

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Lanjut usia dipandang sebagai masa degenerasi biologis yang disertai oleh berbagai penderitaan akibat berbagai macam penyakit yang disertai dengan proses penuaan dan tahap lanjut dari suatu proses kehidupan yang ditandai dengan penurunan kemampuan tubuh untuk beradaptasi dengan stres lingkungan. Penurunan kemampuan berbagai organ, fungsi dan sistem tubuh itu bersifat alamiah atau fisiologis. Penurunan tersebut diakibatkan karena berkurangnya jumlah dan kemampuan sel tubuh. Pada umumnya tanda proses menua mulai terlihat sejak usia 45 tahun dan akan menimbulkan masalah pada usia sekitar 60 tahun (Maryam, 2008).

Hasil sensus penduduk tahun 2010 menunjukkan bahwa Indonesia termasuk 5 besar negara dengan jumlah penduduk lanjut usia terbanyak di dunia yakni mencapai 18,1 juta jiwa pada tahun 2010 atau 9,6% dari jumlah penduduk. Sementara itu, Badan Pusat Statistik RI menyebutkan presentase penduduk lansia Indonesia adalah 7,56% yang berarti termasuk negara yang berstruktur tua dengan penduduk lansia. Menurut Susenas, 2012 angka kesakitan penduduk lansia Indonesia sebesar 26,93% artinya setiap 100 orang lansia terdapat 27 orang diantaranya mengalami sakit. Berdasarkan informasi mengenai jenis keluhan kesehatan lansia yang paling banyak (32,99%) adalah jenis keluhan yang merupakan penyakit kronis seperti asam urat dalam darah (Hiperurisemia), darah tinggi, rematik, darah rendah, dan diabetes mellitus (Abikusno, 2013). Badan pusat statistik indonesia tahun 2012 menyatakan Jumlah warga lansia Jawa Timur menurut sensus penduduk tahun 2010 telah mencapai 2,3 juta jiwa, sementara itu jumlah lansia kabupaten jember saat ini mencapai 656,952 jiwa (BPS Kabupaten Jember, 2012).

Hiperurisemia adalah suatu kondisi dimana terjadi peningkatan kadar asam urat dalam tubuh secara berlebihan, baik akibat produksi yang meningkat atau pengeluaran melalui ginjal yang menurun serta dapat disebabkan oleh peningkatan asupan makanan kaya akan purin (Widodo, 2009). Pada lansia dengan hiperurisemia menimbulkan masalah fisik sehari-hari : seperti gangguan aktifitas, gangguan pola tidur, gangguan rasa nyeri, dan sebagainya sehingga pemeliharaan kesehatan lansia dengan hiperurismia harus ditingkatkan agar tidak mengancam jiwa penderitanya dan menimbulkan ketidaknyamanan yang disebabkan oleh penyakit asam urat dalam darah (Bandiyah, 2009).

Hiperurisemia adalah peningkatan kadar asam urat dalam darah melebihi batas normal yaitu 3,5-7 mg/dl untuk laki-laki dan 2,6-6 mg/dl untuk perempuan berdasarkan WHO. Hiperurisemia merupakan hasil dari interaksi multifaktor antara jenis kelamin, usia, genetik, dan faktor lingkungan. Kondisi seperti konsumsi alkohol, obesitas, hipertensi, dislipidemia, hiperglikemia, diabetes mellitus, litiasis, gagal ginjal, dan penggunaan obat-obatan seperti diuretik, siklosporin, dan aspirin dosis rendah berkaitan dengan hiperurisemia. Hiperurisemia dapat berkembang menjadi penyakit seperti gout, penyakit kardiovaskular, dan sindrom metabolik lainnya (Liu *et al*, 2011).

Beberapa keadaan yang dapat menimbulkan hiperurisemia adalah sekresi asam urat menurun (90%) atau sintesis asam urat meningkat (10%). Keadaan ekskresi asam urat yang menurun terdapat pada pasien dengan penyakit ginjal, penyakit jantung, dan penurunan fungsi ginjal karena usia. Sedangkan keadaan sintesis asam urat meningkat terjadi akibat adanya predisposisi genetik, diet tinggi purin dan konsumsi alkohol. Selain hiperurisemia ada beberapa faktor resiko yang dapat membuat seseorang menjadi lebih mudah untuk terkena penyakit artritis gout. Secara garis besar, terdapat 2 faktor resiko untuk pasien dengan penyakit artritis gout, yaitu faktor yang tidak dapat dimodifikasi dan faktor yang dapat dimodifikasi. Faktor yang tidak dapat dimodifikasi adalah usia dan jenis kelamin. Sedangkan faktor resiko yang dapat dimodifikasi adalah pekerjaan, kadar asam urat dan penyakit penyerta lainnya seperti Diabetes mellitus (DM), hipertensi, dan

dislipidemia yang membuat individu tersebut memiliki resiko lebih besar untuk terserang penyakit artritis gout (Sylvia, 2006).

Terapi yang dapat menurunkan kadar asam urat diantaranya terapi medik dan diet rendah purin. Selain itu terdapat senyawa-senyawa yang telah terbukti klinis dapat menurunkan kadar asam urat (Sustrani, dkk., 2007). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Anggraini, dkk. (2013), menyebutkan bahwa mineral dapat menurunkan kadar asam urat. Penelitian lainnya menyebutkan bahwa vitamin C dapat menurunkan asam urat, dengan cara mengikat asam urat itu sendiri. Buah yang diketahui mengandung vitamin C adalah jambu biji, jeruk, melon, pisang, sirsak termasuk blewah.

Blewah dengan nama latin (*Cucumis melo L. Var Cantalupensis*) merupakan buah yang mudah dijumpai, dengan harga yang terjangkau serta mudah digunakan. Selain itu, buah blewah juga dapat digunakan sebagai penyembuh berbagai penyakit terutama menurunkan kadar asam urat, karena didalam buah blewah terdapat kandungan vitamin C (Anggraini, dkk. 2013). Vitamin C dapat membantu dan meningkatkan suatu proses ekskresi pembuangan asam urat melalui urin. Adanya kemampuan tersebut kadar asam urat dalam tubuh dapat berkurang (Sutanto, 2013).

Blewah merupakan bahan makanan dengan sumber air, vitamin C, kalium, dan provitamin A. kandungan vitamin C dalam 100 gram buah blewah sebesar 37 mg. Blewah juga dapat dikatakan sebagai sumber air karena kandungan air >90%. Blewah dikatakan sumber vitamin C karena dengan mengkonsumsi 100 g buah blewah telah dapat mencukupi setengah dari kebutuhan vitamin C seseorang dalam satu hari. Sementara itu, blewah juga disebut sebagai sumber kalium dan provitamin A karena komposisi kalium dan beta karoten (vitamin A) dalam 100 g blewah cukup tinggi (Sunarjono, 2012).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, maka rumusan masalah dari penelitian ini adalah bagaimana efek pemberian sari blewah (*Cucumis melo l. var Cantalupensis*) terhadap kadar asam urat penderita hiperurisemia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Jember.

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk Mengetahui efek pemberian sari blewah (*Cucumis melo l. var Cantalupensis*) terhadap kadar asam urat penderita hiperurisemia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Jember.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Menganalisis perbedaan kadar asam urat lansia penderita hiperurisemia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia sebelum dan sesudah pemberian Sari Blewah (*Cucumis Melo L. Var Cantalupensis*) pada kelompok kontrol.
- b. Menganalisis perbedaan kadar asam urat lansia penderita hiperurisemia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia sebelum dan sesudah pemberian sari blewah (*Cucumis melo L. var cantalupensis*) pada kelompok perlakuan.
- c. Menganalisa efek pemberian sari blewah (*Cucumis Melo L. Var Cantalupensis*). terhadap penurunan kadar asam urat pada lansia penderita hiperurisemia

1.4 Manfaat

- a. Manfaat Untuk Peneliti
Sebagai sarana untuk belajar, menambah wawasan dan mengaplikasikan pada lingkungan sekitar
- b. Manfaat Untuk Masyarakat
Menambah wawasan, informasi dan pengetahuan masyarakat untuk menggunakan bahan makanan lain selain obat sebagai penurun kadar asam urat.
- c. Manfaat Untuk UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Jember

Menambah wawasan dan digunakan sebagai acuan untuk penatalaksanaan diet hiperurisemia.

d. Manfaat Untuk Politeknik Negeri Jember (GKL)

Menambah wawasan dan dijadikan acuan untuk penelitian selanjutnya dengan segmen yang berbeda.