BAB 1
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Penyakit tidak menular (PTM) merupakan salah satu penyebab kematian diseluruh dunia, pada tahun 2016 sekitar 71% kematian disebabkan oleh penyakit ini. Penyakit tidak menular membunuh lebih 36 juta orang setiap tahunnya. Sekitar 80% dari kematian ini terjadi di Negara-negara berpendapatan rendah dan menengah. 73% kematian saat ini disebabkan oleh penyakit tidak menular, dimana 35% disebabkan oleh penyakit kardiovaskular, 12% disebabkan oleh penyakit kanker, 6% karena penyakit pernafasan kronis, 6% karena diabetes dan 15% disebabkan oleh penyakit tidak menular lainnya (Kemenkes 2019).

Salah satu penyakit tidak menular (PTM) yaitu asam urat. Berdasarkan data dari *World Health Organization* tahun 2017, prevalensi asam urat global mencapai 34,2%. Penyakit ini cukup umum di negara maju, seperti Amerika Serikat, dengan angka prevalensi sebesar 26,3% dari total populasi. Indonesia termasuk dalam empat negara dengan prevalensi asam urat tertinggi di dunia. Sebanyak 35% penderita asam urat adalah pria berusia di atas 45 tahun. Prevalensi asam urat pada kelompok usia 65-74 tahun mencapai 51,9%, sementara pada usia 75 tahun ke atas adalah 54,8%. Di Indonesia, berdasarkan diagnosa medis, angka kejadian asam urat tercatat sebesar 7,3%, sedangkan berdasarkan gejala atau diagnosa, angka tersebut mencapai 24,7% (Riskesdas, 2018).

Menurut hasil Riskesdas 2018, prevalensi gout berdasarkan diagnosis tenaga kesehatan di Indonesia adalah 11,9%, sementara prevalensi berdasarkan diagnosis atau gejala mencapai 24,7%. Dilihat dari usia, prevalensi tertinggi ditemukan pada kelompok usia ≥ 75 tahun, yaitu 54,8%. Penderita wanita lebih banyak (8,46%) dibandingkan pria

(6,13%). Riskesdas 2018 juga mencatat bahwa 5,35% penduduk Sumatera Utara menderita penyakit sendi, dan 6,02% penduduk Kabupaten Karo mengalami penyakit sendi berdasarkan diagnosis dokter. Penyakit sendi akibat asam urat yang tinggi juga ditemukan di beberapa provinsi, seperti Aceh dengan prevalensi 13,26%, Provinsi Bengkulu yang termasuk dalam 10 besar dengan prevalensi 12,11%, dan Bali dengan prevalensi 10,46%. Di Kota Bengkulu, prevalensi penyakit sendi pada 2018 tercatat sebesar 9,85%. *Gout arthritis* termasuk dalam 10 penyakit terbanyak di Kota Bengkulu pada urutan ke-7, Puskesmas Sawah Lebar merupakan salah satu Puskesmas di Kota Bengkulu dengan penderita sendiartritis terbanyak berdasarkan usia 40-59 tahun yaitu 111 orang (Data Puskesmas Sawah Lebar, 2024).

Puskesmas Sawah Lebar merupakan salah satu Puskesmas di Kota Bengkulu yang melayani 3 kelurahan, yaitu sawah lebar, sawah lebar baru dan kebun tebeng. Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu berdasarkan data dari register laboratorium tahun 2024, survei pendahuluan yang dilakukan pada bulan Desember 2024 di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar sebanyak 10 orang dengan kadar asam urat tinggi, dengan jenis kelamin perempuan 7 orang (>6mg/dL) dan laki-laki 3 orang (>7mg/dL).

Prevalensi penderita asam urat berdasarkan usia menunjukkan hasil sebagai berikut: pada usia 15-24 tahun dengan diagnosis sebesar 1,2%, usia 25-34 tahun sebesar 3,1%, usia 35-44 tahun sebesar 6,3%, usia 45-54 tahun sebesar 11,1%, usia 55-64 tahun sebesar 15,5%, usia 65-74 tahun sebesar 18,6%, dan pada usia 75 tahun ke atas mencapai 18,9% (Riskesdas, 2018).

Menurut Kemenkes RI (2022), asam urat adalah penyakit peradangan pada sendi yang disebabkan oleh penumpukan kristal asam urat. Penyakit ini umumnya menyerang beberapa sendi, seperti jari kaki, pergelangan kaki, lutut, dan ibu jari kaki. Asam urat merupakan hasil sampingan dari metabolisme purin dalam tubuh. Proses metabolisme ini terjadi secara alami dalam tubuh. Dalam kondisi normal, asam urat dapat larut dalam darah, namun apabila jumlahnya berlebihan, plasma darah akan jenuh, dan kondisi ini dikenal sebagai hiperurisemia atau penyakit asam urat (Dungga, 2022).

Penyakit asam urat dapat disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk gaya hidup yang tidak sehat, seperti kurangnya aktivitas fisik, obesitas, dan pola makan yang tidak terkontrol, terutama konsumsi makanan tinggi purin seperti jeroan, seafood seperti sarden, kerang, lobster, udang, dan kepiting, serta kacang-kacangan. Selain itu, konsumsi alkohol juga dapat meningkatkan risiko asam urat, karena alkohol mengurangi pengeluaran asam urat melalui urin, sehingga asam urat tetap terakumulasi dalam darah dan menumpuk di sendi (Algifari, dkk, 2020).

Pendekatan yang selama ini dilakukan untuk mengatasi asam urat umumnya bersifat farmakologi. Salah satu obat yang digunakan adalah allopurinol, yang bekerja dengan cara menghambat pembentukan asam urat dari prekursor seperti xantin dan hipoxantin. Allopurinol dimetabolisme menjadi oksipurinol atau alozantin, yang berfungsi menghambat aktivitas enzim xantin oksidase. Dalam proses katabolisme purin, alozantin menurunkan produksi asam urat tanpa mengganggu sintesis purin (Marlinda dan Putri, 2019). Sebagai alternatif, pendekatan non-farmakologi dapat dilakukan dengan menggunakan bahan alami (herbal), seperti pengembangan pangan fungsional yang praktis dan mudah didapat oleh masyarakat. Beberapa contoh pangan fungsional untuk

asam urat yang telah digunakan adalah buah nanas, apel hijau, dan daun salam.

Selain terapi farmakologi, penderita asam urat (hiperurisemia) dapat diatasi dengan pengobatan non-farmakologi menggunakan tanaman yang memiliki manfaat dan mudah ditemukan untuk dijadikan bahan pengobatan. Buah nanas mengandung flavonoid yang berfungsi sebagai antioksidan dan dapat menghambat aktivitas enzim xantin oksidase, sehingga mencegah terjadinya metabolisme purin yang menghasilkan asam urat. Selain itu, enzim bromelain yang ada dalam buah nanas terbukti efektif sebagai anti-inflamasi dan analgesik bagi penderita hiperurisemia (Rasyad, 2019). Buah nanas juga mengandung senyawa lain, seperti vitamin C yang tinggi, yang dapat membantu meningkatkan ekskresi asam urat melalui urin (Tanelaph, 2020).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Fika & Gaung (2022), ditemukan bahwa rata-rata kadar asam urat sebelum diberikan intervensi jus nanas adalah 8,244 mg/dl, sedangkan setelah intervensi jus nanas, kadar asam urat menurun menjadi 6,628 mg/dl. Hasil uji *Paired T-test* menunjukkan *p-value* sebesar 0,000 ($\alpha \leq 0,05$), yang mengindikasikan bahwa pemberian jus nanas berpengaruh signifikan terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia.

Menurut *Word Health Organization* 2017, bahwa mengkonsumsi buah direkomendasikan sebagai makanan rendah energi padat yang kaya serat dan mikronutrien untuk mengurangi risiko sejumlah penyakit kronis. Salah satu buah yang dapat mengurangi kadar asam urat pada penderita asam urat adalah buah apel hijau. Buah apel sangat rendah purin tetapi kaya akan flavonoid dan senyawa lain yang dapat mengurangi asam urat. Pengendalian asupan purin dalam makanan dapat menjadi pendekatan yang efektif dalam pencegahan asam urat. Buah-buahan rendah kandungan

purin dan juga merupakan sumber senyawa yang kaya dengan efek penurun asam urat dan manfaat kesehatan lainnya yang bermanfaat (Simin Feng, 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ratna (2019), hasilnya menunjukkan adanya pengaruh pemberian jus apel hijau terhadap kadar asam urat pada lansia. Hal ini ditunjukkan dengan *p-value* sebesar 0,000 (*p-value* < 0,05), yang mengindikasikan bahwa pemberian jus apel hijau berpengaruh terhadap kadar asam urat pada lansia.

Menurut (Aryani *et al*., 2020), daun salam dapat digunakan untuk membantu menanggulangi peningkatan kadar asam urat karena mengandung senyawa seperti tanin, flavonoid, saponin, triterpen, polifenol, alkaloid, dan minyak atsiri. Daun salam juga kaya akan vitamin C, vitamin A, thiamin, riboflavin, niasin, vitamin B6, dan vitamin B12, yang berfungsi dalam mengurangi pembentukan asam urat melalui urine.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Roza & Putri (2019), ditemukan bahwa rata-rata kadar asam urat sebelum dan sesudah pemberian air rebusan daun salam (*Syzygium polyanthum*) adalah 2,2 mg/dl dengan standar deviasi 0,2 mg/dl. Hasil uji statistik *t-test* dependen menunjukkan *p-value* = 0,000 (P < 0,05), yang mengindikasikan adanya pengaruh pemberian air rebusan daun salam *(Syzygium polyanthum)* terhadap kadar asam urat pada penderita *Arthritis Gout.*

Telah banyak dilakukan penelitian dengan menggunakan buah nanas, apel hijau dan daun salam sebagai alternatif untuk menurunkan kadar asam urat, namun belum ada peneliti yang dilakukan dengan kombinasi dari ketiga bahan ini dapat memiliki pengaruh yang lebih efektif dalam menurunkan kadar asam urat. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik untuk menganalisis pengaruh pemberian kombinasi jus, nanas, apel hijau dan air rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat penderita hiperurisemia di

wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan masalah dalam latar belakang, rumusan masalah yang dapat diajukan adalah apakah pemberian kombinasi jus nanas, apel hijau dan air rebusan daun salam dapat berpengaruh terhadap penurunan kadar asam urat penderita hiperurisemia di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025 ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui pengaruh pemberian kombinasi jus nanas, apel hijau dan air rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat penderita hiperurisemia di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025.

2. Tujuan khusus

a. Diketahui gambaran kadar asam urat sebelum dilakukan intervensi pada penderita hiperurisemia di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu tahun 2025
b. Diketahui gambaran kadar asam urat sesudah dilakukan intervensi pada penderita hiperurisemia di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu tahun 2025
c. Diketahui perbedaan sebelum dan sesudah pemberian kombinasi jus nanas, apel hijau dan air rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat penderita hiperurisemia di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025.
d. Diketahui pengaruh sebelum dan sesudah pemberian kombinasi jus nanas, apel

hijau dan air rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat penderita hiperurisemia di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025.

e. Diketahui pengaruh faktor *confounding* asupan vitamin c aktivitas fisik, dan IMT (Indeks Massa Tubuh) terhadap kadar asam urat penderita hiperurisemia di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan bagi mahasiswa kesehatan, khususnya Jurusan Gizi, mengenai pengaruh pemberian kombinasi jus nanas, apel hijau, dan air rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat penderita hiperurisemia di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025.

2. Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat tentang manfaat pemberian kombinasi jus nanas, apel hijau, dan air rebusan daun salam terhadap penurunan kadar asam urat penderita hiperurisemia di wilayah kerja Puskesmas Sawah Lebar Kota Bengkulu Tahun 2025.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi referensi yang berguna bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian yang serupa atau terkait dengan meneliti terapi non farmakologi pada penderita penyakit *arttritis gout.*

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Nama Penelitian dan Tahun	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Variable Independen	Variable Dependen	Hasil
(Fika & Gaung, 2022).	Pengaruh Pemberian Jus Nanas Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat pada Lansia di RT 05 RW 06 Kelurahan Rempoa Kecamatan Ciputat Timur Kota Tangerang Selatan	Desain penelitian ini menggunakan metode *quasy experiment* dengan *one grup pretest-posttest without control*.	Jus Nanas	Asam Urat	Ada pengaruh pemberian jus nanas terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia
(Ratna, 2019)	Pengaruh Pemberian Jus Apel Hijau	Rancangan Penelitian Dengan Desain *Quasi*	Jus Apel Hijau	Kadar Asam Urat	Ada Pengaruh Pemberian Jus Apel

	Terhadap Kadar Asam Urat Pada Lansia Di Posyandu Mawar 5 Desa Grogol	*Eksperiment* Yaitu *Pre Test And Post Test Without Control.*			Hijau Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat
(Roza & Putri, 2019).	Pengaruh Pemberian Air Rebusan Daun Salam Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat Pasien *Arthritis Gout*	Penelitian ini bersifat p*re eksperiment* dengan *one-group pre-test* dan *post-test design.*	Air Rebusan Daun Salam	Kadar Asam Urat	Ada pengaruh pemberian air rebusan daun salam terhadap kadar asam urat pada penderita *Arthritis Gout.*
(Barokah & Ramadan, 2022)	Pengaruh Pemberian Jus Nanas Terhadap Penurunan Kadar Asam Urat pada	Desain Penelitian Ini Menggunakan Metode *Quasy Experiment* Dengan *One Group Pretest-*	Jus Nanas	Kadar Asam Urat	Ada Pengaruh Pemberian Jus Nanas Terhadap Kadar Asam Urat Pada

	Lansia di RT 05 RW 06 Kelurahan Rempoa Kecamatan Ciputat Timur Kota Tangerang Selatan	*Posttest Without Control*			Lansia

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

(Napu, Sudirman & Febriyona 2024)	Efektivitas Pendidikan Kesehatan Melalui Media Leaflet Terhadap Pengetahuan Pada Penderita Gout Arthtritis Di Desa Hutuo Kecamatan Limboto	Desain yang digunakan adalah rancangan *pra-eksperimental* dengan pendekatan *one group pre post test design*	Media Leaflet	Kadar Asam Urat	Terdapat Perbedaan Yang Signifikan Antara Rata-rata Pengetahuan Sebelum Dan Setelah Pendidikan Kesehatan Melalui Media Leaflet Bagi Penderita *Gout Arthtritis.*