

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Gout Arthritis merupakan salah satu bentuk penyakit sendi yang disebabkan oleh tingginya kadar asam urat dalam tubuh, yang mengakibatkan penumpukan kristal pada persendian. Meskipun sering diasosiasikan dengan nyeri sendi, dampaknya tidak terbatas pada sistem muskuloskeletal, melainkan juga dapat memengaruhi organ tubuh lainnya. Seiring dengan perubahan pola hidup dan pola makan masyarakat, khususnya konsumsi makanan cepat saji yang tinggi purin, prevalensi *Gout Arthritis* mengalami peningkatan yang signifikan. Penyakit ini tidak hanya menimbulkan keluhan fisik seperti nyeri, bengkak, dan kaku pada sendi, tetapi juga berdampak pada kualitas hidup penderita secara keseluruhan. Dalam pengelolaannya, dukungan keluarga memiliki peran sentral, terutama dalam membantu pasien menjalani diet rendah purin dan menjaga kestabilan kondisi psikologis. Oleh karena itu, pendekatan holistik yang mencakup aspek medis, nutrisi, dan sosial menjadi penting dalam penanganan *Gout Arthritis* (Rondonuwu et al., 2018).

Perkembangan gaya hidup modern yang ditandai dengan tingginya konsumsi makanan instan telah menyebabkan pergeseran pola penyakit dari dominasi penyakit menular menjadi penyakit degeneratif dan metabolik. Salah satu contoh dari penyakit degeneratif yaitu *Gout Arthritis*, yang dimana penyakit ini terjadi akibat akumulasi kadar asam urat yang berlebihan dalam tubuh. Kondisi ini seringkali menimbulkan komplikasi serius seperti gagal ginjal, pembentukan batu ginjal, serta berbagai masalah kesehatan lainnya

yang masih menjadi isu penting di masyarakat. *Gout Arthritis* terjadi karena kristal asam urat mengendap di dalam sendi, menyebabkan peradangan pada berbagai bagian tubuh, seperti jari kaki, lutut, tumit, pergelangan tangan, jari tangan, dan siku. Gejala yang ditimbulkan antara lain pembengkakan, peradangan, rasa panas, kaku, serta nyeri hebat pada sendi, yang dapat menghambat kemampuan pasien dalam menjalani aktivitas sehari-hari (Astrilian & Yuniartika, 2024).

Berdasarkan Data WHO (2023), memperkirakan bahwa prevalensi global asam urat adalah 2,1%, mempengaruhi sekitar 150 juta orang di seluruh dunia. Prevalensi ini bervariasi secara signifikan di berbagai wilayah, dengan prevalensi tertinggi di negara-negara berkembang seperti Afrika, Asia, dan Amerika Selatan. Pengidap penyakit *Gout Arthritis* memiliki kurva kejadian yang naik setiap tahun. Berdasarkan data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi penyakit sendi di Indonesia tercatat sebesar 7,30%. Angka tertinggi ditemukan pada kelompok usia 75 tahun ke atas, yaitu sebesar 18,95%, sedangkan pada kelompok usia 15–24 tahun tercatat sebesar 1,23%. Jika dilihat berdasarkan jenis kelamin, prevalensi penyakit sendi lebih tinggi pada perempuan (8,46%) dibandingkan laki-laki (6,13%). Di Provinsi Kalimantan Tengah, prevalensi kasus penyakit sendi mencapai 7,61%, termasuk di dalamnya penyakit gout arthritis sebagai bagian dari gangguan persendian tersebut. Angka kejadian *Gout Arthritis* di Provinsi Jawa Timur yaitu laki-laki 24,3% adapun pada perempuan 11,7%. Hasil data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Magetan pada tahun 2024 penderita *Gout* sendiri berjumlah 1.621 orang, sedangkan di wilayah kerja Puskesmas Lembeyan

sendiri berjumlah 149 orang (Dinkes, 2024).

Gout Arthritis merupakan penyakit sendi yang disebabkan oleh tingginya kadar asam urat dalam darah yang melewati batas normal, dimana kadar asam urat pada pria normalnya antara 3,5-7,2 mg/dL, sedangkan pada wanita dibawah 2,6-6,0 mg/dL (Azzahra, 2016). Peningkatan kadar asam urat dalam darah lebih berisiko terjadi pada pria dibandingkan wanita, terutama pada wanita yang belum mengalami menopause. Hal ini disebabkan karena wanita yang belum mengalami menopause memiliki hormon estrogen, yang dimana keberadaan hormon estrogen pada wanita berperan dalam membantu pengeluaran asam urat melalui urin. Sedangkan, pria tidak memiliki hormon estrogen, sehingga proses pengeluaran asam urat dari dalam tubuh menjadi lebih sulit, sehingga mengakibatkan penumpukan asam urat dalam darah. Peneliti mengungkapkan bahwa tingginya kadar asam urat menimbulkan adanya penumpukan gout sehingga terjadi beberapa kondisi tertentu dalam tubuh seperti meningkatnya produksi asam urat dalam tubuh, melemahnya kemampuan ginjal dalam proses eksresi, serta intake makanan tinggi purin (Muladi & Setiawati, 2019).

Gout Arthritis disebabkan oleh kelainan metabolisme dan peningkatan kadar asam urat di atas batas normal serta menyerang anggota tubuh yang bergerak, yaitu bagian tubuh yang dihubungkan oleh persendian. Peningkatan kadar asam urat dapat menyebabkan kristal asam urat menumpuk di jaringan sendi dan ginjal. Nyeri sendi yang berulang dapat menyebabkan kerusakan dan kecacatan sendi permanen. Beberapa gejalanya antara lain nyeri sendi, nyeri pada jempol kaki, nyeri hebat di malam hari, benjolan di sekitar sendi

atau yang dikenal tofus , peradangan dan kemerahan, rasa tidak nyaman, keterbatasan gerak, serta adanya batu ginjal. Penyakit ini dapat menyebabkan gangguan pergerakan dan gangguan dalam melakukan pekerjaan maupun aktivitas sehari-hari sehingga dapat menyebabkan frustrasi dan gangguan psikososial bagi individu yang terkena dampak (Lubis & Boy, 2024).

Gout Arthritis terjadi karena banyaknya purin yang masuk ke dalam tubuh sehingga menyebabkan naiknya kadar asam urat atau penumpukan asam urat di dalam darah. Konsumsi purin merupakan peran penting dalam menentukan kadar asam urat seseorang. Diet rendah purin merupakan salah satu penatalaksanaan yang dilakukan pada penderita gout, karena kadar asam urat dalam tubuh dapat meningkat akibat tingginya konsumsi makanan yang mengandung purin. Oleh karena itu, penerapan diet rendah purin penting dilakukan, termasuk dengan mengurangi konsumsi lemak, karena lemak dapat menghambat proses pembuangan asam urat dari tubuh. Jika penderita Gout Arthritis tidak mengikuti pola makan rendah purin, maka kristal asam urat dapat menumpuk di sendi, bahkan dapat menyebar ke ginjal dan berisiko menimbulkan batu ginjal (Muladi & Setiawati, 2019).

Kepatuhan terhadap diet rendah purin menjadi langkah pencegahan utama dalam pengendalian penyakit ini. Hal ini mencakup ketaatan dalam menjalani pengobatan dan membatasi makanan tinggi purin, seperti jeroan, bayam, kangkung, dan daun melinjo, untuk membantu mengendalikan produksi asam urat dalam tubuh. Sumber purin yang dapat meningkatkan kadar asam urat darah sebesar $\pm 50\%$. Hal inilah yang menjadi dasar bahwa penderita harus patuh dalam penatalaksanaan diet rendah purin. Jika kepatuhan

terhadap diet asam urat tidak dilakukan dengan baik dan upaya pencegahan atau motivasi keluarga kurang, kadar asam dalam tubuh terus meningkat dan penderita akan mengalami nyeri sendi yang parah (Febriyanti dkk, 2020).

Pada kasus *Gouth Arthritis*, diet rendah purin merupakan salah satu penatalaksanaan yang harus dilakukan dan tentunya sangat memerlukan dukungan yang besar dari keluarga terutama mengenai gizi, status psikologis, dan stigma sosial, sehingga pasien termotivasi untuk melanjutkan pola makan melalui dukungan keluarga mengenai kepatuhan terhadap diet purin. Dukungan keluarga sangat penting untuk kepatuhan terhadap program medis. Dukungan keluarga juga mencakup dukungan internal, antara lain dukungan dari suami, istri, anak, dan saudara kandung yang membantu kesehatan keluarga. Dengan menerapkan solusi-solusi ini dan memanfaatkan dukungan keluarga secara efektif, diharapkan kepatuhan terhadap diet rendah purin dapat meningkat, sehingga membantu penderita gout arthritis dalam mengelola kondisi mereka dengan lebih baik (Rondonuwu et al., 2018).

Islam mengajarkan prinsip-prinsip hidup seimbang dan tidak berlebihan dalam hal makanan dan minuman. Allah SWT berfirman dalam Al-Qur'an: "Dan makan dan minumlah, tetapi jangan berlebihan. Sesungguhnya Allah tidak menyukai orang-orang yang berlebihan." (QS. Al-A'raf [7]: 31).

Pada penderita *Gout Arthritis*, konsumsi makanan tinggi purin secara berlebihan dapat menyebabkan peningkatan kadar asam urat dalam darah. Oleh karena itu, mengurangi asupan purin (seperti yang terdapat pada daging merah, jeroan, makanan laut, alkohol, dll) merupakan langkah bijak dan sejalan dengan prinsip Islam untuk tidak makan berlebihan. Makanan yang baik dan

sehat menunjang kesehatan tubuh. Diet rendah purin yang berfokus pada makanan seperti sayuran, buah-buahan, biji-bijian, dan produk susu rendah lemak merupakan contoh pola makan yang dianggap baik karena mendukung kesehatan fisik. Rasulullah SAW juga mengajarkan untuk mencegah penyakit dan menjaga kesehatan tubuh. Beliau bersabda dalam sebuah hadits: “Dua nikmat yang banyak orang rugikan adalah kesehatan dan waktu luang” (Hadits Riwayat Bukhari). Dengan mengikuti pola makan yang sehat seperti diet rendah purin seseorang dapat menghindari komplikasi atau serangan gout yang menyakitkan, sehingga menjaga nikmat kesehatan yang Allah berikan.

1.2.Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan dukungan keluarga dengan kepetuhan diet rendah purin pada penderita *Gout Arthritis* di wilayah kerja Puskesmas Lembeyan Kabupaten Magetan?

1.3.Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Menganalisis Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepetuhan Diet Rendah Purin Pada Penderita *Gout Arthritis* Di Wilayah Kerja Puskesmas Lembeyan Kabupaten Magetan.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi dukungan keluarga pada penderita *Gout Arthritis* di wilayah kerja Puskesmas Lembeyan Kabupaten Magetan.

2. Mengidentifikasi kepatuhan diet rendah purin pada penderita *Gout Arthritis* di wilayah kerja Puskesmas Lembeyan Kabupaten Magetan.
3. Menganalisis hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah purin pada penderita *Gout Arthritis* di wilayah kerja Puskesmas Lembeyan Kabupaten Magetan.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat memberikan pengalaman dan pembelajaran bagi peneliti khususnya dalam hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah purin pada penderita *Gout Arthritis* di wilayah kerja Puskesmas Lembeyan Kabupaten Magetan.

1.4.2. Manfaat Praktis

1. Bagi Responden

Dengan penelitian ini diharapkan responden dapat memperbaiki kepatuhan diet rendah purin dengan cara meningkatkan dukungan keluarga, dimana mereka sangat menyadari kemampuan untuk mengatur diri dalam pola makan dan asupan makanan yang sesuai untuknya.

2. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber data yang baru dan memberikan perkembangan ilmu pengetahuan dan penelitian dibidang Kesehatan maupun referensi kepustakaan bagi peneliti selanjutnya tentang hubungan dukungan keluarga

dengan kepatuhan diet rendah purin pada penderita *Gout Arthritis* di wilayah kerja Puskesmas Lembeyan Kabupaten Magetan.

3. Bagi Tempat Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan informasi untuk meningkatkan derajat Kesehatan Masyarakat mengenai hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah purin pada penderita *Gout Arthritis* di wilayah kerja Puskesmas Lembeyan Kabupaten Magetan.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan masukan maupun pedoman bagi peneliti selanjutnya yang berhubungan dengan hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan diet rendah purin pada penderita *Gout Arthritis* di wilayah kerja Puskesmas Lembeyan Kabupaten Magetan.

1.5. Keaslian Penelitian

1. (Muladi & Setiawati, 2019) : Hubungan Diet Rendah Purin Dengan Kadar Asam Urat Pada Penderita Gout. Desain penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan jumlah sampel sebanyak 55 responden yang diambil dengan menggunakan metode *purposive sampling*. Uji statistik yang digunakan adalah *Uji Wilcoxon Signed Rank*. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa rerata kadar asam urat pada pre test adalah 7.80 dan pada post test adalah 7.32, dengan nilai *p value* = .000. Persamaan dalam penelitian ini adalah menggunakan

teknik *purposive sampling*. Sedangkan perbedaan pada penelitian ini yaitu pada variabel independen penelitian ini adalah diet rendah purin sedangkan variabel dependen adalah kadar asam urat.

2. (Stikes et al., 2024) : Hubungan Konsumsi Mengandung Tinggi Purin Dengan Penyakit Asam Urat Di Desa Air Paoh Kabupaten Oku Tahun 2024. Penelitian ini menggunakan metode *korelasional kuantitatif* dengan pendekatan *cross-sectional* dan dengan jumlah sampel sebanyak 50 orang. Variabel-variabel yang diteliti disajikan dalam bentuk tabel frekuensi dan dianalisis terhadap 50 responden dengan menggunakan kuesioner data demografi, kuesioner pengukuran asupan purin tinggi, dan kuesioner pengukuran kadar asam urat analisis *univariat* dan *bivariat*. Terdapat 22 responden (64,7%) yang sering memiliki kadar asam urat tinggi dan konsumsi purin tinggi, dan 0 (0,0%) responden yang memiliki kadar asam urat tinggi tetapi hampir tidak ada konsumsi purin. Asupan purin seringkali tinggi, dan 16 (100,0%) responden mengontrol kadar asam uratnya, namun asupan purin jarang yang tinggi. Hasil uji *chi-square* menunjukkan *p-value* sebesar 0,000. Artinya ada hubungan antara asupan makanan kaya purin dengan penyakit asam urat di Desa Air Paoh Kabupaten OKU pada tahun 2024. Dapat disimpulkan bahwa pada penelitian terdapat hubungan antara asupan purin tinggi dengan penyakit asam urat di Desa Airpao Kabupaten OKU pada tahun 2024. Perbedaan terletak pada metode dan kuesioner, pada penelitian yang akan saya ambil menggunakan kuesioner dukungan keluarga dan kuesioner kepatuhan diet rendah purin pada penderita *gout arthritis*. Pada lembar

kuesioner akan tercantum judul penelitian, inisial responden berupa pengkodean dengan menggunakan nomor dan usia responden. Sedangkan persamaan dari penelitian ini yaitu keduanya merupakan penelitian kuantitatif.

3. (Febriyanti et al., 2020) : Hubungan Kemampuan Pengaturan Diet Rendah Purin Dengan Kadar Asam Urat. Penelitian ini menggunakan metode *Non-Eksperimen* atau *Correlational Analitic* dengan pendekatan *cross sectional* dan sampel yang diambil sejumlah 48 responden dengan menggunakan tehnik *purposive sampling*. Instrument penelitian ini yaitu menggunakan kuisisioner kemampuan pengaturan diet rendah purin dan test pemeriksaan kadar asam urat. Untuk uji Analisa data menggunakan uji korelasi *Sperman Rank*. Hasil penelitian didapatkan sebagian besar memiliki diet rendah purin buruk 89.6% memiliki diet rendah purin baik 10.4%. Hasil uji statistik didapatkan $(p) < 0.019 = (p) < 0.05$, yang berarti ada Hubungan Kemampuan Pengaturan Diet Rendah Purin Dengan Kadar Asam Urat Pada Lansia di Posyandu desa Banjarsari Ngajum. Variabel independen pada penelitian ini yaitu kemampuan pengaturan diet rendah purin. Sedangkan variabel dependen penelitian ini adalah kadar asam urat. Perbedaan terletak pada variabel independent dukungan keluarga, variabel dependen yaitu kepatuhan diet rendah purin dan menggunakan penelitian kuantitatif dengan mengisi lembar kuesioner. Persamaannya dengan penelitian ini adalah menggunakan teknik *purposive sampling*.

4. (Rondonuwu et al., 2018) : Hubungan Dukungan Keluarga Dengan Kepatuhan Mengkonsumsi Diet Rendah Purin Pada Penderita *Gout Arthritis* Di Desa Sea Satu Kecamatan Pineleng. Penelitian ini menggunakan metode penelitian cross-sectional (potong lintang). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita *Gout Arthritis* di Desa Sea Satu Kecamatan Pineleng. Teknik pengumpulan data dengan menggunakan teknik wawancara melalui kuesioner dan studi dokumentasi. Analisa data dengan metode statistik univariat digunakan untuk menganalisa data demografi. Analisis bivariat pada penelitian ini adalah hubungan dukungan keluarga dengan kepatuhan mengkonsumsi diet rendah purin. Hasil penelitian menunjukkan bahwa yang memiliki dukungan keluarga baik terdapat 26 responden (63.4%) dan patuh untuk mengkonsumsi diet rendah purin dan terdapat 25 responden (61.%). Uji statistik yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan uji *Chi-Square* dengan tingkat kemaknaan 95% ($\alpha : 0,05$). Perbedaan pada penelitian ini menggunakan uji *Chi-Square* sedangkan pada penelitian yang saya lakukan menggunakan *Spearman Rank* dan populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita *Gout Arthritis* di wilayah kerja Puskesmas Kecamatan Lembeyan sedangkan persamaan penelitian ini pada teknik pengumpulan data dengan menggunakan teknik wawancara melalui kuesioner.
5. (Asam et al., 2024) : Hubungan Tingkat pengetahuan Tentang Diet Purin Dengan Kadar Asam Urat Pada Pria Kaum Bapa Greja Di Desa Kuwil. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif menggunakan *survei*

analitik yang bertujuan untuk menganalisis hubungan antara dua variabel. Dengan desain penelitian *cross sectional* dan menggunakan kuesioner tingkat pengetahuan diet purin serta pemeriksaan kadar asam urat menggunakan alat pemeriksaan *Autocheck*. Sampel penelitian terdiri dari 40 orang responden yang diperoleh dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *accident sampling* dan analisa *bivariat* menggunakan uji *chi square*. Hasil penelitian menunjukkan 62,5% responden memiliki tingkat pengetahuan yang rendah terkait diet purin dan 57,5% responden mengalami peningkatan kadar asam urat. Hasil uji *chi square* didapat $P\text{-value} = 0,000 (< \alpha = 0,05)$. Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan tentang diet purin dengan kadar asam urat pada Pria Kaum Bapa Gereja di Desa Kuwil. Perbedaan dari penelitian ini terletak pada variabel, desain penelitian, teknik pengambilan sampling menggunakan *accident sampling* dan responden serta penelitian ini membahas tingkat pengetahuan sedangkan saya dukungan keluarga.