

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Kesehatan wanita adalah aspek penting dalam kesehatan masyarakat, terutama bagi wanita usia subur, yang menurut Kemenkes RI (2018) didefinisikan sebagai perempuan berusia 15 hingga 49 tahun. Di Indonesia, jumlah wanita dalam kategori usia subur diperkirakan mencapai 70.715.592 jiwa, dengan proyeksi peningkatan menjadi 73.512.600 jiwa pada tahun 2024.

Dalam era modern, penanganan berkelanjutan bagi wanita usia subur sangat penting untuk menghadapi tantangan kesehatan global. Indikator kesehatan wanita dapat diukur melalui faktor-faktor seperti pendidikan, penghasilan, kekurangan gizi, beban kerja, angka kematian ibu, usia harapan hidup, dan tingkat kesuburan Menurut Wirata and Istianti (2020) dan Kemenkes RI (2021).

Makanan adalah kunci untuk menjaga kehidupan, terutama bagi wanita usia subur, karena tubuh memerlukan energi (ATP) untuk beraktivitas. Bahan pangan mengandung gizi penting seperti karbohidrat, protein, mineral, lemak, vitamin, dan enzim yang mendukung fungsi sel. Makanan kaya susu, biji-bijian, buah, dan sayuran tidak memengaruhi kesuburan jika gizi terpenuhi. Pola makan sehat dapat meningkatkan peluang kehamilan, sementara diet yang didominasi makanan olahan dan minim buah dapat berdampak negatif pada kesuburan. Menurut Dwi Lestari et al (2023) dan Dinda (2023)

Vegetarian adalah seseorang yang menjalani pola makan berbasis tumbuhan atau nabati, dengan menghindari konsumsi daging, unggas, dan makanan laut. Di sisi lain, vegan adalah bentuk vegetarian yang lebih ketat karena hanya mengonsumsi makanan nabati tanpa produk hewani sama sekali, termasuk susu, telur, atau olahannya.(Dwi Lestari et al. 2023).

Dalam beberapa tahun terakhir, pola makan vegetarian semakin populer karena manfaat kesehatan yang signifikan. Masyarakat kini menyadari bahwa diet berbasis nabati dapat mengurangi risiko penyakit degeneratif seperti diabetes, penyakit jantung, dan kanker. Penelitian menunjukkan bahwa diet vegan rendah lemak yang konsisten selama satu tahun dapat meningkatkan asupan nutrisi penting, seperti serat, vitamin, dan mineral, yang berkontribusi pada penurunan risiko

penyakit kronis serta meningkatkan kualitas hidup (Anggraini, Lestariana, dan Susetyowati, 2015).

Di Indonesia, vegetarian semakin diperhatikan sebagai gaya hidup sehat dan berkelanjutan, mendorong pertumbuhan komunitas vegetarian di berbagai daerah. di Kota Medan, salah satu komunitas yang aktif dalam mempromosikan Kesehatan dan gaya hidup yang sehat adalah Yayasan Buddha Tzu Chi, yang didirikan oleh Master Cheng Yen pada 28 September 1997. Master Cheng Yen mendorong pola makan vegetarian sebagai wujud kepedulian terhadap sesama dan lingkungan. Sejak didirikan, Tzu Chi telah berkembang pesat dengan cabang di berbagai kota, seperti Tangerang, Bandung, Surabaya, Bali, Lampung, Palembang, Medan, dan Makassar(Tzu Chi Medan 2003).

Berkembangnya komunitas vegetarian di Indonesia mendorong masyarakat untuk mengadopsi gaya hidup vegetarian. Namun, konsumsi berlebihan makanan tinggi purin dapat meningkatkan risiko asam urat, atau gout arthritis, yang ditandai dengan nyeri dan pembengkakan pada sendi akibat penumpukan kristal monosodium urat terutama pada wanita usia subur yang menjalani pola makan vegetarian, kadar asam urat bisa meningkat jika mengonsumsi makanan tinggi purin secara berlebihan. Asam urat yang tinggi dapat menyebabkan nyeri dan pembengkakan pada sendi akibat penumpukan kristal monosodium urat. walaupun diet nabati biasanya lebih sehat, beberapa makanan vegetarian seperti tahu, tempe, jamur, dan sayuran hijau juga mengandung purin cukup tinggi. Menurut Theodore Fields, risiko asam urat meningkat seiring bertambahnya usia karena fungsi ginjal menurun, sehingga tubuh sulit mengeluarkan asam urat. Selain itu, hormon estrogen pada wanita usia subur membantu menurunkan kadar asam urat, namun konsumsi purin berlebih tetap berisiko. Oleh karena itu, penting bagi vegetarian untuk mengatur asupan makanan tinggi purin agar terhindar dari gangguan asam(Aнвар Syahadat dan Yulia Vera, 2020).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Hapendatu dkk, terdapat 18 responden atau 72% yang memiliki kadar asam urat serum normal, sementara 7 responden atau 28% memiliki kadar asam urat tinggi. Dalam penelitian Yuliartini, hasil menunjukkan bahwa dari 30 sampel vegetarian lacto-ovo yang diperiksa, 6 sampel (20%) memiliki kadar asam urat tinggi dengan rata-rata 5,77 mg/dL.

Sementara itu, dari 30 sampel non-vegetarian yang diperiksa, 12 sampel (40%) menunjukkan kadar asam urat tinggi dengan rata-rata 6,19 mg/dL. Penelitian oleh Fitriani dkk mengenai hubungan pola makan dengan kejadian asam urat di Wilayah Kerja Puskesmas Bangkinang menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pola makan yang tidak baik. Selain itu, penelitian Priscillia Saluy terhadap 37 responden vegetarian dan 37 responden non-vegetarian di Minahasa menemukan perbedaan signifikan kadar asam urat antara kedua kelompok, tetapi tidak ada perbedaan signifikan berdasarkan pola makan dalam masing-masing kelompok.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti bertujuan untuk meneliti gambaran kadar asam urat pada ibu-ibu anggota komunitas vegetarian Kota Medan, serta untuk mengetahui apakah ada hubungan antara pola makan vegetarian dengan kadar purin tinggi yang dapat menyebabkan asam urat.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Bagaimana Gambaran kadar asam urat pada ibu yang tergabung dalam komunitas vegetarian Kota Medan.

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui Gambaran kadar asam urat pada ibu-ibu yang ada di komunitas vegetarian Kota Medan.

### **1.3.2. Tujuan Khusus**

1. Untuk mengetahui karakteristik umur dan jenis vegetarian yang dijalani pada kelompok vegetarian melalui kuesioner.
2. Untuk mengukur kadar asam urat pada kelompok vegetarian.
3. Untuk mengetahui berapa lama kelompok vegetarian sudah menjalankan pola makan vegetarian melalui kuisisioner.

## **1.4. Manfaat Penelitian**

1. Menambah pengetahuan dan keterampilan dalam pengukuran kadar asam urat pada ibu-ibu di komunitas Vegetarian.
2. Sebagai informasi kepada masyarakat mengenai gambaran Asam Urat ibu-ibu anggota komunitas Vegetarian.

3. Sebagai sumber referensi Poltekkes Kemenkes Medan, mengenai penelitiannya tentang Gambaran kadar Asam Urat pada ibu- ibu di komunitas Vegetarian