

BAB 1. PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Gout arthritis, atau yang lebih dikenal sebagai penyakit asam urat, merupakan bentuk peradangan sendi yang terjadi akibat penumpukan kristal urat karena tingginya kadar asam urat dalam darah. Kondisi ini menimbulkan gejala nyeri hebat, bengkak, hingga keterbatasan gerak (Dalbeth et al., 2016). Secara global, prevalensi penyakit ini mencapai 34,2% dan cenderung lebih tinggi di negara maju seperti Amerika Serikat (Organization, 2019). Meski demikian, peningkatan kasus juga terjadi di negara berkembang, termasuk Indonesia.

Pada tingkat nasional, data Kementerian Kesehatan RI menunjukkan adanya lonjakan kasus gout arthritis dari 72.675 kasus pada tahun 2021 menjadi 102.995 kasus di tahun 2022 (K. K. R. Indonesia, 2022). Pada Provinsi Jawa Timur, prevalensi hiperurisemia tercatat sebesar 24,3% pada laki-laki dan 11,7% pada perempuan. Berdasarkan Dinas Kesehatan Kota Probolinggo, tercatat 401 kasus asam urat pada enam kecamatan selama Januari hingga Juni 2024.

Masalah ini berkaitan erat dengan gangguan metabolisme purin, dimana kadar asam urat dikategorikan tinggi apabila melebihi 7 mg/dL pada pria dan 6 mg/dL pada wanita (Kusumayanti et al., 2017). Beberapa faktor risiko seperti konsumsi makanan tinggi purin, obesitas, gangguan fungsi ginjal, dan pola hidup tidak sehat turut berkontribusi terhadap peningkatan kadar asam urat. Salah satu aspek penting dalam pengelolaan kondisi ini adalah mencukupi kebutuhan cairan, karena cairan berperan membantu pengeluaran asam urat melalui urin (Choi *et al.*, 2005).

Kesadaran pasien terhadap pentingnya konsumsi cairan yang adekuat masih rendah, yang berdampak pada perilaku minum yang belum sesuai dengan kebutuhan fisiologis (Rho & Zhu, 2021). Oleh karena itu, dibutuhkan strategi edukatif yang mampu meningkatkan pemahaman dan mengubah perilaku konsumsi cairan pasien secara berkelanjutan. Konseling gizi merupakan salah satu pendekatan edukatif yang efektif untuk mendorong perubahan perilaku

terkait pola hidup sehat, termasuk dalam pengelolaan asam urat (Susanti *et al.*, 2022). Keberhasilan konseling tidak hanya ditentukan oleh metode komunikasi, tetapi juga oleh media yang digunakan dalam penyampaian.

Leaflet merupakan media penyampaian informasi kesehatan melalui lembaran yang dilipat. Isi informasi dapat berupa tulisan, gambar atau kombinasi keduanya (Notoadmodjo, 2007). *Leaflet* memiliki kelemahan yaitu tidak tahan lama dan mudah hilang (Supariasa, 2013). Pada penelitian Hidayah dan Sopiandi (2018), menyatakan bahwa terjadi selisih nilai pengetahuan sebelum dan setelah edukasi dengan media buku saku lebih besar yaitu 43,8%, sedangkan selisih pengetahuan sebelum dan setelah edukasi dengan media *leaflet* hanya sebesar 17,44%.

Buku saku merupakan salah satu media cetak yang bersifat sederhana, ringkas, dan memuat banyak informasi. Buku saku berukuran seperti saku sehingga efektif untuk dibawa dan dibaca dimanapun dan kapanpun saat dibutuhkan (Eliaha dan Sholihah, 2021). Penelitian yang dilakukan oleh Rippie dkk. (2020) menunjukkan bahwa penggunaan buku saku dalam konseling gizi mampu menurunkan kadar asam urat secara signifikan, yakni sebesar 1,62 mg/dL pada kelompok intervensi. Hasil tersebut mendukung pemanfaatan buku saku sebagai sarana edukatif yang praktis dan efektif dalam mendampingi pasien mengelola kondisi asam urat.

Dengan demikian, buku saku yang praktis dan dapat memuat banyak informasi tentang pentingnya asupan cairan serta pola makan rendah purin diharapkan bisa menjadi media edukasi yang efektif dalam konseling gizi untuk membantu pasien asam urat meningkatkan konsumsi cairan dan mengelola kadar asam urat dengan lebih baik. Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai "Perbandingan Efektivitas Buku Saku dan *Leaflet* sebagai Media Konseling Gizi terhadap Asupan Cairan dan Kadar Asam Urat".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka dapat dirumuskan permasalahan yaitu apakah pemberian buku saku sebagai media konseling gizi efektif dibandingkan *leaflet* terhadap perubahan asupan cairan dan kadar asam urat?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis perbandingan efektivitas buku saku dan *leaflet* sebagai media konseling gizi terhadap perubahan asupan cairan dan kadar asam urat pada pasien asam urat di Kota Probolinggo.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menganalisis perbedaan asupan cairan sebelum intervensi antar kelompok.
2. Menganalisis perbedaan asupan cairan setelah intervensi antar kelompok.
3. Menganalisis perbedaan asupan cairan sebelum dan setelah intervensi pada masing-masing kelompok.
4. Menganalisis perbandingan efektivitas buku saku dan *leaflet* sebagai media konseling gizi terhadap perubahan asupan cairan.
5. Menganalisis perbedaan kadar asam urat sebelum intervensi antar kelompok.
6. Menganalisis perbedaan kadar asam urat setelah intervensi antar kelompok.
7. Menganalisis perbedaan kadar asam urat sebelum dan setelah intervensi pada masing-masing kelompok.
8. Menganalisis perbandingan efektivitas buku saku dan *leaflet* sebagai media konseling gizi terhadap perubahan kadar asam urat.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Instansi Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi petugas kesehatan untuk menjalankan perannya sebagai edukator dan sebagai referensi terkait program-program kesehatan dalam memberikan penyuluhan tentang pola hidup sehat pada pasien asam urat.

1.4.2 Bagi Masyarakat

Memberikan pengetahuan kepada masyarakat agar dapat lebih memperhatikan kesehatannya serta untuk melakukan pencegahan lebih awal agar tidak mengalami masalah kesehatan seperti penyakit degeneratif.

1.4.3 Bagi Politeknik Negeri Jember

Memberikan manfaat bagi perkembangan ilmu gizi dan diharapkan dapat membantu peneliti selanjutnya dalam pengerjaan tugas serta menambah wawasan dan pengetahuan tentang penyakit asam urat.

1.4.4 Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan mengaplikasikan ilmu yang telah didapat selama perkuliahan serta agar dapat memenuhi syarat kelulusan.