

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Diet merupakan mengonsumsi makanan dan memilih makanan dengan memperhatikan komposisi makanan agar seimbang dan sesuai dengan kebutuhan tubuh. Diet dilakukan untuk mengatur konsumsi nutrisi makanan yang diasup oleh seseorang tidak berlebihan, tepat, dan seimbang (Graha, 2012). Menurut kamus gizi pelengkap kesehatan keluarga, diet memiliki arti sebagai pengaturan pola konsumsi makanan dan minuman yang dilarang, dibatasi jumlahnya, atau diperbolehkan dengan jumlah tertentu untuk tujuan terapi penyakit yang diderita maupun untuk kesehatan. Pengaturan pola makanan sangat bermanfaat bagi tubuh dalam membantu proses pertumbuhan dan perkembangan serta mencegah terjadinya berbagai penyakit akibat kurang nutrisi dalam tubuh terutama pada lansia. Masalah yang sering terjadi pada lanjut usia yaitu masalah nutrisi berlebih (obesitas) dan masalah nutrisi kurang (kurus) yang memacu timbulnya penyakit degeneratif, salah satunya adalah penyakit asam urat (Wiwi indraswari, 2017).

Menurut WHO, di kawasan Asia Tenggara populasi lansia sebesar 8% atau sekitar 142 juta jiwa. Pada tahun 2020, presentase lansia di Indonesia mencapai 9,92% atau sekitar 26,82 juta orang. Lansia di Indonesia yang tinggal di daerah perkotaan dalam keadaan malnutrisi adalah 3,4%, berat badan kurang 28,3%, berat badan lebih 6,7%, obesitas

3,4% dan berat badan ideal 42,2,% (Oktariyani, 2012). Di Indonesia, penyakit artritis menempati peringkat ke 2 dengan prevalensi umur 55-64 tahun 45%, 65-74 tahun 51,9%, dan 75 tahun keatas 54,8%. Di provinsi Jawa Timur, terdapat sekitar 16,27% lansia yang mengalami asam urat dikarenakan masalah ketidakpatuhan diet purin. Studi pendahuluan yang dilakukan di RT 12 RW 11 Kelurahan Tanjungrejo Kecamatan Sukun terdapat 20 lansia yang menderita asam urat karena ketidakpatuhan dalam menjalankan diet purin.

Kepatuhan merupakan tingkat perilaku penderita asam urat yang tertuju terhadap instruksi atau petunjuk yang diberikan dalam bentuk terapi, baik diet, latihan, pengobatan atau menepati janji pertemuan dengan Dokter (Stanley, 2014). Kepatuhan dibedakan menjadi dua yaitu kepatuhan penuh (total compliance) dimana pada kondisi ini penderita asam urat patuh secara sungguh-sungguh terhadap diet, dan penderita yang tidak patuh (non compliance) dimana dalam keadaan ini penderita tidak melakukan diet terhadap asam urat. Penyakit seperti asam urat sering kambuh apabila penderita sering mengkonsumsi makanan yang tinggi purin. Dampak meningkatnya asam urat dalam tubuh di tandai linu pada sendi, terasa sakit, nyeri, merah dan bengkak bila kondisi ini di biarkan saja, kondisi ini dapat berkembang menjadi artritis yang melumpuhkan (Charlish, 2013). Penelitian Zhang (2013) menyatakan kepatuhan diet rendah purin adalah aspek terpenting dari manajemen pengelolaan asam urat agar tidak mengalami kekambuhan.

Untuk menjaga kadar asam urat tetap stabil diperlukan asupan makanan yang baik, yaitu dengan cara menghindari makanan yang kaya purin, kurangi asupan minuman beralkohol, minum banyak air, minum susu dan jus jeruk, minum kopi, konsumsi buah ceri, seledri dan stroberi, multivitamin, turunkan berat badan dan minum vitamin C. Pengaturan pola makan merupakan metode yang sangat efektif untuk jangka panjang guna mengurangi serangan asam urat. Diharapkan para lansia yang menderita asam urat dapat menjaga pola makannya agar menjadi lebih sehat.

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana kepatuhan pola diet pada lansia penderita asam urat di RT 12 RW 11 Kelurahan Tanjungrejo Kecamatan Sukun Kota Malang?

1.3. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui kepatuhan pola diet pada lansia penderita asam urat di RT 11 RW 12 Kelurahan Tanjungrejo Kecamatan Sukun Kota Malang.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Di harapkan penelitian ini mampu mengembangkan ilmu keperawatan dasar serta dapat memberikan informasi tambahan tentang kepatuhan pola diet pada lansia penderita asam urat.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan penelitian ini memberikan masukan bagi profesi dalam mengembangkan kepatuhan pola diet pada penderita asam urat pada lansia.

2. Bagi Responden

Agar masyarakat dapat mengerti tentang pentingnya untuk mematuhi diet bagi lansia penderita asam urat sehingga mampu menjaga asupan pola makan dan terhindar dari kekambuhan.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan dan dasar untuk penelitian selanjutnya dalam permasalahan yang serupa ataupun penelitian lain yang berhubungan dengan kepatuhan pola diet penderita asam urat serta dapat menghasilkan informasi yang berguna bagi ilmu pengetahuan khususnya dalam bidang ilmu keperawatan.