

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pemenuhan gizi pada usia lanjut sangat penting diperhatikan. Perubahan fungsi tubuh memengaruhi konsumsi dan penyerapan zat gizi. Bagi lanjut usia yang mengalami gangguan gizi diperlukan untuk penyembuhan dan mencegah agar tidak terjadi komplikasi pada penyakit yang dideritanya seperti Asam urat. Masalah yang sering muncul adalah kekurangan gizi dan masalah obesitas yang ditimbulkan karena perubahan pola makan dan aktivitas setelah pensiun.

Masalah gizi lanjut usia sebagian merupakan masalah gizi kegemukan/obesitas yang memacu timbulnya penyakit degeneratif salah satunya adalah penyakit Asam urat. Resiko terjadinya Asam urat akan bertambah apabila disertai dengan pola konsumsi makan yang tidak seimbang. Kebiasaan makan adalah faktor penting yang berpengaruh kepada status kesehatan dan kemampuan fisik seorang lanjut usia. (Wiwi indraswari, 2012). Asupan makanan yang baik dapat mengontrol kadar Asam urat dalam darah. Ada banyak jenis makanan yang dapat menyebabkan kadar Asam urat dalam darah menjadi tidak normal, seperti makanan yang tinggi purin, makanan yang berprotein tinggi, serta berkonsumsi alkohol. Asupan gizi yang baik sangat diperlukan untuk membantu mengoptimalkan kesehatan dan mencegah terjadinya penyakit Asam urat. (Arisman, 2004).

Peningkatan kadar Asam urat dalam tubuh dapat mengakibatkan gangguan pada tubuh seperti perasaan linu-linu pada daerah persendian, dan disertai timbulnya rasa nyeri yang teramat sangat pada penderitanya. Umumnya Asam urat menyerang lutut, tumit, dan jempol kaki. Penyakit Asam urat merupakan salah satu penyakit yang banyak dijumpai pada laki-laki usia antara 30-40 tahun, sedangkan pada wanita umur 55-70 tahun, insiden wanita jarang kecuali setelah menopause (Tjokroprawiro, 2015).

WHO memperkirakan sekitar 355.000.000 orang akan mengidap penyakit *Gout* (Apriana et al., 2018). Angka kejadian *Gout Arthritis* juga tergolong tinggi di Indonesia. WHO mengungkapkan prevalensi pengidap *Gout Arthritis* di Indonesia mencapai 81% sehingga Indonesia masuk dalam urutan tertinggi dengan penderita *Gout Arthritis* di Asia. Di Asia Tenggara Prevalensi Hiperurisemia dan *Gout* mencapai 13-25% dalam 10 tahun terakhir (Novianti et al., 2019). Pengidap penyakit gout memiliki kurva kejadian yang naik setiap tahun. Angka kejadian nasional Hiperurisemia 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 dengan angka kejadian gout yang tinggi pada tingkat Nasional (Hastuti et al., 2018). Angka kejadian *Gout Arthritis* di Provinsi Jawa Timur yaitu lakilaki 24,3% adapun pada perempuan 11,7% (Afnuhazi, 2019). Jumlah lansia yang mengalami *Gout Arthritis* di Kabupaten Magetan tahun 2014 sebesar 23,3% dari jumlah lansia yang ada di Kabupaten Magetan (Novianti et al., 2019).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Posyandu Lansia Cindewangi dengan menjabarkan hasil studi pendahuluan kepada lansia dengan jumlah 7 lansia yang memiliki kadar Asam urat tinggi terdapat 6 lansia. Data yang di dapatkan terdapat 4 lansia mengalami *overweight*, dengan 3 lansia (50%) mengatakan bahwa dirinya sering mengonsumsi makanan tinggi lemak dengan tidak diimbangi aktivitas fisik yang seimbang, 1 lansia (17%) mengatakan bahwa mengalami *overweight* karena faktor genetik, dan 2 lansia (33%) dinyatakan status gizi tidak terganggu atau masih dalam batas normal.

Lansia dengan status gizi *overweight* berisiko mengalami peningkatan kadar Asam urat dibandingkan lansia dengan status gizi normal. Beberapa penelitian telah dilakukan untuk mengetahui apakah status gizi *overweight* menjadi faktor resiko terjadinya hiperurisemia. Penelitian pada pasien dengan status gizi *overweight* pada rentang usia 60 tahun ke atas ditemukan mengalami hiperurisemia 2 kali lebih tinggi. Oleh karena itu, perlu dilakukan pemantauan status gizi pada lansia secara berkesinambungan menggunakan parameter yang tepat.

Terdapat beberapa penatalaksanaan untuk mengontrol kadar Asam urat dalam darah pada lansia dapat dilakukan antara lain melalui perbaikan pola konsumsi makanan, perbaikan dan perilaku sadar gizi, peningkatan akses dan mutu pelayanan gizi dan kesehatan sesuai dengan kemajuan ilmu dan teknologi. Penelitian ini diharapkan menjadi media informasi yaitu penyuluhan tentang status gizi bagi kesehatan khususnya lansia penderita

Asam urat di Posyandu Lansia Cindewangi sehingga tau akan pentingnya menjaga status gizi dan kesehatannya.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran Status Gizi pada lansia pada penderita Asam urat di Posyandu Lansia Cindewangi?

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran status gizi lansia pada penderita Asam urat di Posyandu Lansia Cindewangi.

1.4 Manfaat Penelitian

Penelitian yang dilakukan oleh penelitian mempunyai beberapa antara lain:

1. Bagi Masyarakat

Untuk memberikan pengetahuan kepada masyarakat terutama lansia agar dapat lebih memperhatikan kesehatannya serta untuk melakukan pencegahan lebih dini agar tidak mengalami masalah-masalah kesehatan lainnya.

2. Bagi Instansi Kesehatan

Untuk menambah pengetahuan bagi peserta didik atau para mahasiswa tentang penyakit Asam urat dan juga untuk mengetahui bagaimana status gizi terhadap lansia dengan kadar Asam urat dalam darah, sehingga dapat digunakan sebagai data dasar dan sebagai acuan dalam penelitian lanjutan mengenai Asam urat.

3. Bagi Peneliti

Untuk menambah pengetahuan penelitian dan mengaplikasikan ilmu yang telah di dapat pada saat perkuliahan serta merupakan syarat tugas akhir mahasiswa untuk lulus.



