

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit Gout Arthritis atau yang biasa disebut penyakit Asam Urat adalah jenis Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyakit kronis, namun tidak ditularkan dari orang ke orang. PTM mempunyai durasi yang panjang, umumnya berkembang lama. Penyakit asam urat atau biasa dikenal sebagai asam urat merupakan suatu penyakit yang diakibatkan karena penimbunan Kristal monosodium urat didalam tubuh (Jaliyana, 2018)

Data yang menunjukkan penyakit sendi banyak dialami oleh mereka dengan usia produktif, yang akan memberikan dampak pada masalah ekonomi dan sosial (Sumariyono, 2017). Angka kejadian asam urat pada tahun 2016 yang dilaporkan oleh organisasi kesehatan dunia (WHO) mencapai 20% dari penduduk dunia adalah mereka yang berusia 55 tahun.

Menurut hasil data Rikesdas tahun 2018 prevalensi penyakit sendi berdasarkan wawancara yang di diagnosis dokter meningkat seiring dengan bertambah nya umur, demikian juga yang didiagnosis dokter atau gejala. Prevalensi tertinggi pada umur ≥ 75 tahun (33% dan 54,8%). Prevalensi yang didiagnosis tenaga kesehatan lebih tinggi pada perempuan (13,4%) disbanding laki-laki (10,3%) namun jika dibandingkan dengan hasil rikesdas pada tahun 2013 justru pernyakit

sendi cenderung menurun di beberapa kota besar di Indonesia khususnya di Kaltim mengalami penurunan.

Asam urat merupakan hasil metabolisme di dalam tubuh, yang kadarnya tidak boleh berlebih. Setiap orang memiliki asam urat di dalam tubuh, karena pada setiap metabolisme normal dihasilkan asam urat. Asam urat merupakan hasil metabolisme akhir dari purin yaitu salah satu komponen asam nukleat yang terdapat dalam inti sel tubuh (Andri & Yudha, 2017)

Faktor risiko yang menyebabkan orang terserang asam urat adalah usia, jenis kelamin, asupan senyawa purin berlebihan, konsumsi alkohol berlebih, kegemukan/obesitas, hipertensi dan penyakit jantung, obat-obatan tertentu (terutama diuretika) dan gangguan fungsi ginjal. Salah satu penyebab yang mempengaruhi asam urat adalah olahraga atau aktivitas fisik (Astuti, dkk., 2018). Peningkatan kadar asam urat dalam darah selain menyebabkan asam urat, juga salah satu predictor kuat terhadap kematian karena kerusakan kardiovaskuler.

Aktivitas fisik adalah semua gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan pengeluaran energi. Hal itu bisa dilakukan dengan: berjalan, bersepeda, berenang, olahraga, dan bentuk kegiatan lainnya seperti menari, yoga atau bahkan mengerjakan pekerjaan rumah tangga. Semua aktivitas fisik akan memberikan manfaat untuk kesehatan jika dilakukan secara teratur dan dengan durasi serta intensitas yang cukup (World Health Organization, 2018).

Aktivitas fisik yang rendah adalah salah satu faktor kematian di dunia dan menjadi faktor risiko dari Penyakit tidak menular (PTM), berupa penyakit jantung, penyakit pernapasan kronis, kanker, obesitas dan diabetes. Orang yang kurang aktif akan meningkatkan 20-30% faktor risiko kematian dibandingkan orang yang cukup aktif (World Health Organization, 2018). Gaya hidup manusia akibat adanya urbanisasi, modernisasi, dan globalisasi juga merupakan penyebab terjadinya penyakit tidak menular (Nugroho, Kurniasari dan Noviani, 2019).

Aktivitas fisik memengaruhi kesehatan untuk seluruh kelompok usia, dari anak-anak, remaja dan dewasa. Individu yang memiliki aktivitas fisik yang tinggi, lebih baik dari pada orang yang tidak melakukan aktivitas sama sekali. Pada individu yang memiliki aktivitas fisik yang tinggi, biasanya memiliki IMT yang normal. Jadi demi mendapatkan tubuh yang diinginkan dan kesehatan yang lebih baik salah satunya adalah dengan memperhatikan tingkat aktivitas fisik (Putra dan Rizqi, 2018). Rekomendasi global WHO untuk kesehatan orang dewasa adalah aktivitas dengan intensitas sedang (atau setara) selama 150 menit per minggu, diukur sebagai gabungan aktivitas fisik yang dilakukan di berbagai domain: perjalanan (berjalan dan bersepeda); dan rekreasi (termasuk olahraga). Durasinya dilakukan minimal 3x/minggu. Setiap harinya minimal 50 menit/hari, berupa warming up 10 menit, 30 menit kegiatan inti, dan 10 menit cooling down.

Rekomendasi untuk remaja adalah aktivitas dengan intensitas sedang hingga berat selama 60 menit setiap hari (World Health Organization, 2018).

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah ada hubungan aktivitas fisik dengan kadar asam urat : *literature review*”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk memaparkan informasi berdasarkan evidence based yang didapat dari hasil *literatur review* terkait dengan hubungan aktivitas fisik dengan peningkatan kadar asam urat.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk menganalisis jurnal yang terkait dengan hubungan aktivitas fisik dengan peningkatan kadar asam urat berdasarkan aktivitas fisik ringan.
- b. Untuk menganalisis jurnal yang terkait dengan hubungan aktivitas fisik dengan peningkatan kadar asam urat berdasarkan aktivitas fisik sedang.
- c. Untuk menganalisis jurnal yang terkait dengan hubungan aktivitas fisik dengan peningkatan kadar asam urat berdasarkan aktivitas fisik berat.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Hasil peneliti diharapkan dapat menambah wawasan, pengetahuan dan keterampilan dalam melakukan penelitian serta mampu menjadi landasan yang kuat bagi peneliti selanjutnya, khususnya dalam topik yang menyangkut asam urat.

2. Bagi Pelayanan Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi rujukan dalam pemberian asuhan keperawatan dan upaya pencegahan dan penekanan angka dalam kasus peningkatan kadar asam urat.

3. Bagi Instituti Pendidikan Keperawatan

Hasil penelitian dapat menambah ilmu pengetahuan keperawatan khususnya dalam kasus peningkatan kadar asam urat.

4. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan informasi serta landasan bagi peneliti selanjutnya dengan ruang lingkup yang sama.

5. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai rekomendasi untuk program atau kebijakan serta sumber informasi yang bermanfaat untuk di aplikasikan pada masyarakat.

E. Keaslian Penelitian

1. Dalam jurnal yang sudah dilakukan oleh Bazilah Dayana dan Udin

Bahrudin (2015) dengan judul “Hubungan antara Intensitas Aktivitas Fisik dan Kadar Asam Urat Serum pada Populasi Sindrom Metabolik”. Persamaan penelitian ini adalah sama-sama meneliti mengenai aktivitas fisik pada asam urat. Pada penelitian Bazilah Dayana dan Udin Bahrudin penelitian ini menggunakan metode cross-sectional. Pengumpulan data menggunakan metode kuesioner aktivitas fisik global yang dikembangkan oleh WHO. Sampel penelitian adalah masyarakat kelompok umur lebih dari 40 tahun dengan sindrom metabolik dan uji yang digunakan adalah uji Spearman dan chi-square. Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 32 subjek dengan sindrom metabolik didapatkan 40,6% memiliki aktivitas fisik dengan intensitas rendah, 25 % sedang dan 34,4% intensitas aktivitas fisik tinggi. Pada pemeriksaan kadar asam urat serum, sebanyak 59,4% memiliki kadar asam urat serum normal dan 40,6% memiliki kadar asam urat serum tinggi. Pada uji Spearman didapatkan hasil korelasi positif bermakna antara intensitas aktivitas fisik dan kadar asam urat serum dengan kategori korelasi derajat sedang ($r=0,491$; $p=0,004$). Uji chi-square antara kategori intensitas aktivitas fisik dan kadar asam urat serum diperoleh hasil bermakna dengan nilai $p=0,023$ dan rasio prevalensi 2,56. Perbedaan penelitian ini terletak di lokasi dan jumlah populasi yang diteliti.

2. Dalam jurnal yang sudah dilakukan oleh Juliana, Suhadi, dan La Ode Muh. Sety (2018) dengan judul “Faktor-faktor yang Berhubungan

dengan Kejadian Asam Urat pada Usia 20-44 Tahun di RSUD Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara Tahun 2017". Persamaan penelitian ini adalah sama-sama meneliti mengenai aktivitas fisik dan konsumsi purin pada asam urat. Pada penelitian Juliana, Suhadi, dan La Ode Muh. Sety penelitian ini menggunakan metode case control study. Pengumpulan data menggunakan metode kuesioner sebagai data primer dan data yang diperoleh dari RSUD Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara, tahun 2017 sebagai data sekunder. Jumlah subjek penelitian ini yaitu 122 responden yakni 61 kasus dan 61 control dan uji yang digunakan adalah chi-square. Hasil penelitian didapatkan dari hasil analisis menggunakan uji chi square bahwa pola konsumsi sumber purin, stres, riwayat keluarga berhubungan secara signifikan dengan kejadian asam urat pada usia 20- 44 tahun di RSUD Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara Pada Tahun 2017, dan hasil analisis menggunakan uji chi square diperoleh bahwa aktivitas fisik tidak berhubungan secara signifikan dengan kejadian asam urat pada usia 20-44 tahun di RSUD Bahteramas Provinsi Sulawesi Tenggara Pada Tahun 2017. Perbedaan penelitian ini terletak di lokasi dan jumlah populasi yang diteliti.