

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Hiperurisemia merupakan keadaan ketika konsentrasi asam urat dalam darah berada di atas batas normal sehingga dapat meningkatkan risiko terjadinya berbagai gangguan kesehatan. Kondisi ini muncul akibat ketidakseimbangan antara produksi dan pembuangan asam urat di dalam tubuh. Asam urat sendiri merupakan produk akhir metabolisme purin, yaitu senyawa yang berasal dari proses metabolisme tubuh maupun dari makanan, seperti daging merah, jeroan, makanan laut, dan minuman yang mengandung fruktosa tinggi. Apabila kadar asam urat terus meningkat, kristal monosodium urat dapat terbentuk dan mengendap pada jaringan, terutama di sekitar persendian, sehingga memicu proses inflamasi yang disertai nyeri dan pembengkakan atau dikenal sebagai penyakit gout. Jika tidak ditangani dengan baik, hiperurisemia yang berlangsung dalam waktu lama dapat meningkatkan risiko terjadinya komplikasi, termasuk gangguan fungsi ginjal serta penyakit kardiovaskular (George *et al.*, 2023).

Penilaian kadar asam urat dilakukan dengan mengacu pada nilai rujukan yang digunakan sebagai batas normal dalam pemeriksaan laboratorium. Berdasarkan ketentuan Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, kadar asam urat normal pada laki-laki berada pada kisaran 3,5–7,2 mg/dL, sedangkan pada perempuan berkisar 2,6–6,0 mg/dL. Individu yang memiliki kadar asam urat melebihi rentang tersebut dinyatakan mengalami hiperurisemia, yaitu kondisi yang dapat meningkatkan risiko terjadinya gout maupun berbagai gangguan metabolik lainnya. Oleh sebab itu, pemeriksaan kadar asam urat secara berkala sangat dianjurkan, terutama pada kelompok pra lansia, mengingat pada usia tersebut mulai terjadi penurunan fungsi metabolisme dan perubahan fisiologis yang dapat memengaruhi proses metabolisme purin (Ying *et al.*, 2021).

Kejadian hiperurisemia terus menunjukkan peningkatan dan menjadi salah satu masalah kesehatan yang perlu mendapat perhatian, termasuk di Indonesia. Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 menunjukkan bahwa kelompok usia 45–59 tahun, yang termasuk kategori pra lansia, memiliki kecenderungan mengalami peningkatan risiko gangguan metabolik. Kondisi tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor, terutama perubahan pola makan, gaya hidup, serta penurunan fungsi metabolisme yang terjadi seiring bertambahnya usia. Perubahan tersebut dapat mengganggu metabolisme purin sehingga meningkatkan kemungkinan terjadinya hiperurisemia. Dengan demikian, pola makan menjadi salah satu faktor yang berperan penting terhadap peningkatan kadar asam urat pada kelompok pra lansia (Danve *et al.*, 2021).

Asam urat merupakan produk akhir metabolisme purin yang dibentuk melalui serangkaian reaksi biokimia di hati. Proses tersebut melibatkan enzim xantin oksidase yang mengubah hipoksantin menjadi xantin, kemudian mengoksidasinya menjadi asam urat. Dalam kondisi fisiologis, sebagian besar asam urat dikeluarkan melalui ginjal, sedangkan sisanya diekskresikan melalui saluran pencernaan. Keseimbangan antara proses pembentukan dan pembuangan asam urat berperan penting dalam mempertahankan kadar asam urat tetap normal. Apabila produksi asam urat meningkat atau kemampuan ginjal dalam mengekskresikannya menurun, maka kadar asam urat di dalam darah akan meningkat dan menyebabkan hiperurisemia. Kondisi ini dapat dipicu oleh berbagai faktor, seperti konsumsi makanan tinggi purin, obesitas, resistensi insulin, gangguan fungsi ginjal, maupun penggunaan obat diuretik. Peningkatan kadar asam urat yang berlangsung secara terus-menerus akan mendorong terbentuknya kristal monosodium urat yang mengendap pada jaringan, terutama di persendian, sehingga memicu proses inflamasi yang ditandai dengan nyeri, kemerahan, dan pembengkakan khas pada penyakit gout (George *et al.*, 2023).

Berbagai penelitian melaporkan bahwa penerapan pola makan sehat berkontribusi terhadap pengendalian kadar asam urat. Salah satu pola makan

yang banyak direkomendasikan adalah diet Mediterania, yang dikaitkan dengan perbaikan status metabolik sekaligus penurunan kadar asam urat dalam darah (Stamostergiou *et al.*, 2018). Pola makan ini mengutamakan konsumsi ikan, sayuran, buah-buahan, biji-bijian, serta sumber lemak tidak jenuh, terutama minyak zaitun. Kandungan zat gizi dan senyawa bioaktif pada makanan tersebut diketahui memiliki efek antiinflamasi dan antioksidan yang dapat membantu menjaga fungsi metabolisme tubuh. Oleh karena itu, kajian mengenai hubungan pola makan dengan kadar asam urat pada masyarakat, khususnya kelompok pra lansia di wilayah pedesaan, perlu dilakukan sebagai upaya memperoleh informasi yang dapat mendukung strategi pencegahan hiperurisemia sejak dini.

Berbagai penelitian telah mengkaji hubungan antara pola makan dan kadar asam urat serta menunjukkan bahwa kebiasaan konsumsi makanan berperan dalam terjadinya hiperurisemia. Salah satu penelitian yang dilakukan oleh (Purba dan Parinduri, 2022) melaporkan bahwa konsumsi makanan dengan kandungan purin tinggi berkaitan secara signifikan dengan peningkatan kadar asam urat. Temuan tersebut mengindikasikan bahwa pola makan merupakan faktor yang dapat memengaruhi kadar asam urat, terutama pada kelompok usia yang mulai mengalami penurunan fungsi metabolisme, seperti pra lansia. Meskipun demikian, penelitian mengenai hubungan pola makan dengan kadar asam urat pada pra lansia di Posyandu Desa Negeri Baru, Kecamatan Benua Kayong, Kabupaten Ketapang, belum pernah dilaksanakan. Perbedaan karakteristik masyarakat, kebiasaan konsumsi, dan kondisi lingkungan memungkinkan diperolehnya hasil yang berbeda dengan penelitian di daerah lain. Atas dasar pertimbangan tersebut, peneliti tertarik untuk menganalisis hubungan antara pola makan dan kadar asam urat pada pra-lansia di Posyandu Desa Negeri Baru, Kecamatan Benua Kayong, Kabupaten Ketapang.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan antara pola makan dengan kadar asam urat pada pra-lansia di Posyandu Desa Negeri Baru Kecamatan Benua Kayong Kabupaten Ketapang?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara pola makan dengan kadar asam urat pada pra lansia di Posyandu Desa Negeri Baru Kecamatan Benua Kayong Kabupaten Ketapang.

NPP. 6171052A2000001

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pola makan yang pra lansia di Posyandu Desa Negeri Baru Kecamatan Benua Kayong Kabupaten Ketapang.
- b. Mengetahui kadar asam urat pada pra lansia di Posyandu Desa Negeri Baru Kecamatan Benua Kayong Kabupaten Ketapang.
- c. Mengidentifikasi faktor-faktor yang berhubungan dengan kadar asam urat pada pra lansia di Posyandu Negeri baru Baru Kecamatan Benua Kayong Kabupaten Ketapang.
- d. Menganalisis hubungan antara pola makan dengan kadar asam urat pada pra lansia di Posyandu Negeri Baru Kecamatan Benua Kayong Kabupaten Ketapang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan, wawasan, serta pengalaman peneliti dalam menerapkan metode penelitian ilmiah, khususnya yang berkaitan dengan hubungan antara pola makan dan kadar asam urat pada kelompok pra lansia. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan sumber informasi bagi

peneliti lain yang akan mengembangkan penelitian pada topik yang sejenis.

2. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi masyarakat, khususnya kelompok pra lansia, mengenai pentingnya penerapan pola makan yang sehat dalam menjaga kadar asam urat tetap berada pada batas normal. Dengan meningkatnya pemahaman tersebut, masyarakat diharapkan mampu menerapkan kebiasaan makan yang lebih baik sebagai upaya pencegahan hiperurisemia dan menjaga kesehatan secara menyeluruh.

3. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi tenaga kesehatan, khususnya petugas Posyandu, dalam merencanakan dan melaksanakan kegiatan edukasi mengenai pentingnya pola makan sehat sebagai upaya menjaga kadar asam urat tetap dalam batas normal. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat mendukung pelaksanaan program promotif dan preventif untuk mengurangi risiko terjadinya hiperurisemia pada kelompok pra lansia.

4. Bagi Instansi Kesehatan (Posyandu/Puskesmas)

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat bagi Posyandu maupun Puskesmas sebagai bahan dalam menyusun, mengevaluasi, dan mengembangkan program promotif serta preventif terkait pencegahan hiperurisemia. Selain itu, hasil penelitian ini diharapkan dapat mendukung penyusunan kegiatan edukasi mengenai penerapan pola makan sehat sebagai upaya menjaga kadar asam urat pada kelompok pra lansia.

5. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya sumber pustaka dan menjadi bahan kajian ilmiah bagi institusi pendidikan, khususnya Program Studi Teknologi Laboratorium Medis. Hasil penelitian ini juga diharapkan dapat mendukung pengembangan ilmu pengetahuan serta

menjadi referensi dalam proses pembelajaran dan penelitian yang berkaitan dengan kesehatan laboratorium, gizi, dan pencegahan penyakit metabolik.

6. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi sebagai referensi ilmiah bagi penelitian selanjutnya yang membahas hubungan pola makan dengan kadar asam urat pada pra lansia. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar pengembangan penelitian dengan menambahkan variabel lain yang berhubungan dengan kejadian hiperurisemia sehingga diperoleh pemahaman yang lebih komprehensif mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kadar asam urat.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian Hubungan Pola Makan dengan Kadar Asam Urat Pada Pra lansia Di Posyandu Negeri Baru Kabupaten Ketapang

Penulis/Tahun	Judul	Rancangan Penelitian	Hasil/Kesimpulan
(Purba dan Parinduri, 2022)	Hubungan Pola Makan dengan Kadar Asam Urat pada Lansia di Puskesmas Medan Deli	Penelitian kuantitatif dengan desain <i>cross-sectional</i> , menggunakan kuesioner pola makan dan pemeriksaan kadar asam urat.	Terdapat hubungan signifikan antara pola makan tinggi purin dengan peningkatan kadar asam urat pada lansia.
Penulis/Tahun	Judul	Rancangan Penelitian	Hasil/Kesimpulan
(Marnata et al., 2023)	Hubungan Asupan Purin dan Cairan dengan Kadar Asam Urat pada Masyarakat Dewasa di Sumatera Barat	Desain penelitian observasional analitik dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> , pengumpulan data melalui FFQ dan pemeriksaan laboratorium.	Ditemukan hubungan yang signifikan antara asupan purin dan kurangnya konsumsi cairan dengan peningkatan kadar asam urat.

(Jung dan Park, 2025)	<i>Associations of low-carbohydrate diets patterns with the risk of hyperuricemia: a national representative cross-sectional study in Korea.</i>	Penelitian <i>cross-sectional</i> menggunakan data Korea National Health and Nutrition Examination Survey (KNHANES) 2016–2022 pada orang dewasa. Asupan diet dinilai melalui 24-hour dietary recall. <i>Hiperurisemia</i> didefinisikan sebagai kadar asam urat serum >7.0 mg/dL (pria) dan >6.0 mg/dL (wanita). Analisis menggunakan regresi logistik untuk OR dan 95% CI	Tidak terdapat hubungan/asosiasi yang signifikan antara <i>plant-rich low-carbohydrate diet score</i> dengan hiperurisemia (OR = 1,00; 95% CI = 0,87–1,16).
-----------------------	--	--	---

Berdasarkan hasil telaah terhadap penelitian terdahulu yang disajikan pada

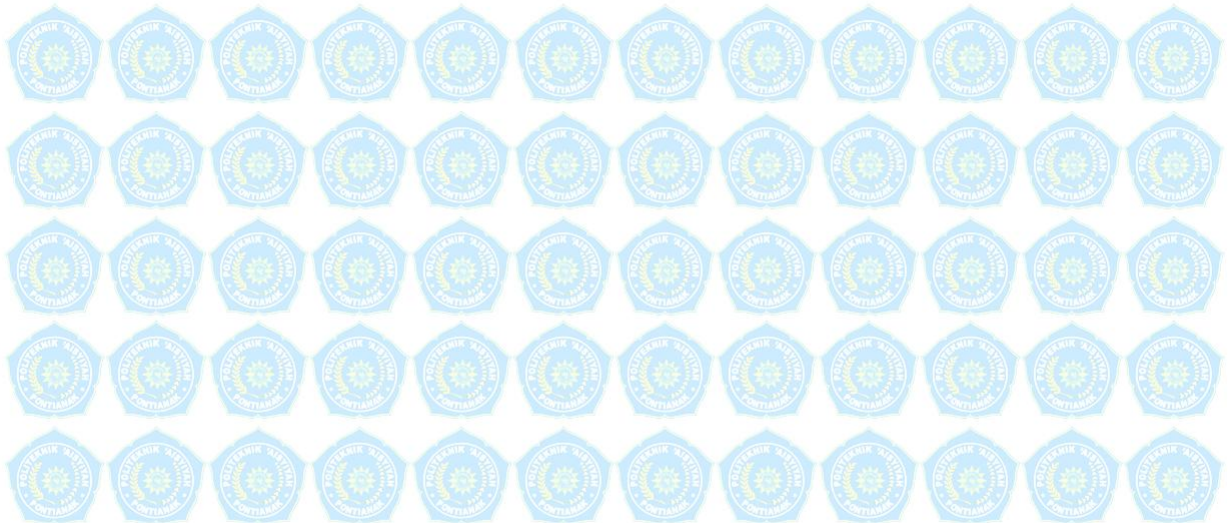
Tabel 1.1, diketahui bahwa penelitian yang akan dilakukan memiliki karakteristik yang berbeda dari penelitian-penelitian sebelumnya. Perbedaan tersebut meliputi subjek penelitian, variabel yang dikaji, lokasi penelitian, serta sumber data yang digunakan. Adapun perbedaan penelitian ini dengan penelitian terdahulu adalah sebagai berikut.

1. Penelitian yang dilakukan oleh (Purba dan Parinduri, 2022) melibatkan responden kelompok lansia di Puskesmas Medan Deli dengan menggunakan desain *cross-sectional*. Sementara itu, penelitian ini difokuskan pada kelompok pra lansia berusia 45–59 tahun yang berada di Posyandu Desa Negeri Baru, Kecamatan Benua Kayong, Kabupaten Ketapang. Dengan demikian, perbedaan penelitian terletak pada karakteristik responden dan lokasi pelaksanaan penelitian.
2. Penelitian (Marnata *et al.*, 2023) mengkaji hubungan asupan purin dan konsumsi cairan dengan kadar asam urat pada masyarakat dewasa di Sumatera Barat menggunakan *Food Frequency Questionnaire* (FFQ) dan pemeriksaan laboratorium. Berbeda dengan penelitian tersebut, penelitian ini memfokuskan kajian pada pola makan pra lansia di tingkat posyandu sehingga memiliki perbedaan pada variabel penelitian, karakteristik responden, serta lokasi penelitian.

Penelitian (Jung dan Park, 2025) memanfaatkan data survei nasional *Korea National Health and Nutrition Examination Survey* (KNHANES) untuk menganalisis hubungan low-carbohydrate diet score dengan hiperurisemia menggunakan regresi logistik. Sebaliknya, penelitian ini menggunakan data primer yang diperoleh secara langsung dari pra lansia di Posyandu Desa Negeri Baru. Oleh karena itu, penelitian ini berbeda dari penelitian sebelumnya dalam aspek sumber data, indikator pola makan yang digunakan, karakteristik responden, serta konteks sosial dan wilayah penelitian

PERPUSTAKAAN

NPP. 6171052A2000001



POLITEKNIK 'AISYIYAH PONTIANAK