

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Arthritis merupakan gangguan yang terus membahayakan kesehatan dan menghancurkan kualitas hidup manusia. Beberapa jenis gangguan arthritis ini telah berhasil di kenali lebih dini sehingga jumlah penderita meningkat. Gangguan arthritis relatif jarang membunuh penderita walaupun tidak menyebabkan kematian. Membiarkannya tanpa penanganan bisa menyebabkan sejumlah anggota tubuh tidak berfungsi normal. Arthritis yang merupakan penyakit sistemik kronik yang di tandai dengan peradangan ringan pada jaringan sendi. Umumnya keluhan-keluhan tersebut berupa gejala kaku, nyeri, sampai keterbatasan gerak sendi, yang biasanya menetap dan progresif. Penyebab terjadinya arthritis adalah perilaku hidup yakni pola makan dan aktivitas fisik (Damayanti, 2015).

Arthritis merupakan penyakit yang pada umumnya sering dianggap sepele oleh masyarakat, karena tidak menimbulkan kematian. Padahal apabila arthritis tidak segera ditangani dapat membuat anggota tubuh berfungsi secara tidak normal mulai dari benjol-benjol, sendi kaku, sulit berjalan, bahkan dapat menyebabkan kecacatan seumur hidup (Tedampa, 2016).

Arthritis merupakan yang serangannya sangat di pengaruhi oleh pola makan. Mengonsumsi makanan yang banyak mengandung purin dapat menyebabkan terjadinya pengkristalisasi dalam sendi. Agar terhindar dari arthritis salah satu caranya adalah menjaga makanan yang mengandung purin

dalam darah dalam posisi normal yaitu 5 – 7mg% (padila, 2013).

Faktor resiko penyebab arthritis dapat dikelompokkan menjadi 2 yaitu faktor usia dan jenis kelamin, serta faktor genetik yang dapat menimbulkan arthritis jenis tertentu. Semakin bertambah usia, semakin tinggi resiko untuk terkena arthritis dan wanita juga lebih rawan terkena arthritis dibanding pria, dengan faktor risiko sebesar 60%. Rasa sakit yang timbul bisa sangat mengganggu dan membatasi aktivitas kegiatan sehari-hari, faktor risiko penyebab penyakit arthritis adalah pola makan yang tidak sehat, aktivitas fisik, konsumsi rokok serta meningkatnya stres dan paparan penyebab penyakit arthritis (Suiraoaka,2012).

Penyakit arthritis mudah terjadi pada usia 40-60 tahun keatas karena pada usia tersebut cenderung terjadi perubahan pola makan dan pola hidup yang biasanya akan menimbulkan gangguan kesehatan. Perubahan tersebut dapat terjadi karena usia 40 tahun merupakan usia milestone atau usia transisi dalam kehidupan seseorang. Dalam kondisi tersebut semua perubahan dapat terjadi dan terdapat satu hal yang tidak dapat dihindarkan yaitu transisi menuju penuaan (Savitri, 2016). Sedangkan kelompok usia 50-59 tahun merupakan usia yang paling berisiko untuk terserang penyakit arthritis (Utami dan Lentera, 2015). Menurut Vitaheath (2018) jenis arthritis yang sering dijumpai yaitu *osteoarthritis*, biasanya menyerang kelompok usia  $\geq 50$  tahun, kemudian *arthritis gout* yang sering menyerang usia  $\geq 40$  tahun, dan *arthritis reumatoid* biasanya usia 20-50 tahun.

*World Health Organization (WHO)* 2016, memperkirakan bahwa sekitar 335 juta orang di dunia mengidap penyakit arthritis. Jumlah ini sesuai dengan penambahan manusia berusia lanjut dan beragam faktor kesehatan lainnya yang di prediksi akan mengalami di masa depan. Diperkirakan sekitar 25% penderita arthritis akan mengalami kecatatan akibat kerusakan pada tulang pada persendian (Junaidi, 2013). Sedangkan prevalensi Arthritis di Indonesia mencapai 23,6% hingga 31,2%. Diperkirakan angka ini terus meningkat hingga tahun 2025 dengan indikasi dari 25% akan mengalami kelumpuhan (Meytania Utami, Haida dkk 2015).

Prevalensi penyakit arthritis berdasarkan wawancara yang didiagnosis nakes meningkat seiring dengan bertambahnya umur, demikian juga yang didiagnosis nakes atau gejala. Prevalensi tertinggi pada umur  $\geq 75$  tahun (33% dan 54,8%), sedangkan prevalensi penyakit arthritis yang didiagnosis nakes lebih tinggi pada perempuan (13,4%) dibanding laki-laki (10,3%) demikian juga yang didiagnosis nakes atau gejala pada perempuan (27,5%) lebih tinggi dari laki-laki (21,8%) (Kemenkes, 2018).

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi penyakit arthritis berdasarkan diagnosis nakes di Indonesia 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala 24,7%. Prevalensi penyakit arthritis berdasarkan diagnosis nakes tertinggi di Aceh (13,3%), di ikuti Bengkulu (12,5%), dan Bali (10,0%), sedangkan di Gorontalo (7,1%).

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Gorontalo pada tahun 2018 jumlah penderita Arthritis tertinggi terdapat pada wilayah kerja Puskesmas Kota

Utara sebanyak 10,93% dan yang terendah adalah wilayah kerja Puskesmas Hulonthalangi sebanyak 2,76%. Dan pada tahun 2019 jumlah penderita Arthritis tertinggi terdapat di wilayah kerja Puskesmas Kota utara sebanyak 12,95% dan yang terendah di wilayah kerja Puskesmas Hulonthalangi sebanyak 2,0%. Dan kemudian pada tahun 2020 jumlah penderita Arthritis tertinggi terdapat pada wilayah kerja Puskesmas Kota Utara sebanyak 14,48% dan yang terendah adalah wilayah kerja Puskesmas Hulonthalangi sebanyak 3,09%.

Berdasarkan hasil survei awal pada Wilayah Kerja Puskesmas Kota Utara untuk jumlah penderita Arthritis masih sangatlah tinggi di mana pada tahun 2018 terdapat 102 orang atau 60%, pada tahun 2019 terdapat 145 orang atau 74%, dan kemudian pada tahun 2020 terdapat 180 orang atau 76%.

Berdasarkan observasi awal yang di lakukan pada bulan oktober 2020 peneliti melakukan wawancara awal kepada 10 pasien penderita arthritis, dimana terdapat 7 orang perempuan dan 3 orang laki-laki bahwa aktivitas fisik dan cara mengonsumsi makanan yang masih kurang baik. Dimana dalam sehari mereka masih banyak mengonsumsi makanan yang berlebihan terutama mereka paling banyak mengonsumsi sayuran seperti kangkung dan bayam sedangkan sayur kangkung tersebut bisa mengalami rasa sakit langsung pada sendi yang biasa di sebut dengan rematik, dan arthritis yang sering terjadi pada mereka yakni terdapat pada bagian kaki. Sedangkan dari 10 orang tersebut masih ada yang tidak melakukan aktivitas fisik seperti berolahraga atau tidak mengikuti gerakan senam rematik di Puskesmas Kota Utara yang biasa di lakukan dalam seminggu sekali.

Hal ini tentunya masih banyaknya faktor yang menjadi penyebab terjadinya

arthritis yang di karenakan peningkatan gaya hidup yang jauh dari perilaku hidup bersih dan sehat. Dan selain itu tingginya angka kejadian arthritis ini juga di pengaruhi oleh jenis kelamin, usia, aktivitas fisik, pola makan tidak teratur dan obesitas.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas bahwasanya terdapat hubungan pola makan dan aktivitas fisik yang menjadi salah satu faktor penyebab terjadi Arthritis. Oleh karena itu maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pola Makan dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Arthritis Diwilayah Kerja Puskesmas Kota Utara”

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas dapat di identifikasikan beberapa masalah, yakni sebagai berikut :

1. *World Health Organization* (WHO) 2016, memperkirakan bahwa sekitar 335 juta orang di dunia mengidap penyakit arthritis.
2. Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018, prevalensi penyakit arthritis berdasarkan diagnosis nakes di Indonesia 11,9% dan berdasarkan diagnosis atau gejala 24,7%. Prevalensi penyakit arthritis berdasarkan diagnosis nakes tertinggi di Aceh (13,3%), di ikuti Bengkulu (12,5%), dan Bali (10,0%), sedangkan di Gorontalo (7,1%).
3. Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kota Gorontalo penderita Arthritis pada tahun 2018, 2019, dan 2020 bahwa Puskesmas Kota Utara berada pada posisi pertama.

4. Berdasarkan hasil survei awal jumlah penderita Arthritis di wilayah kerja Puskesmas Kota Utara pada tahun 2020 mengalami peningkatan sebanyak 14,48%.
5. Berdasarkan hasil wawancara dari 10 pasien yang menderita Arthritis di wilayah kerja Puskesmas Kota Utara terdapat 7 orang perempuan dan 3 orang laki-laki bahwa aktivitas fisik dan cara mengonsumsi makanan yang masih kurang baik. Dimana dalam sehari mereka masih banyak mengonsumsi makanan yang berlebihan.

### **1.3 Rumusan Masalah**

1. Apakah ada hubungan pola makan dengan kejadian arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Utara ?
2. Apakah ada hubungan aktivitas fisik dengan kejadian arthritis di Wilayah Kerja Puskesmas Kota Utara ?

### **1.4 Tujuan Penelitian**

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian arthritis di wilayah kerja Puskesmas Kota Utara.

2. Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui hubungan pola makan dengan kejadian arthritis di wilayah kerja Puskesmas Kota Utara.
2. Untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan kejadian arthritis di wilayah kerja Puskesmas Kota Utara.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Dengan adanya penelitian ini dapat menambah wawasan dan mengembangkan ilmu pengetahuan dalam kesehatan masyarakat dan khususnya mengenai hubungan pola makan dan aktivitas fisik dengan kejadian arthritis.

### **2. Manfaat Praktis**

1. Sebagai bahan masukan bagi pemerintah khususnya bagi Dinas Kesehatan Kota Gorontalo dan Puskesmas Kota Utara dalam penentuan arah kebijakan program penanggulangan penyakit Arthritis.
2. Sebagai bahan masukan untuk masyarakat (baik ilmuwan, praktisi, maupun masyarakat umum) dalam upaya peningkatan kesehatan dan menambah ilmu pengetahuan masyarakat mengenai kejadian arthritis, dan khususnya pasien penderita arthritis untuk dapat melakukan upaya-upaya pencegahan arthritis.
3. Bagi peneliti merupakan suatu pengalaman yang sangat berharga dalam mengaplikasikan ilmu yang telah di dapat dan menambah wawasan.