

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Proses menua (lansia) adalah proses alami yang disertai adanya penurunan kondisi fisik, psikologis maupun sosial yang saling berinteraksi satu sama lain, Semua sistem dalam tubuh lansia mengalami kemunduran, termasuk pada sistem muskuloskeletal lansia sering mengalami nyeri sendi. Nyeri sendi adalah suatu peradangan sendi yang ditandai dengan pembengkakan sendi, warna kemerahan, panas, nyeri dan terjadinya gangguan gerak. Pada keadaan ini lansia sangat terganggu, apabila lebih dari satu sendi yang terserang (Santoso Idris & Astarani, 2017).

World Health Organization (WHO) pada tahun 2012 menyampaikan bahwa *World Health Organization* proporsi penduduk dunia usia > 60 tahun akan menjadi dua kali lipat, dari 11% menjadi 22% tahun 2000- 2050. Jumlah tersebut meningkat dari 605 juta hingga 2 miliar selama periode yang sama. Negara dengan penghasilan rendah dan menengah akan mengalami perubahan demografis yang paling cepat. Proporsi penduduk lanjut usia (lansia) di Indonesia mengalami peningkatan signifikan selama 30 tahun terakhir, yang disebabkan bertambahnya angka harapan hidup sebagai dampak dari peningkatan kualitas kesehatan (Komisi Nasional Lanjut Usia, 2010).

Keberhasilan pembangunan di Indonesia, menyebabkan bertambahnya Umur Harapan Hidup (UHH) penduduk Indonesia. Berdasarkan laporan Badan Pusat Statistik (BPS), tahun 2000 UHH di Indonesia = 64,5 tahun (dengan persentase populasi lansianya adalah 7,18%). Angka ini meningkat menjadi 69,43 tahun, pada tahun 2010 (dengan persentase populasi lansianya adalah 7,59%), tahun 2011 menjadi 69,65 tahun, pada tahun 2015 menjadi 70,7 tahun (dengan persentase populasi lanjut usia adalah 7,58%) (Kementrian Kesehatan RI dalam Gumangsari, 2017).

Tahun 2000 jumlah lansia di Indonesia diproyeksikan sebesar 7,28% dan pada tahun 2020 menjadi sebesar 11,43% (Maryam, 2008). Kalau pada tahun 1990 jumlahnya hanya sekitar 10 juta maka pada tahun 2020 jumlah itu di perkirakan akan meningkat menjadi sekitar 29 juta, dengan peningkatan 5,5% menjadi 11,5% dari total populasi penduduk Indonesia, hampir 8% orang yang berusia 50 tahun keatas mempunyai keluhan pada sendinya, terutama linu, pegal

dan kadang-kadang terasa sangat nyeri. Bagian yang terkena biasanya adalah persendian pada jari-jari, tulang punggung, sendi penahan berat tubuh (lutut dan panggul) (Idris dan Astarani, 2017).

Penyakit asam urat merupakan hasil metabolisme akhir dari purin yaitu salah satu komponen asam nukleat yang terdapat dalam inti sel tubuh. Meningkatnya kadar asam urat dalam darah disebut *hiperurisemia*. *Hiperurisemia* yang tidak segera di tangani menyebabkan asam urat dalam darah berlebih akan menimbulkan penumpukan kristal yang berada dalam cairan sendi dan menyebabkan penyakit *gout*. Sebagian besar penyebabnya di perkirakan akibat kelainan metabolisme dalam tubuh dan 10% kasus di alami oleh wanita setelah menopause karena gangguan hormon (Diantari dan Candra, 2013). Batasan *hiperurisemia* secara ideal yaitu dua standar deviasi hasil laboratorium pada populasi normal dengan patokan kadar asam urat >7 mg/dL pada pria dan >6 mg/dL pada wanita (Misnadiarly dalam Ranti 2012).

Penyakit asam urat adalah artritis yang sangat menyakitkan yang disebabkan oleh penumpukan kristal pada persendian, akibat tingginya kadar asam urat di dalam tubuh. Sendi-sendi yang di serang terutama adalah jari-jari kaki, tumit, pergelangan tangan, jari tangan dan siku. Selain nyeri, penyakit asam urat juga dapat membuat persendian membengkak, meradang, panas dan kaku sehingga penderita tidak dapat melakukan aktivitas seperti biasanya dan penderita tidak dapat berobat di arekan ekonomi yang kurang (Yolianingsih, 2010)

Asam urat merupakan hasil akhir metabolisme dari purin. Sebagian besar purin berasal dari makanan terutama daging jeroan, beberapa jenis sayuran, dan kacang-kacangan. Dalam keadaan normal, asam urat dapat larut di dalam darah pada tingkat tertentu. Apabila kadar asam urat dalam darah melebihi daya larutnya, maka plasma darah akan menjadi sangat jenuh dan keadaan ini disebut dengan hiperurisemia. Salah satu contoh penyakit yang ditandai dengan hiperurisemia adalah penyakit gout atau arthritis gout. Peningkatan kadar asam urat yang berlebihan dapat disebabkan oleh dua kemungkinan utama yaitu kelebihan produksi asam urat dalam tubuh atau terhambatnya pembuangan asam urat oleh tubuh. Kelebihan produksi asam urat dapat dipengaruhi oleh jenis makanan yang dikonsumsi, konsumsi alkohol, dan obesitas. Sedangkan pembuangan yang terhambat dapat dipengaruhi oleh obat-obatan seperti diuretik dan penyakit ginjal atau intoksikasi (Ridhoputrie *et al*, 2019).

Hasil Riskesdas (2018), prevalensi penyakit sendi di Indonesia pada tahun 2013 sebanyak 11,9% tetapi pada tahun 2018 penyakit sendi mengalami penurunan menjadi 7,3%. Presentase lansia di Indonesia meningkat sekitar dua kali lipat pada tahun (1971-2017) mencapai 8,97 persen atau sekitar 23 juta jiwa di mana lansia perempuan lebih banyak satu persen dibandingkan dengan laki-laki, yaitu mencapai 9,47 persen banding 8,48 persen. Lansia di Indonesia di dominasi oleh kelompok lansia muda umur 60-69 tahun dengan presentase 5,65 persen dari penduduk Indonesia, sisanya diisi oleh kelompok lansia madya umur 70-79 tahun dengan presentase 2,49 % dari penduduk Indonesia, dan diisi dengan lansia tua dengan umur 80 ke atas dengan presentase 0,83%. Pada tahun ini Jawa Tengah (12,46%) menduduki urutan ke dua dari lima provinsi yang memiliki struktur penduduk tua yang sudah mencapai 10%, yaitu : DIY (13,90%), Jawa Tengah (12,46%), Jawa Timur (12,16%), Bali (10,79%) dan Sulawesi Barat (10,37%) (Badan Pusat Statistik Indonesia, 2017). Terdapat salah satu kota di Jawa Tengah, yaitu kota Surakarta memiliki pertumbuhan penduduk lansia yang tinggi. Menunjukkan jumlah penduduk lansia usia 60-95 tahun keatas pada tahun 2018 sebanyak 3.348.814 jiwa.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang saya lakukan di Panti Whreda Dharma Bhakti Surakarta yang merupakan panti lansia terbesar di Surakarta, diperoleh hasil bahwa dari 10 Lansia yang saya lakukan pengecekan asam urat studi, 10 lansia menderita asam urat, pola makan dan aktifitas fisiknya tidak teratur, dan mengatakan nyeri pada sendi. Dari studi pendahuluan tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Tingkatkan Gaya Hidup Sehat Lansia Dengan Asam Urat Melalui Metode Poster”.

Media merupakan sarana pendidikan kesehatan (Ma'munah, 2015). Media promosi sebagai alat untuk promosi kesehatan yang kuat dengan jangkauan yang luas. Manfaat dari intervensi menggunakan media promosi dapat mempertahankan niat dan meningkatkan perhatian responden terhadap intervensi yang diberikan (Hanif, 2018).

Media poster merupakan salah satu media yang sangat penting dalam memperjelas pengertian dan melukiskan atau memvisualisasikan makna/isi pesan yang terkandung di dalam poster kepada peserta didik sesuai dengan tema materi pembelajaran yang diinginkan. Selain itu, menurut peneliti media poster merupakan salah satu media yang dapat membantu guru dalam pengajaran

sebagai pendorong atau memotivasi kegiatan belajar peserta didik (Febriyanti & Murdiono, 2016).

Poster adalah pengumuman atau iklan berupa gambar atau tulisan yang ditempelkan di dinding, tembok, atau tempat-tempat umum yang strategis agar mudah diketahui banyak orang. Dalam pengertian lain, poster adalah ajakan atau imbauan untuk melakukan sesuatu (Atiko, 2019).

Kelebihan poster

Ada beberapa kelebihan poster yaitu dapat mempermudah dan mempercepat pemahaman terhadap pesan yg disampaikan, poster juga dilengkapi dengan gambar warna warni yg lebih menarik perhatian pembacanya, bentuknya pun sederhana tanpa memerlukan peralatan khusus dalam pembuatannya, poster juga mudah dalam penempatannya, sehingga hanya memerlukan sedikit informasi yg perlu ditambahkan di dalamnya, selain itu poster juga tidak memerlukan banyak biaya.

Kelemahan Poster

Kelemahan poster antara lain dalam pembuatannya memerlukan ilustrator atau keahlian menggambar , selain itu pesan yg disampaikan terbatas karena hanya berupa visual dan sedikit informasi.

B. Luaran Penelitian

Terwujudnya sarana pendidikan kesehatan atau media informasi berupa poster guna peningkatan derajat kesehatan lansia yaitu gaya hidup sehat pada lansia dengan asam urat.

C. Manfaat Penelitian

1. Penulis

Poster ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan sebagai bahan pembelajaran, pengalaman pada lansia yang menderita asam urat.

2. Masyarakat

Poster ini dapat dijadikan sebagai panduan dan sebagai Pengetahuan untuk menambah wawasan Masyarakat tentang Pembatasan makanan mengandung purin pada lansia yang menderita asam urat.

3. Peneliti selanjutnya

Poster ini dapat dijadikan sebagai panduan dan sebagai acuan Penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan. Pembatasan makanan mengandung purin pada lansia dengan asam urat dalam menentukan intervensi yang terkait.

4. Bagi tenaga kesehatan

Poster ini dapat dijadikan sebagai panduan dan sebagai Pengetahuan untuk menambah wawasan bagi tenaga kesehatan yang berhubungan dengan Pembatasan makanan mengandung purin pada lansia yang menderita asam urat

D. Keaslian Penelitian

1. **Yulianis (2020)** dengan judul informasi kesehatan melalui penyuluhan poster dan leaflet di dusun Talangparit desa Kemingking dalam kecamatan Taman Rajo provinsi Jambi. Dusun Talang Parit desa Kemingking dalam merupakan salah satu desa yang terletak di kecamatan Taman rajo kabupaten Muaro Jambi yang sebageaian besar sebagai buruh pabrik dan berkebun. Grastitis asam urat dan hipertensi mrupakan tiga penyakit terbesar di dusun talang parit penyuluhan kesehatan adalah salah satu cara yang dapat digunakan untuk menyampaikan informasi kesehatan. **Tujuan Penelitian** Kegiatan ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang penyakit meliputi gejala pencegahan dan pengobatannya. **Jenis Penelitian** kegiatan ini menggunakan metode pemberian informasi melalui media langsung yaitu penyuluhan dan tidak langsung yaitu menggunakan poster dan leaflet responden yang terlibat sebanyak 36 orang usia dewasa dan orang tua **Hasil penelitian** hasil dari kegiatan penyuluhan ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh penyuluhan kesehatan sebelum dan sesudah terhadap tingkat pengetahuan masyarakat **Persamaan** metode ini juga menggunakan media poster dan juga pada pasien asam urat **Perbedaan** penelitian ini melakukan penyuluhan secara langsung di lokasi sedangkan

peneliti tidak melakukan promosi kesehatan secara langsung di lokasi.

2. **Sri haryani (2016)** Dengan judul penyuluhan kesehatan melalui media cetak berpengaruh terhadap perawatan hipertensi pada usia dewasa di kota depok. Penyuluhan kesehatan merupakan cara yang digunakan untuk menyampaikan informasi kesehatan. Penyuluhan dapat dilakukan langsung melalui metode tatap muka atau dengan menggunakan media massa sebagai sarana dalam penyampaian informasi. Pada kenyataannya belum diketahui cara mana yang paling efektif dalam penyuluhan kesehatan untuk perawatan hipertensi usia dewasa. **Tujuan penelitian** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh penyuluhan kesehatan langsung dan melalui media massa dengan perawatan hipertensi pada usia dewasa. **Metode penelitian** Penelitian ini menggunakan desain cross sectional. Responden yang terlibat adalah 122 usia dewasa yang merupakan total populasi. **Hasil penelitian** Hasil penelitian menunjukkan bahwa penyuluhan kesehatan langsung dan melalui media massa berhubungan secara bermakna dengan perawatan hipertensi pada usia dewasa. Penyuluhan kesehatan melalui media cetak merupakan faktor dominan pada perawatan hipertensi. Penelitian ini merekomendasikan untuk dilakukannya penyuluhan kesehatan secara berkala melalui selebaran, majalah dan poster. **Persamaan** penelitian ini menggunakan media cetak. **Perbedaan** penelitian ini memberikan pendidikan tentang hipertensi sedangkan peneliti memberikan pendidikan kesehatan pada asam urat.