran pola makan meliputi frekuensi dan jumlah makanan didapatkan semua responden memiliki frekuensi makanan yang banyak dengan sering mengkonsumsi bahan utama yang mengandung purin tinggi dan sudah menjadi kebiasaan responden itu sendiri sebagai pengganti lauk, yaitu tahu tempe serta kangkung yang mengandung purin merupakan makanan favorit responden dengan frekuensi dan jumlah makanan yang banyak. Aktivitas fisik yang dilakukan sehari-hari oleh responden menyatakan bahwa semua responden m

Berdasarkan latar belakang dan penelitian sebelumnya dan fenomena di atas maka maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pola Makan dan Aktivitas fisik dengan *Gout Atrithis* di Pratek

Mandiri Umi Desa Jetis Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap Tahun 2023”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan *gout atrithis* di Pratek Mandiri Umi Desa Jetis Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap tahun 2023?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan pola makan dan aktivitas fisik pasien dengan *gout atrithis* di Pratek Mandiri Umi Desa Jetis Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap tahun 2023.

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Mendeskripsikan pola makan pasien *gout atrithis* di Pratek Mandiri Umi Desa Jetis Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap tahun 2023.
- b. Mendeskripsikan aktivitas fisik pasien *gout atrithis* di Pratek Mandiri Umi Desa Jetis Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap tahun 2023.
- c. Menganalisis hubungan pola makan dengan *gout atrithis* di Pratek Mandiri Umi Desa Jetis Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap tahun 2023.

- d. Menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan *gout atrithis* di Pratek Mandiri Umi Desa Jetis Kecamatan Nusawungu Kabupaten Cilacap tahun 2023.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian dapat menambah khasanah pustaka khususnya tentang hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan *gout atrithis* dan dapat sebagai bahan kajian bagi peneliti lainnya.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi Universitas Al - Irsyad Cilacap

Memberikan masukan dan informasi bagi pembaca untuk pengembangan ilmu khususnya tentang hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan *gout atrithis*.

- b. Bagi Puskesmas

Penelitian ini dapat sebagai acuan atau pedoman bagi Puskesmas dalam memberikan asuhan keperawatan terkait pola makan dan aktivitas fisik dengan *gout atrithis*.

- c. Bagi perawat

Penelitian ini dapat sebagai bahan masukan dan informasi tentang hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan *gout atrithis* yang nantinya dapat diaplikasikan dalam melakukan asuhan keperawatan keluarga.

d. Bagi peneliti lain

Penelitian ini dapat sebagai referensi bagi peneliti lain dan dapat sebagai perbandingan hasil penelitian.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian yang terkait dengan penelitian yang dilakukan penulis disajikan dalam Tabel 1.1 di bawah ini.

Tabel 1.1
Keaslian Penelitian

Peneliti, Tahun dan Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan dan Persamaan penelitian
Dungga (2022), Pola Makan dan Hubungannya Terhadap Kadar Asam Urat	Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pola makan terhadap kadar asam urat di Wilayah Kerja Puskesmas Telaga Kabupaten Gorontalo. Desain penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan rancangan Cross Sectional, Tehnik sampling yang digunakan adalah Purposive sampling dengan jumlah sampel 60 responden. Pengumpulan data menggunakan kuisioner dan lembar observasi. Diuji dengan menggunakan analisis Chi-square	Terdapat hubungan antara pola makan dengan kadar asam urat (p-Value = 0,023).	Persamaan : 1. Variabel penelitian menggunakan pola makan 2. Desain penelitian menggunakan penelitian kuantitatif cross sectional. Perbedaan : 1. Peneliti menambahkan variabel aktivitas fisik 2. Variabel terikat peneliti menggunakan <i>gout atrithis</i>
Yusantari (2022), Gambaran Aktivitas Fisik pada Lansia dengan <i>Gout Arthritis</i> di Wilayah Kerja Puskesmas Abang II	Penelitian bertujuan untuk mengetahui gambaran aktivitas fisik pada lansia dengan gout arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Abang II. Metode : Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan cross sectional yang melibatkan 94 sampel berupa lansia yang mengalami gout arthritis yang diambil dengan tehnik consecutive	Aktivitas fisik lansia dengan gout arthritis yaitu dari 94 responden mayoritas memiliki aktivitas fisik yang baik sebanyak 90 orang (95,7%) dan aktivitas fisik kurang sebanyak 4 orang (4,3%).	Persamaan : 1. Variabel penelitian menggunakan aktivitas fisik 2. Desain penelitian menggunakan penelitian kuantitatif cross sectional. 3. Sampel penelitian menggunakan <i>gout atrithis</i> .

Peneliti, Tahun dan Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan dan Persamaan penelitian
	sampling. Instrumen menggunakan lembar kuesioner aktivitas fisik dan data diolah menggunakan statistic deskriptif.		Perbedaan : 1. Peneliti menambahkan variabel aktivitas fisik 2. Peneliti menggunakan variabel terikat yaitu <i>Gout Arthritis</i> 3. Analisis data menggunakan analisis univariat.



