

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit gout arthritis atau dikenal sebagai asam urat merupakan suatu penyakit yang disebabkan oleh penimbunan kristal monosium dalam tubuh. Gout adalah hasil metabolisme dari purin yang merupakan salah satu komponen asam nukleat yang ada dalam inti sel tubuh. penambahan kadar asam urat ini dapat menyebabkan gangguan pada salah satu tubuh manusia yaitu nyeri di bagian persendian dan di sertai dengan nyeri yang tersa bagi penderitanya. terjadinya penumpukan kristal di area yang di sebabkan meningkatnya kadar asam urat didalam tubuh. makanan kandungan purinya dapat meningkatkan asam urat dalam darah antara 0,5 – 0,75 g/ml purin yang dikonsumsi. Konsumsi minyak dan lemak seperti makanan yaitu gorengan, santan, margarin, atau mentega dan buah-buahan yang mengandung lemak tinggi. dan durian/ alpukat dapat terpengaruh pada pengeluaran asam urat (Krisnatuti, 2007).

Penyakit asam urat disebut artritis gout termasuk degeneratif yang menyerang persendirian, paling sering dijumpai dikalangan masyarakat terutama dialami oleh lansia. Besarnya tingkat penderita asam urat di indonesia sangat pesat terutama pada laki-laki yang berumur sekitar 40 hingga 50 tahun. Dikarenakan seorang laki-laki tidak memiliki hormon estrogen sehingga dapat membantu pembuangan asam urat, sedangkan perempuan yaitu memiliki hormon estrogen yang dapat membantu

pembuangan asam urat melalui urine. Tingkat penderita penyakit asam urat di negara indonesia menduduki urutan kedua setelah esteoartriti.

Menurut WHO, yaitu Indonesia adalah negara terbesar yang mengalami/menderita penyakit asam urat. Badan kesehatan dunia mendata bahwa indonesia menyebut 35% yang mengalami asam urat (Peni oktaviani,2017). Hasil riskedas 2012 mengatakan prevalensi bahwa penderita hiperurisemi di indonesia mencapai 11,9% dan di (jawa timur)mencapai 26,4% (Kemenkes RI, 2013).

Sustrani et al (2008)mengatakan penyebab yang mempengaruhi kadar asam urat didalam darah yaitu jenis kelamin, keturunan dan mengkonsumsi yang tinggi purin, dan juga konsumsi alkohol yang terlalu banyak, obesitas, gangguan ginjal yang menyebabkan terhambatnya pengeluaran purin. Penggunaan obat yang dijual bebas dapat mengakibatkan kadar asam urat.asupan purin adalah penyebab utama yang berkaitan dengan kadar asam urat didalam darah. Maka akan semakin meningkat pula zat purin didalam darah maka akan semakin meningkat pula zat purin. Yang dimana juga akan menyebabkan meningkatnya asam urat (Utami 2010)

Prevelensi asam urat di amerika berlipat ganda dalam populasiusia 40-70 tahun. Dalam kajian kedua prevelensi asam uratpada laki-laki dan perempuan dewasa di negara inggris di perkirakan sebanyak 1,4%. Dengan total lebih dari 7% pada usia pria 40-70 tahun (beyond, 2013). WHO (2011) dalam pembahasan asam urat data penyakitgangguan gout di indonesia

terdapat 81% penderita, dan hanya 24% penderita cek ke dokter. Sedangkan 71% penderita mengonsumsi obat-obatan yang dijual bebas dalam mengatasi nyeri. Hal ini menyebabkan Indonesia sebagai penderita yang paling tinggi karena menembus angka 80% terbukti di desa Karanganyar terdapat 30 penderita asam urat. Jika dibandingkan dengan negara Hongkong, Singapore, dan Malaysia (Adi, 2010).

Di Indonesia prevalensi penyakit asam urat pada usia 55-64 tahun 45%, usia 65-74 tahun 51,9% usia 75 tahun 54,8% (Riskesdes, 2013). Prevalensi penyakit kadar urat berdasarkan diagnosa tenaga kesehatan di Indonesia 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala 24,7%. Angka ini menunjukkan bahwa nyeri akibat asam urat sudah sangat mengganggu aktivitas masyarakat Indonesia (Riskesdes, 2013). Sedangkan prevalensi di Jawa Timur pada tahun 2007 sebanyak 28% dari 4.209.817 lansia menderita penyakit asam urat (Depkes RI, 2008).

Tingginya kadar asam urat dalam darah juga dapat menyebabkan gout artritis. Kondisi ini dipicu oleh meningkatnya asupan makanan yang banyak mengandung purin, dan kurangnya mengonsumsi air putih, sehingga proses pembuangannya melalui ginjal menurun (Krisnatuti, 2006). Jika asupan dan pola makan tidak diubah maka kadar asam urat dalam darah yang berlebihan akan menimbulkan penumpukan kristal asam urat yang menyebabkan penyakit asam urat (gout) (Misnadiarly, 2007). Asam urat banyak dialami oleh golongan usia produktif (Krisnatuti, 2006). Faktor-faktor yang mempengaruhi penyakit asam urat adalah umur, jenis, kelamin,

genetik, obesitas, cedera sendi, pekerjaan dan olahraga (Rabes,2009). Asam urat dapat mengganggu aktivitas dalam beraktifitas akibat nyeri sendi, selain itu juga dapat menyebabkan resiko komplikasi yang tinggi seperti nefropati asam urat akut, dan hipertensi. Berdasarkan berbagai dampak yang ditimbulkan penyakit asam urat memerlukan penanganan yang tepat dan aman, penyakit asam urat dapat dilakukan secara farmakologis dan farmakologis.

Terapi farmakologi harus diminimalkan penggunaannya, karena obat-obatan tersebut dapat menyebabkan ketergantungan dan juga memiliki kontraindikasi, oleh sebab itu terapi secara non farmakologis dapat dilakukan dengan berbagai cara yaitu, rileksasi, meningkatkan intake cairan (Air putih), kompres hangat, diet rendah purin dengan cara mengatur pola hidup dan asupan makanan dengan mengurangi makanan yang mengandung tinggi purin seperti kacang-kacangan dan jeroan makanan bersantan, gorengan, menjaga ideal tubuh dan terus berolahraga (Krisnatuti, 2006)

Seiring bertambahnya usia seseorang maka terjadi kecenderungan menurunnya kapasitas fungsional baik pada tingkat seluler maupun pada tingkat organ yang dapat mengakibatkan terjadinya degenerasi sejalan dengan proses menua. Proses menua ini dapat berpengaruh pada perubahan fisiologis yang tidak hanya berpengaruh terhadap penampilan fisik namun juga terhadap fungsi dan tanggapannya terhadap kehidupan sehari-hari.setiap individu mengalami perubahan-perubahan tersebut secara berbeda-beda yang laju penurunannya cepat dan dramatis, serta ada juga

yang berubahnya lebih tidak bermakna, pada lanjut usia terjadi kemunduran sel-sel karena proses penuaan yang dapat berakibat pada kelemahan organ, kemunduran fisik, timbulnya berbagai macam penyakit seperti peningkatan kadar asam urat (Sustrani 2009).

Pada umumnya, serangan asam urat pertama terjadi pada satu bagian sendi dan serangan akan cepat menghilang dan serangan dapat kembali terjadi, tetapi dalam jangka waktu yang lama hingga bertahun-tahun. Serangan awal yang cepat menghilang ini membuat banyak penderita tidak menyadari telah mengalami gejala asam urat. Apabila tidak diobati dalam jangka waktu yang lama, serangan akan lebih sering terjadi dan gejala asam urat akan lebih parah. Salah satu faktor yang mempengaruhi kadar asam urat adalah aktifitas fisik. Aktifitas yang dilakukan seseorang berkaitan dengan kadar asam urat yang terdapat dalam kadar darah, aktifitas fisik seperti olahraga atau gerakan fisik akan menurunkan ekskresi asam urat dan meningkatkan produksi asam laktat dalam tubuh. Semakin berat aktifitas fisik yang dilakukan dan berlangsung jangka panjang maka semakin banyak asam laktat yang diproduksi (Rodwell, 2003).

Kebiasaan makan yang mengandung purin dapat meningkatkan asam urat dalam darah sehingga dapat menimbulkan *gout arthritis* terlalu banyak mengonsumsi yang tinggi kandungan nukleotida purinnya seperti sarden, kangkung dan bayam akan meningkatkan produksi asam urat. Sebaliknya mengurangi konsumsi makanan dengan kandungan nukleotida purin tinggi dan memperbanyak konsumsi makanan dengan kandungan

nukleotida purin rendah akan dapat mengurangi risikogout arthritis. Salah satu upaya untuk mengurangi penumpukan protein adalah terapi diet asam urat yang baik dan benar Kejadian gout arthritis dapat mengakibatkan kesulitan atau gangguan dalam bergerak maupun beraktifitas (Krisnatuti,2006).

Selama ini masyarakat penderita penyakit asam urat masih belum mengetahui bagaimana cara bertahan hidup untuk mengatasi penyakit tersebut, terkadang masyarakat hanya bisa membiarkan tanpa harus mengobati penyakit tersebut. Banyak juga masyarakat yang harus pergi ke dokter untuk berobat. tentunya penyakit asam urat ini dapat mudah diatasi tanpa harus pergi ke rumah sakit maupun ke dokter. Kebutuhan dalam mengatasi penyakit ini sangat mudah dilakukan setiap harinya. Masyarakat tidak perlu mengeluarkan banyak dana untuk bisa mengatasi penyakit tersebut, tentunya penyakit ini dapat disembuhkan dengan cara terus berendam dengan air garam. Asam urat adalah suatu sindrom klinis yang mempunyai gambaran khusus yang sering di jumpai di masyarakat, penyakit ini di sebabkan tingginya kadar asam urat di dalam darah. Serangan asam urat biasanya disertai dengan tanda-tanda radang seperti nyeri, bengkak, panas, sakit bila di gerakkan,dan kulit di atas sendi yang terkena tampak kemerahan. Dengan adanya masalah tersebut bisa dilakukan rendam air garam untuk menurunkan tingkat nyeri pada asam urat. Tujuan penelitian ini ingin mengetahui pengaruh rendam air garam terhadap penurunan tingkat nyeri pada asam urat di Desa Karanganyar.

Sebagai masyarakat hal ini banyak belum diketahui pasti, sebab cara bertahan hidup dalam mengatasi masalah penyakit asam urat sangat mudah. Tentunya pemerintah setempat khususnya Kabupaten Sumenep yang diserahkan kepada Dinas Kesehatan Sumenep perlu terus melakukan sosialisasi cara mudah untuk mengatasi penyakit asam urat yang diderita masyarakat.

Berdasarkan uraian di atas penulis tertarik mengadakan penelitian tentang kegunaan rendam air garam terhadap penyakit asam urat dengan mengangkat judul “Terapi Rendam Air Garam Untuk Menurunkan Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Desa Karanganyar”

1.2 Rumusan Masalah

Maka berdasarkan latar belakang rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :“Bagaimana pengaruh terapi rendam air garam untuk menurunkan kadar asam urat pada lansia di desa karanganyar ?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh terapi rendam air garam untuk menurunkan tingkat kadar asam urat di desa karanganyar.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi kadar asam urat sebelum terapi rendam air garam pada lansia di desa karanganyar

2. Mengidentifikasi kadar asam urat sesudah terapi rendam air garam pada lansia di desa karanganyar
3. Menganalisa pengaruh terapi rendam air garam terhadap kadar asam urat pada lansia di desa karanganyar

1.4 Manfaat Penelitian

1.5 1.4.1 Teoritis

1. Hasil ini dapat menambah kemampuan para penderita penyakit asam urat untuk dapat lebih mudah mengatasi penyakit asam urat dengan cara memanfaatkan air garam.
2. Hasil penelitian ini merupakan salah satu sumber informasi bagi penderita penyakit asam urat.
3. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan dan merupakan bahan bacaan bagi penderita asam urat.

1.4.2 Praktis

1. Sebagai penentu bahan yang baik dalam mencegah terjadinya asam urat.
2. Dapat dijadikan acuan dalam penerapan penatalaksana personal menjaga kebersihan dirinya dan lingkungannya