

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Memasuki era globalisasi yang ditandai dengan persaingan dalam berbagai aspek, diperlukan Sumber Daya Manusia (SDM) yang berkualitas tinggi agar mampu bersaing dengan negara lain. Kesehatan dan gizi merupakan faktor penting karena secara langsung berpengaruh terhadap kualitas SDM di suatu negara, yang digambarkan melalui pertumbuhan ekonomi, usia harapan hidup, dan tingkat pendidikan. SDM yang berkualitas tinggi hanya dapat dicapai oleh tingkat kesehatan dan status gizi yang baik (Peraturan menteri kesehatan, 2013).

Peningkatan umur harapan hidup merupakan ukuran kemajuan suatu bangsa. Dengan meningkatnya umur harapan hidup maka akan menambah jumlah lansia. Penambahan jumlah lansia akan berdampak pada pergeseran pola penyakit di masyarakat seperti timbulnya penyakit degeneratif. (Ariyasa, 2017)

Berdasarkan hasil sensus penduduk yang dilaksanakan oleh BPS tahun 2014 memperlihatkan proporsi lansia di Indonesia telah mencapai 24,24 persen . Tiga provinsi dengan proporsi lansia terbesar adalah DI Yogyakarta (13,05 %), Jawa Tengah (11,11%), Jawa Timur (10,96%), dan Bali (10,05%) (Surya, Aniek, & Budi, 2014).

Salah satu penyakit degeneratif yang paling banyak menyerang lansia adalah hiperurisemia. Hiperurisemia (peningkata kadar asam urat dalam darah) termasuk suatu penyakit degeneratif yang menyerang persendian. Hasil riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2013 menunjukkan bahwa penyakit sendi di Indonesia berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan (nakes) sebesar 11,9% dan berdasarkan gejala yang dialami penderita sebesar 24,7%, sedangkan daerah dengan diagnosis

nakes tertinggi di Provinsi Bali sebesar 19,3% dan berdasarkan gejala yang dialami penderita tertinggi yaitu di Nusa Tenggara Timur sebesar 31,1% (Risksdas. 2013).

Hiperusemia dapat terjadi karena masih banyaknya masyarakat yang kurang memperhatikan susunan hidangan yang dikonsumsinya. salah satunya adalah asupan makanan dengan tinggi purin, contoh makanan yang mengandung purin seperti daging sapi, jeroan, daging kambing, seafood, kacang-kacangan, bayam, dan kembal kol. Purin merupakan satu senyawa yang dimetabolisme dalam tubuh dan bila dikonsumsi berlebihan dapat menyebabkan peningkatan kadar asam urat. Kadar asam urat dalam darah selain disebabkan oleh asupan makanan juga dipicu oleh banyak faktor seperti faktor keturunan, konsumsi alcohol, obesitas, dan aktivitas fisik. (Suiraoaka, 2012)

Berdasarkan hasil penelitian Dewi Kusumawati, dan kawan-kawan pada masyarakat Kota Denpasar nampak bahwa pada kelompok kasus yang memiliki pola konsumsi purin tinggi (> 150mg/hari) mendekati separuhnya (43.1%), semetara pada kelompok control hanya kurang dari sepertiganya (26.2%). Hal ini berarti bahwa tingkat konsumsi purin yang lebih tinggi lebih banyak dijumpai pada mereka yang menderita hiperurisemia dibanding yang normal.

Pada umumnya, gerak badan dan aktivitas fisik menurun secara signifikan dalam jangka panjang seiring dengan meningkatnya penuaan seseorang. Proses penuaan sebenarnya terjadi secara normal pada komposisi tubuh seseorang termasuk penurunan massa tubuh, metabolisme basal, cadangan protein, dan cadangan air. Oleh karenanya lansia dianjurkan tetap melaksanakan aktifitas fisik secara normal seperti biasanya. Peningkatan aktivitas seseorang termasuk latihan sedang dapat membantu meningkatkan kebugaran pada lanjut usia serta menurunkan risiko kegemukan dan berbagai macam penyakit seperti salah satunya adalah penyakit gout atau hiperurisemia (Komnas Lansia 2010).

Berdasarkan penelitian Santiaji (2014) bahwa ada hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik terhadap kadar asam urat. Penelitian ini menjelaskan bahwa pada aktivitas fisik yang berat dapat mempengaruhi kadar asam urat. Pada saat seseorang melakukan aktivitas fisik yang berat, seseorang akan mengalami dehidrasi yang diakibatkan dari kelelahan. Kondisi ini dapat mempengaruhi dari volume urin karena ekskresi dari asam urat menurun (Quick, 2006).

Dari hasil pengamatan awal di Desa Beraban, Kediri, Tabanan masih banyaknya lansia yang memiliki kadar asam urat darah tinggi yang diketahui dari pengecekan kadar asam urat pada beberapa lansia. Selain itu, banyaknya lansia yang sering mengeluh rasa sakit serta ngilu pada bagian lutut, kaki, dan pergelangan kaki. Di Desa Beraban juga terdapat program senam lansia dimana dapat meningkatkan kebugaran fisik pada lansia .

Berdasarkan masalah yang telah diuraikan, peneliti tertarik melakukan penelitian hubungan antara asupan purin, aktivitas fisik, dan Kadar Asam Urat pada lansia di Desa Beraban, Kediri, Tabanan.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan uraian diatas dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu :

1. Apakah ada hubungan antara asupan purin dan kadar asam urat pada lansia di Desa Beraban, Kediri, Tabanan
2. Apakah ada hubungan antara aktivitas fisik dan kadar asam urat pada lansia di Desa Beraban, Kediri, Tabanan

C. Tujuan Penelitian

Adapun tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan antara asupan purin, aktivitas fisik, dan kadar asam urat pada lansia di Desa Beraban, Kediri, Tabanan

2. Tujuan khusus

- a. Mengukur jumlah asupan purin pada lansia di Desa Beraban, Kediri, Tabanan.
- b. Menghitung dan mengkategorikan aktivitas fisik pada lansia di Desa Beraban, Kediri, Tabanan.
- c. Mengukur kadar asam urat pada lansia di Desa Beraban, Kediri, Tabanan.
- d. Menganalisis hubungan asupan purin dengan kadar asam urat pada lansia di Desa Beraban, Kediri, Tabanan.
- e. Menganalisis hubungan aktivitas fisik dengan kadar asam urat pada lansia di Desa Beraban, Kediri, Tabanan.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat praktis

Para lansia dapat mengetahui secara langsung hasil pemeriksaan asam urat yang dilakukan dan memberikan informasi mengenai asam urat sehingga mampu mengubah perilaku masyarakat dalam hal memilih makanan terutama yang mengandung tinggi purin agar dapat mencegah terjadinya asam urat .

2. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dalam ilmu pengetahuan, sebagai salah satu bahan kepustakaan serta dapat dijadikan dasar penelitian lebih lanjut tentang kadar asam urat pada lansia.