

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Penyakit tidak menular (PTM) di Indonesia menunjukkan tren yang terus meningkat dan saat ini tidak hanya menyerang orang yang sudah tua, tetapi juga mulai mengintai generasi muda. Salah satunya yaitu penyakit asam urat (*gout arthritis*). Berdasarkan data Riskesdas tahun 2023, prevalensi penyakit asam urat di Indonesia menurut diagnosis tenaga kesehatan mencapai 12,9%, sedangkan berdasarkan diagnosis atau gejala mencapai 25,7%. Salah satunya pada provinsi Jawa Timur yang memiliki prevalensi asam urat mencapai 24,3% pada laki-laki dan 11,7% pada perempuan (Dinkes Jatim, 2020). Kelompok usia 45 tahun ke atas menjadi yang paling rentan, tetapi saat ini mulai tampak peningkatan kasus di usia produktif 20 tahun. Pola hidup tidak sehat seperti jarang olahraga, pola makan buruk, stres, dan kurang tidur yang dimulai sejak muda menjadi penyebab utamanya.

Asam urat atau penyakit sendi terjadi karena beberapa faktor diantaranya, kurangnya seseorang melakukan aktivitas fisik (penerapan perilaku sedentary) yang mengganggu metabolisme tubuh, pola makan seseorang yang kurang seimbang contohnya dengan konsumsi makanan tinggi purin. Akibat dari pola makan yang kurang seimbang juga menyebabkan perubahan status gizi menjadi obesitas yang juga penyebab dari penyakit asam urat dikarenakan ketidakseimbangan antara energi yang masuk dengan energi yang keluar sehingga menyebabkan penumpukan lemak berlebih atau abnormal yang dapat mengganggu kesehatan (Heri et al., 2021). Selain itu faktor genetik juga bisa menyebabkan penyakit *gout arthritis*.

Dampak dari penyakit asam urat sendiri yaitu bisa mengakibatkan timbulnya berbagai gangguan kesehatan antara lain, kerusakan sendi, gagal ginjal kronis, pengkristalan asam urat di paru – paru, jantung, diabetes tipe-2, hipertensi. Bahkan bisa berdampak hingga kematian jika tidak segera ditangani. Karena jika kadar asam urat dalam darah melebihi batas normal akan mengakibatkan gangguan pada saat

pembentukan maupun pengeluaran asam urat dari tubuh. Ketika kadar asam urat terlalu tinggi, kristal-kristal kecil dapat terbentuk dan menumpuk di persendian, menyebabkan nyeri dan peradangan.

Penderita asam urat mengalami nyeri dan peradangan yang diakibatkan salah satunya karena riwayat makan terdahulu yang kurang sehat. Secara ilmiah, hubungan antara konsumsi makanan tinggi purin dan peningkatan risiko asam urat telah dibuktikan oleh sejumlah penelitian di Indonesia telah menunjukkan tren peningkatan kasus asam urat dalam beberapa tahun terakhir. Penelitian yang dilakukan oleh Ansyarullah (2020) bahwa konsumsi makanan tinggi purin dapat mengakibatkan kekambuhan pada asam urat. Studi ini menggunakan metode observasional analitik dengan 35 responden dan menemukan bahwa pola konsumsi makan yang buruk dapat meningkatkan *hyperuricemia*. Hal ini diperkuat oleh penelitian Yulianingsih dkk, (2022) bahwa pengetahuan juga dapat memengaruhi pola konsumsi tinggi purin, yang artinya semakin rendah pengetahuan gizi akan semakin tinggi konsumsi purin seseorang sehingga dapat berdampak pada status gizi yang kurang baik akibat pola makan.

Pola makan dan gaya hidup sehat bisa menjadi langkah sederhana namun sangat berdampak dalam mengatasi penyakit asam urat pada remaja akhir khususnya pada mahasiswa. Pemilihan Politeknik Negeri Jember sebagai lokasi subjek penelitian yaitu karena kemudahan akses peneliti dalam menjangkau subjek penelitian, sehingga harapannya proses pengumpulan data dapat berjalan lebih efisien dan terkontrol. Politeknik Negeri Jember memiliki pembagian perkuliahan yaitu 40% teori dan 60% praktikum yang mana lebih banyak jam praktek daripada mahasiswa di Universitas yang lebih berfokus pada teori. Hasil penelitian ini dapat menjadi data dasar bagi institusi tersebut dikarenakan menurut literatur juga belum ada penelitian serupa yang dilakukan di Politeknik Negeri Jember dengan sampel Mahasiswa Jurusan Teknologi Informasi.

Sampel mahasiswa pada penelitian ini yaitu Mahasiswa Jurusan Teknologi Informasi Politeknik Negeri Jember. Menurut hasil wawancara singkat perwakilan 3

mahasiswa pada 8 Jurusan diantaranya Jurusan Teknologi Informasi, Jurusan Teknik, Jurusan Agribisnis, Jurusan Bahasa Komunikasi dan Pariwisata, Jurusan Pertanian, Jurusan Peternakan, Jurusan Teknik Pertanian dan Jurusan Bisnis. Didapatkan hasil bahwa Jurusan Teknologi Informasi memiliki pola makan kurang stabil, serta mereka juga memiliki faktor aktivitas fisik paling sedikit, dikarenakan jarang melakukan olahraga dan lebih sering beraktivitas di depan layar komputer. Semakin besarnya peran teknologi dalam memengaruhi perilaku manusia, termasuk perilaku konsumsi makanan dan pola aktivitas fisik. Perilaku konsumsi makanan tinggi purin banyak dipengaruhi oleh paparan teknologi, seperti penggunaan gawai yang berlebihan, kemudahan akses layanan pesan-antar makanan, serta aktivitas digital yang membuat mahasiswa lebih sering duduk dalam waktu lama. Fenomena ini menunjukkan adanya keterkaitan antara perkembangan teknologi dan perubahan gaya hidup mahasiswa.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada mahasiswa Jurusan Teknologi Informasi yang dihadiri sebanyak 18 responden meliputi 88,9% yaitu mahasiswa laki – laki dan 11,1% mahasiswa perempuan. Rata – rata umur responden pada penelitian ini yaitu umur 20 tahun. Didapatkan sebanyak 5,5% responden dengan status gizi kurang 5,5%, normal 78%, dan 16,5% lebih. Hasil rata – rata Sq-FFq responden menunjukkan 0% tidak pernah konsumsi purin , 33,4% jarang konsumsi purin, dan 66,6% sering konsumsi purin. Total rata – rata konsumsi purin responden dalam sehari yaitu 83,4% konsumsi purin rendah (<400mg), 16,6% konsumsi purin normal (400 – 600 mg), 0% konsumsi purin tinggi (>600mg). Hasil persentase kadar UA mahasiswa yang termasuk *hyperuricemia* (>7 mg/dL) sebanyak 16,6% dan sisanya 83,3% termasuk dalam kategori normal (3,5 – 7 mg/dl).

Oleh karena itu, saya mengambil penelitian ini dengan sampel yaitu mahasiswa karena mahasiswa memiliki aktivitas dan pola makan yang kurang stabil salah satunya yaitu mahasiswa Politeknik Negeri Jember Jurusan Teknologi Informasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Perilaku Konsumsi Makanan Tinggi Purin dan Status Gizi Dengan Risiko Asam Urat Pada Mahasiswa Jurusan Teknologi Informasi Politeknik Negeri Jember.

1.2 Rumusan Masalah

1. Apakah ada hubungan antara perilaku konsumsi makanan tinggi purin dengan kejadian asam urat pada mahasiswa laki – laki Jurusan Teknologi Informasi?
2. Apakah ada hubungan antara status gizi dengan kejadian asam urat pada mahasiswa laki - laki Jurusan Teknologi Informasi?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis hubungan perilaku konsumsi makanan tinggi purin dan status gizi terhadap kejadian asam urat pada mahasiswa laki - laki Jurusan Teknologi Informasi di Politeknik Negeri Jember.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi perilaku konsumsi makanan tinggi purin pada mahasiswa Jurusan Teknologi Informasi Politeknik Negeri Jember.
- b. Mengidentifikasi status gizi mahasiswa Jurusan Teknologi Informasi Politeknik Negeri Jember.
- c. Mengidentifikasi kejadian asam urat pada mahasiswa Jurusan Teknologi Informasi Politeknik Negeri Jember.
- d. Menganalisis hubungan antara perilaku konsumsi makanan tinggi purin dengan kejadian asam urat pada mahasiswa Jurusan Teknologi Informasi Politeknik Negeri Jember.
- e. Menganalisis hubungan antara status gizi dengan kejadian asam urat pada mahasiswa Jurusan Teknologi Informasi Politeknik Negeri Jember.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, wawasan, dan pengalaman bagi peneliti tentang hubungan perilaku konsumsi makan tinggi purin dan status gizi terhadap kejadian asam urat pada di Politeknik Negeri Jember.

1.4.2 Bagi Perguruan Tinggi

Penelitian ini diharapkan memberikan informasi mengenai gambaran tentang remaja yang memiliki perilaku konsumsi makan tinggi purin maupun rendah, yang dapat memengaruhi status gizi dan kejadian asam urat. Selain itu penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan membuat program dalam mengatasi kejadian asam urat dengan memperbaiki pola konsumsi makan yang seimbang sehingga tercipta status gizi yang optimal.

1.4.3 Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi tentang kesehatan bagi masyarakat. Serta penelitian ini juga dapat digunakan sebagai referensi mengenai kesehatan bagi pihak yang membutuhkan