

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Umumnya pada metabolisme tubuh yang normal dihasilkan asam urat. Asam urat merupakan produk akhir dari katabolisme atau pemecahan purin di dalam tubuh yang kadarnya tidak boleh berlebih. Katabolisme termasuk proses metabolisme tubuh yang merombak suatu substrat kompleks menjadi molekul lebih kecil. Katabolisme purin ini membutuhkan enzim xantin oksidase yang terdapat di hati dan usus (Herliana, 2013). Asam urat merupakan hasil metabolisme akhir dari purin yaitu salah satu komponen asam nukleat yang terdapat dalam inti sel tubuh (Kussoy 2019).

Asam urat akan terakumulasi pada persendian dan jaringan lunak, sehingga akan terjadi supersaturasi asam urat dan terjadi kristalisasi asam urat menjadi kristal monosodium urat (Annita 2017). Umumnya asam urat menyerang sendi jari, tangan, tumit, kaki, siku, lutut, dan pergelangan tangan. Kadar asam urat normal wanita 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). Asam urat yang berlebih di dalam darah disebut hiperurisemia. Peningkatan kadar asam urat dalam darah bisa menyebabkan adanya penyakit radang sendi yang disebut dengan artritis gout (Jais, 2021).

Menurut Savitri (2017) biasanya asam urat terjadi pada orang yang berumur diatas 40 tahun yaitu sekitar umur 60 tahunan tetapi, belakangan ini terjadi perubahan trend terhadap usia penderita asam urat. Hal tersebut diakibatkan oleh kebiasaan pola makan dan pola hidup yang tidak sehat, saat ini banyak anak muda berumur 20 tahunan terkena asam urat. Faktor risiko yang menyebabkan orang terserang penyakit asam urat adalah usia, asupan senyawa purin berlebihan, konsumsi alkohol berlebih, kegemukan, (obesitas), kurang aktivitas fisik, hipertensi, dan penyakit jantung, obat-obatan tertentu (terutama diuretika) dan gangguan fungsi ginjal. Asupan purin merupakan faktor risiko paling kuat yang berhubungan dengan kejadian hiperurisemia (Ningsih, 2014 : Kussoy 2019).

Menurut Ramli (2020) mengenai hubungan pola makan dan asam urat, hasil penelitiannya menyatakan bahwa pola makan dapat mengakibatkan peningkatan

kadar asam urat dan keparahan asam urat terutama pada penganut diet nabati. Penganut diet nabati khusus hanya mengkonsumsi beberapa sumber makanan nabati (misalnya kacang polong kedelai tertentu produk, sayuran laut, dan sayuran brassica) yang juga mengandung muatan purin tinggi. Seseorang yang mengalami asam urat (gout arthritis) dapat disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya yaitu pola makan yang tidak terkontrol dan sering mengkonsumsi makanan yang mengandung purin tinggi, yang mengakibatkan kadar asam urat dalam darah meningkat (Songgigilan, 2019).

Kebiasaan makan adalah faktor penting yang berpengaruh kepada status kesehatan dan kemampuan fisik seseorang. Banyaknya makanan tinggi purin yang dikonsumsi akan semakin memperbesar risiko terkena asam urat. Risiko terjadinya asam urat akan bertambah bila disertai dengan pola konsumsi makan yang tidak seimbang. Seseorang bisa memiliki kadar asam urat yang tinggi meskipun tidak merasakan serangan penyakit asam urat, bila tidak ditangani hal ini dapat mengakibatkan serangan penyakit asam urat di masa mendatang hingga komplikasi (Maryaningrum, 2020). Menurut penelitian yang dilakukan Nisainda (2018) menyatakan bahwa pada penderita asam urat yang tinggi dapat menyebabkan terjadinya batu saluran kemih, karena proses presipitasi garam urat pada jaringan, sendi, ginjal, ureter, dan kandung kemih.

Prevalensi asam urat di dunia sangat bervariasi dan penelitian epidemiologi menunjukkan peningkatan kejadian asam urat, terutama di negara-negara maju yang mengkonsumsi makanan berlemak dan mengandung kadar purin yang tinggi (WHO, 2016). Menurut WHO 2018 dalam (Ndede, 2019) prevalensi gout di dunia mengalami kenaikan dengan jumlah 1.370 (33,3%). Peningkatan juga terjadi di negara berkembang, salah satunya di negara Indonesia (Kumar & Lenert, 2016). Berdasarkan hasil data Riskesdas (2018), prevalensi penyakit gout berdasarkan diagnosa tenaga kesehatan di Indonesia 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala 24,7% jika dilihat dari karakteristik umur, prevalensi tinggi pada umur ≥ 75 tahun (54,8%). Penderita wanita juga lebih banyak (8,46%) dibandingkan dengan pria (6,13%).

Menurut Blackwell 2012 dalam (Putri, 2018) menyebutkan laporan dari survei wawancara kesehatan nasional di Amerika tahun 2012 bahwa sebanyak 21%

orang dewasa menderita arthritis, rheumatoid arthritis, gout, lupus, dan *fibromyalgia*. Gout termasuk penyakit yang dapat dikendalikan walaupun tidak dapat disembuhkan, namun kalau dibiarkan saja kondisi ini dapat berkembang menjadi arthritis yang melumpuhkan (Gustomi, 2016). Apabila tidak diobati dalam jangka waktu yang lama, serangan akan lebih sering terjadi dan gejala asam urat menjadi lebih parah. Gejala asam urat yang sudah berat dapat menyebabkan perubahan bentuk di bagian-bagian tubuh yang terserang. Perubahan bentuk biasanya terjadi di pergelangan kaki, punggung, lengan, lutut, tendon belakang, dan daun telinga (Herliana, 2013)

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana hubungan konsumsi makanan tinggi purin terhadap penderita gout?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk penelusuran jurnal mengenai konsumsi makanan tinggi purin terhadap penderita gout.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui pola makan dan jumlah konsumsi asupan purin pada penderita gout.
- b. Diketahui hubungan antara konsumsi makanan tinggi purin dengan kadar asam urat pada penderita gout.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan untuk menganalisis konsumsi makanan tinggi purin terhadap penderita asam urat.

2. Manfaat Aplikatif

a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan ilmu pengetahuan serta sebagai pengalaman dalam proses pengerjaan

penelitian yang berlangsung dan merealisasikan teori yang telah didapat pada saat kuliah, khususnya mengenai hubungan konsumsi makanan tinggi purin terhadap penderita gout. Juga dapat lebih terampil dan menambah wawasan ketika menangani pasien penderita gout.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada mahasiswa jurusan gizi. Dapat menjadi bahan pembelajaran dan referensi bagi pihak tertentu yang akan melakukan penelitian lebih lanjut terhadap topik yang berkaitan dengan judul penelitian.

E. Ruang Lingkup

Ruang lingkup pada penelitian ini adalah Konsumsi Makanan Tinggi Purin Terhadap Penderita Gout. Penelitian ini diteliti dengan menggunakan metode studi kepustakaan (Library Research). Studi literatur yang digunakan adalah jurnal, skripsi, artikel ilmiah, naskah publikasi dan buku. Kepustakaan yang dianalisis berupa hasil penelitian dalam rentan waktu 2017-2022 untuk jurnal. Sedangkan studi literatur yang berupa buku dalam rentan tahun 2011-2021. Penelitian ini dilakukan pada Mei – Juni tahun 2022. Subjek yang ditargetkan dalam penelitian ini adalah penderita Gout.