

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses menua merupakan proses berkurangnya daya tahan tubuh dalam menghadapi rangsangan dari dalam maupun luar tubuh. Pada masa ini, sedikit demi sedikit seseorang akan mengalami kemunduran fisiologis, psikologis, dan sosial, dimana perubahan ini akan berpengaruh terhadap seluruh aspek kehidupan termasuk pada aspek kesehatan. Pesatnya peningkatan penduduk tua atau lanjut usia merupakan dampak dari peningkatan usia harapan hidup sehingga membawa konsekuensi bertambahnya jumlah dan persentase penduduk usia lanjut. Keberadaan penduduk lansia tersebar baik di perkotaan maupun perdesaan, dimana lansia yang tinggal di perkotaan lebih tinggi dari perdesaan (52,80 persen berbanding 47,20 persen). Adapun persentase lansia di Indonesia didominasi oleh lansia muda (kelompok umur 60-69 tahun) yang persentasenya mencapai 63,82 persen, sisanya adalah lansia madya (kelompok umur 70-79 tahun) sebesar 27,68 persen dan lansia tua (kelompok umur 80+ tahun) sebesar 8,50 persen (Badan Pusat Statistik, 2019).

Lanjut usia (lansia) merupakan suatu kondisi dimana manusia akan kehilangan daya imunitasnya terhadap infeksi yang berakibat menurunnya fungsi jaringan otot hingga fungsi organ tubuh seperti jantung, hati, otak, dan ginjal. Selanjutnya menurut data Riskesdas 2018 dalam (Nita, 2019) menjelaskan bahwa penyakit terbanyak pada lanjut usia yaitu Diabetes Melitus 17,0%, Hipertensi 69,5%, Jantung 4,7%, dan Penyakit sendi 18,9%.

Asam urat merupakan produk akhir dari metabolisme purin. Asam urat yang beredar dalam tubuh manusia diproduksi sendiri oleh tubuh (asam urat endogen) dan berasal dari makanan (asam urat eksogen). Sekitar 80-85% asam urat diproduksi sendiri oleh tubuh, sedangkan sisanya berasal dari makanan. Kadar asam urat normal wanita dewasa 2,4-5,7 mg/dL, pria dewasa 3,4-7,0 mg/dL dan anak-anak 2,8-4,0 mg/dL (Lingga, 2012).

Menurut Junaidi 2012 dalam (Ida Untari dan Titin Wijayanti, 2017) menjelaskan bahwa penyakit gout atau *gout athritis* adalah penyakit yang disebabkan oleh tumpukan asam urat/kristal urat pada jaringan, terutama pada jaringan sendi. Gout berhubungan erat dengan gangguan metabolisme purin yang memicu peningkatan kadar asam urat dalam darah (hiperurisemia), yaitu jika kadar asam urat dalam darah lebih dari 7,5 mg/dl (Gliozzi, 2015 : Ida Untari dan Titin Wijayanti, 2017).

Menurut Ningsih 2014 dalam (Kussoy, 2019) menjelaskan bahwa pola makan yang tidak sehat yaitu dengan mengkonsumsi makanan berprotein tinggi, terutama protein hewani yang mengandung kadar purin tinggi menyebabkan kejadian hiperurisemia semakin meningkat. Mengkonsumsi makanan tinggi purin akan meningkatkan kadar asam urat dalam darah, yang merupakan predisposisi terjadinya *gout arthritis*. Kandungan purin yang tinggi terutama terdapat dalam jeroan, kerang, kepiting, dan ikan teri. Asupan purin merupakan faktor risiko paling kuat yang berhubungan dengan kejadian hiperurisemia. Kadar asam urat yang tinggi dapat disebabkan oleh konsumsi makanan dengan kandungan purin yang tinggi dan status gizi berlebih dapat menyebabkan peningkatan insidensi dari gout. Penderita gout biasanya mengeluhkan gejala nyeri yang berat, bengkak dan berlangsung cepat, lebih sering dijumpai pada ibu jari kaki untuk stadium akut dan untuk kronik didapatkan gejala ditemukannya tofi dalam jaringan telinga, pangkal jari dan ibu jari kaki (Dianati, 2015).

Menurut Gliozzi 2015 dalam (Ida Untari dan Titin Wijayanti, 2017) menyatakan bahwa hiperurisemia telah lama ditetapkan sebagai faktor etiologi utama dalam gout. Penyakit asam urat disebut arthritis gout termasuk penyakit degeneratif yang menyerang persendian, paling sering di jumpai di kalangan masyarakat terutama dialami oleh lansia. Kejadian tingginya penyakit asam urat baik itu di negara maju maupun di negara berkembang semakin meningkat terutama pada pria yang berusia 40-50 tahun. Hal ini terjadi karena pria tidak mempunyai hormon estrogen yang dapat membantu pembuangan asam urat. Sedangkan pada wanita mempunyai hormon estrogen yang dapat membantu pembuangan asam urat lewat urine. Namun setelah hormon estrogen menurun

(masa menopause) kadar asam urat pada wanita akan mengalami peningkatan (Depkes RI, 2017).

Prevalensi yang mengalami atau penderita asam urat berdasarkan umur yaitu, umur 15-24 tahun dengan diagnosis yaitu 1,2%, umur 25-34 tahun dengan diagnosis yaitu 3,1% dan umur 35-44 tahun dengan berdasarkan diagnosis yaitu 6,3%, umur 45-54 tahun berdasarkan diagnosis yaitu 11,1%, umur 55-64 tahun berdasarkan diagnosis yaitu 15,5%, umur 65-74 tahun berdasarkan diagnosis yaitu 18,6% dan umur 75 tahun atau lebih yaitu mencapai 18,9%. Masyarakat yang tinggal di pedesaan lebih banyak yang mempunyai penyakit asam urat dengan berdasarkan diagnosis yaitu 7,8% dibandingkan dengan masyarakat yang tinggal di perkotaan dengan diagnosis 6,9%, penyakit asam urat lebih banyak diderita oleh perempuan yaitu berdasarkan diagnosis 8,5% dibandingkan dengan laki-laki yaitu berdasarkan diagnosis 6,1%, hal ini disebabkan pada wanita yang usianya memasuki masa menopause. Hormon estrogen pada masa menopause mengalami penurunan sehingga tidak dapat mengekresi asam urat dalam tubuh secara optimal (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Status gizi merupakan keadaan kesehatan individu atau kelompok yang ditentukan oleh derajat keburukan fisik dan energi dan zat-zat gizi yang diperoleh dari ragam makanan yang berdampak fisiknya diukur secara antropometri dengan mengukur berat badan dan tinggi badan (Supariasa dkk, 2016). Kadar asam urat akan meningkat sejalan dengan peningkatan berat badan. Kadar asam urat pada penderita obesitas secara signifikan lebih tinggi dari pada orang dengan gizi kurang. Sebagai perbandingan prevalensi dari peningkatan kadar asam urat pada orang gizi lebih sekitar 2,98 kali lebih banyak dari orang dengan gizi kurang dan pada orang dengan obesitas didapat 5,96 kali lebih banyak dari orang dengan gizi kurang (Honggang et al, 2014).

Obesitas merupakan penilaian status gizi seseorang apabila indeks massa tubuh (IMT) di atas ambang batas normal. Penelitian yang dilakukan oleh Rau, dkk 2015 dalam (Ilmiyati, 2017) menemukan bahwa 67% responden yang memiliki kadar asam urat tinggi adalah responden yang obesitas. Hiperurisemia pada obesitas terjadi melalui resistensi hormon insulin. Tubuh

yang mengalami obesitas akan terjadi peningkatan pelepasan jumlah asam lemak bebas ke dalam sirkulasi. Masuknya asam lemak bebas yang berlebihan ini ke dalam otot mengakibatkan terjadinya resistensi insulin. Resistensi insulin, hipoksia, dan kematian sel dapat menginduksi perubahan *xhantine* dengan bantuan air dan oksigen akan berubah menjadi asam urat yang menghasilkan peroksida. Selain itu, insulin juga berperan dalam meningkatkan reabsorpsi asam urat di tubuli proksimal ginjal yang dapat menyebabkan hiperurisemia (Nasrul, 2012 : Ilmiyati 2017).

Data *World Health Organization* (WHO) memperkirakan sekitar 335 juta orang di dunia mengalami asam urat tinggi (Bobaya, 2016). Penyakit asam urat diperkirakan terjadi pada 840 orang dari setiap 100.000 orang. Prevalensi penyakit asam urat di Indonesia terjadi pada usia di bawah 34 tahun sebesar 32 % dan di atas 34 tahun sebesar 68%. Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2013, sebesar 81% penderita asam urat di Indonesia hanya 24% yang pergi ke dokter, sedangkan 71% cenderung langsung mengkonsumsi obat-obatan pereda nyeri yang dijual bebas. Angka tersebut menempatkan Indonesia sebagai negara tertinggi menderita gangguan sendi apabila dibandingkan dengan negara lain. Apabila di dalam negeri penyakit asam urat menjadi ancaman tertinggi maka dari itu untuk skala Internasional berdasarkan survei WHO, Indonesia merupakan negara terbesar di dunia yang penduduknya menderita penyakit asam urat. Berdasarkan hasil dari Riskesdas 2018, di Indonesia tahun 2018 prevalensi penyakit yang terjadi didaerah persendian berdasarkan diagnosis nakes di Indonesia yang tertinggi yaitu berada di Aceh dengan 13,3%, dan terendah yaitu di Sulawesi Barat 3,2%. Pada tahun 2018, prevalensi penyakit sendi di Lampung berada pada urutan ke-12 di Indonesia yaitu sebesar 7,2% (KEMENKES RI, 2018).

B. Rumusan Masalah

Asam urat merupakan produk akhir dari metabolisme purin. Asam urat yang menumpuk di sendi dan jaringan sekitarnya inilah yang mengakibatkan terjadinya penyakit gout. Mengonsumsi makanan tinggi purin akan meningkatkan kadar asam urat dalam darah. Selain asupan purin, status gizi

juga dapat meningkatkan kadar asam urat. Kadar asam urat pada penderita obesitas secara signifikan lebih tinggi dari pada orang dengan gizi kurang. Kadar asam urat normal pada wanita dewasa 2,4-5,7 mg/dL, pria dewasa 3,4-7,0 mg/dL dan anak-anak 2,8-4,0 mg/dL. Penyakit asam urat lebih banyak diderita oleh perempuan yaitu berdasarkan diagnosis 8,5% dibandingkan dengan laki-laki yaitu berdasarkan diagnosis 6,1%, hal ini disebabkan pada wanita yang usianya memasuki masa menopause. Hormon esterogen pada masa menopause mengalami penurunan sehingga tidak dapat mengekresi asam urat dalam tubuh secara optimal. Berdasarkan uraian tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana asupan bahan makanan sumber purin, status gizi dan kadar asam urat pada lansia.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah menelaah jurnal mengenai hubungan asupan bahan makanan sumber purin, status gizi, dan kadar asam urat pada lansia.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui hubungan antara asupan purin dengan kadar asam urat pada lansia.
- b. Diketahui hubungan antara status gizi dengan kadar asam urat pada lansia.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan bagi pembaca khususnya mahasiswa tentang asupan bahan makanan sumber purin, status gizi, dan kadar asam urat pada lansia.

2. Manfaat Aplikatif

a. Bagi Akademisi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada mahasiswa jurusan gizi mengenai asupan bahan makanan sumber purin, status gizi, dan kadar asam urat pada lansia dan menambah referensi bagi perpustakaan dalam bidang gizi klinik.

b. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah ilmu pengetahuan dan sebagai pengalaman dalam merealisasikan teori yang telah didapat dibangku kuliah, khususnya mengenai hubungan asupan bahan makanan sumber purin, status gizi, dan kadar asam urat pada lansia.

E. Ruang Lingkup

Berdasarkan hasil penelitian dari jurnal Kussoy pada tahun 2019, asupan bahan makanan sumber purin merupakan faktor risiko paling kuat yang berhubungan dengan kejadian hiperurisemia. Status gizi berlebih dapat menyebabkan peningkatan insidensi dari gout. Penyakit degeneratif yang menyerang persendian, paling sering dialami oleh lansia. Oleh karena itu, ruang lingkup penelitian ini adalah Asupan Bahan Makanan Sumber Purin, Status Gizi, dan Kadar Asam Urat pada Lansia. Variabel independen pada penelitian ini adalah asupan bahan makanan sumber purin dan status gizi, sedangkan variabel dependen dari penelitian ini adalah kadar asam urat. Penelitian ini diteliti dengan menggunakan metode *study literature* dengan analisis isi (*Content Analysis*). Kepustakaan yang dianalisis adalah hasil penelitian dalam rentang waktu 2015-2020 yang berjumlah sembilan sumber jurnal.