

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gaya hidup di Negara maju dan kota besar dapat mempengaruhi status Kesehatan seseorang, Menurut data World Health Organization (WHO) (2015), Prevalensi gout meningkat pada kalangan orang dewasa di Inggris sebesar 3,2% dan Amerika Serikat sebesar 3,9%. Di Korea prevalensi asam urat meningkat dari 3,49% per 1000 orang pada tahun 2007 menjadi 7,58% per 1000 orang pada Tahun 2015. Data World Health Organization (2017), prevalensi gout arthritis di dunia sebanyak 34,2%. Berdasarkan hasil World Health Organization (2018), mengalami kenaikan dengan jumlah 1.370 (33,3%).(Irdiansyah et al., 2022).

Di Asia Tenggara, prevalensi hiperurisemia dan gout mencapai 13-25% dalam 10 tahun terakhir . Penderita asam urat memiliki kurva insidensi yang meningkat setiap tahunnya. Prevalensi hiperurisemia secara nasional adalah 30,3%, Bengkulu, Nanggroe Aceh Darussalam, Sumatera Barat, Jawa Barat, Jawa Timur, Papua Barat, Nusa Tenggara Barat, Nusa Tenggara Timur, Kalimantan Selatan dan Bali merupakan 11 provinsi yang angka kejadian penyakit asam uratnya tinggi (Urbaningrum et al., 2023). Prevalensi hiperurisemia di Provinsi Bali sebesar 28%, dimana prevalensi laki-laki lebih tinggi yakni sebanyak 21% dan wanita sebanyak 7%.4. (Badri, 2020)

Prevalensi penyakit asam urat di Indonesia mengalami peningkatan. Prevalensi penyakit asam urat 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 (54,8%). Penderita wanita juga lebih banyak (8,46%) dibandingkan dengan pria (6,13%) (Risikesdas, 2018).

Di Indonesia, berdasarkan data Riskesdas dalam (Listiani, 2020), prevalensi penyakit sendi termasuk artritis gout dan masalah terkait asam urat, menunjukkan angka yang signifikan di kalangan penduduk usia produktif. Hal ini merupakan tantangan kesehatan masyarakat mengingat angka kejadian penyakit berkaitan dengan gaya hidup yang dapat dimulai pada usia yang lebih muda.

Penelitian di Denpasar oleh (Indrawan et al., 2017) Terdapat hubungan yang bermakna antara konsumsi purin tinggi dengan hiperurisemia pada penduduk suku Bali di kota Denpasar. Penelitian tentang hubungan tingkat pengetahuan tentang diet rendah purin dengan kepatuhan diet yang dilakukan di Puskesmas Astambul (Wardhani, 2021) juga menemukan adanya hubungan antara pengetahuan dengan kepatuhan diet. Hasil analisis menggunakan uji Spearman Rank menunjukkan bahwa koefisien korelasi sebesar 0,976 yang berarti sangat tinggi. Dengan demikian, penelitian ini juga menunjukkan bahwa pengetahuan tentang diet berhubungan dengan kepatuhan diet pada penderita diabetes melitus. Hal ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik tentang diet tidak hanya relevan untuk pengelolaan hiperurisemia, tetapi juga kondisi kesehatan lainnya seperti diabetes melitus.

Makanan sumber purin memberikan kontribusi $\pm 50\%$ asam urat dalam darah. Sejauh ini kebiasaan makan masyarakat Bali (Hindu) faktanya sering dari sumber purin tinggi seperti makanan lawar Bali yang diolah dari daging babi, betutu ayam / itik, pepes ayam / babi, sate babi, babi guling.

Disamping itu, sumber makanan purin tinggi juga bisa berasal dari makanan cepat saji yang mulai banyak dikonsumsi oleh masyarakat Denpasar. Selama ini belum ada penelitian yang menghubungkan kebiasaan makan makanan purin tinggi dengan hiperurisemia pada penduduk suku Bali di kota Denpasar. (Indrawan et al., 2017)

Individu yang memiliki pengetahuan yang baik tentang faktor-faktor ini cenderung lebih mampu melakukan perubahan gaya hidup yang diperlukan, seperti mengubah pola makan rendah purin, mengurangi konsumsi alkohol, dan meningkatkan aktivitas fisik, yang semuanya dapat membantu dalam mengontrol kadar asam urat dalam darah. Oleh karena itu, meskipun seseorang memiliki pengetahuan yang baik tentang faktor risiko hiperurisemia, kontrol kadar asam urat dapat bervariasi dari individu ke individu.

Namun demikian, pengetahuan yang kuat tentang faktor risiko tetap menjadi fondasi penting dalam upaya pencegahan dan manajemen hiperurisemia, karena dapat membantu individu untuk membuat pilihan gaya hidup yang lebih sehat dan memperbaiki prognosis jangka panjang mereka. Edukasi tentang pola makan dan gaya hidup sehat memiliki pengaruh yang signifikan dalam menurunkan kadar asam urat pada penderita hiperurisemia.

Pola makan rendah purin, yang meliputi pengurangan konsumsi makanan tinggi purin seperti daging merah, unggas, dan makanan laut, telah terbukti efektif dalam mengurangi produksi asam urat dalam tubuh. Selain itu, peningkatan konsumsi buah-buahan, sayuran, dan sumber protein nabati seperti kacang-kacangan dapat membantu memperbaiki metabolisme asam urat. Edukasi tentang pentingnya menghindari alkohol, terutama bir dan minuman

beralkohol keras, juga berperan dalam menurunkan kadar asam urat, karena alkohol dapat mengganggu pengeluaran asam urat oleh ginjal (Zahtamal & Munir, 2019).

Penelitian oleh (Theresia Lumintang et al., 2021) menemukan bahwa edukasi tentang pola diet yang benar dapat membantu menurunkan kadar asam urat pada penderita gout arthritis. Hasil pemeriksaan post penyuluhan menunjukkan penurunan nilai kadar asam urat pada 34 penderita (87,17%) setelah penerapan pola diet yang benar. Penelitian ini juga menemukan bahwa pemeriksaan kadar asam urat pre dan post 4 minggu setelah penyuluhan diet dapat menunjukkan penurunan nilai kadar asam urat pada penderita gout arthritis.

Kepatuhan terhadap pola makan rendah purin dan pengurangan konsumsi alkohol memiliki peran penting dalam manajemen hiperurisemia. Pola makan rendah purin melibatkan pengurangan konsumsi makanan tinggi purin, seperti daging merah, unggas, makanan laut, dan makanan olahan yang mengandung purin tinggi. Dengan menghindari makanan-makanan ini, penderita hiperurisemia dapat mengurangi produksi asam urat dalam tubuh, sehingga membantu menurunkan kadar asam urat dalam darah. Selain itu, pengurangan konsumsi alkohol juga penting karena alkohol dapat mengganggu kemampuan ginjal dalam mengeluarkan asam urat, yang dapat menyebabkan penumpukan asam urat dalam tubuh dan peningkatan kadar asam urat dalam darah.

Kepatuhan terhadap pola makan rendah purin dan pengurangan konsumsi alkohol dapat memberikan manfaat yang signifikan dalam mengontrol kadar asam urat pada penderita hiperurisemia. Dengan menjaga konsistensi dalam mengikuti pola makan yang tepat dan membatasi konsumsi alkohol, penderita

hiperurisemia dapat mengurangi frekuensi serangan asam urat dan risiko komplikasi yang terkait dengan kondisi ini, seperti batu ginjal dan radang sendi. Selain itu, patuh terhadap pola makan rendah purin dan pengurangan konsumsi alkohol juga dapat membantu meningkatkan efektivitas pengobatan yang diberikan oleh dokter, sehingga mempercepat proses pemulihan dan meningkatkan kualitas hidup penderita hiperurisemia secara keseluruhan (Nathaniel et al., 2018).

Dari hasil penelitian (Annita & Handayani, 2018) didapatkan sebanyak 17,6% diet purin yang patuh dengan kadar asam urat tinggi dan sebanyak 8,3% diet purin yang tidak patuh dengan kadar asam urat rendah. Hal ini bisa disebabkan karena adanya faktor usia, jenis kelamin, tingkat pendidikan, dan faktor makanan. Selain itu, pola makan sehat juga membantu dalam menurunkan risiko faktor risiko lain yang dapat memperburuk hiperurisemia, seperti obesitas, hipertensi, dan diabetes. Kebanyakan makanan yang direkomendasikan dalam pola makan sehat juga membantu dalam menurunkan berat badan dan menjaga kesehatan jantung, yang pada gilirannya dapat membantu mengontrol kadar asam urat dalam tubuh.

Penelitian terdahulu yang dilakukan pada tahun 2024, pada bulan Januari – Desember 2023 terdapat 296 pasien hiperurisemia yang melakukan perawatan di Puskesmas 1 Denpasar Selatan.

Berdasarkan hal tersebut diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Rendah Purin Terhadap Kadar Asam Urat Darah Pada Penderita Hiperurisemia Di Puskesmas 1 Denpasar Selatan”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Rendah Purin Terhadap Kadar Asam Urat Darah Pada Penderita Hiperurisemia Di Puskesmas 1 Denpasar Selatan?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum :

Mengetahui Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Rendah Purin Terhadap Kadar Asam Urat Darah Pada Penderita Hiperurisemia Di Puskesmas 1 Denpasar Selatan

2. Tujuan Khusus :

- a. Menilai tingkat pengetahuan diet rendah purin pada penderita hiperurisemia di Puskesmas 1 Denpasar Selatan.
- b. Menentukan kepatuhan diet rendah purin pada penderita hiperurisemia di Puskesmas 1 Denpasar Selatan.
- c. Mengukur kadar asam urat darah pada penderita hiperurisemia di Puskesmas 1 Denpasar Selatan.
- d. Menganalisis tingkat pengetahuan terhadap kadar asam urat darah pada penderita hiperurisemia di Puskesmas 1 Denpasar Selatan.
- e. Menganalisis kepatuhan diet rendah purin terhadap kadar asam urat darah pada penderita hiperurisemia di Puskesmas 1 Denpasar Selatan.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Diharapkan melalui penelitian ini dapat memberikan pengetahuan bagi pengembang ilmu pengetahuan, khususnya bagi bidang Kesehatan dan para peneliti untuk dapat melanjutkan serta sebagai sumber referensi bagi peneliti lainnya yang berkaitan dengan pengetahuan, kepatuhan diet purin dan kadar asam urat darah.

2. Manfaat praktis

Seluruh tahapan serta hasil penelitian yang diperoleh dapat menambah pengetahuan, memperluas wawasan dan sekaligus memperoleh pengetahuan Mengenai Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Kepatuhan Diet Rendah Purin Terhadap Kadar Asam Urat Darah Pada Penderita Hiperurisemia Di Puskesmas 1 Denpasar Selatan. Sedangkan, bagi Masyarakat hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan kesadaran responden mengenai pentingnya pengetahuan dan kepatuhan diet rendah purin terhadap kadar asam urat pada dewasa usia produktif.