

BAB 5

PEMBAHASAN

Dari hasil pemeriksaan kadar asam urat pada nelayan di daerah Sokobana Kabupaten Sampang Madura diperoleh kadar asam urat rata – rata 5,2 mg/dl dengan persentase kadar asam urat normal pada laki – laki 23 orang (76,7%) dan persentase kadar asam urat tidak normal sebanyak 7 orang (23,3 %).

Hasil kadar asam urat pada nelayan di daerah Sokobana Kabupaten Sampang Madura didapatkan 23 orang (76,7 %) dengan kadar asam urat normal (<7 mg/dl) dikarenakan adanya aktifitas yang rutin dan pekerjaan berat yang dikerjakan oleh para nelayan contohnya mengangkut jaring ikan di buat menangkap, mengangkut hasil tangkapan yang berat.

Di dapatkan pula 7 orang (23,3 %) dengan kadar asam urat tidak normal (>7 mg/dl) di karenakan para nelayan sering mengkonsumsi makanan yang mengandung purin atau makanan laut yang mengandung purin.

Purin adalah salah satu kelompok struktur kimia pembentuk DNA. Yang termasuk kelompok purin adalah adenosin dan guanosisin. Saat DNA dihancurkan purin akan dikatabolisme. Hasil buangnya berupa asam urat. Purin termasuk komponen non-esensial bagi tubuh, artinya purin dapat di produksi oleh tubuh sendiri. Apabila mengkonsumsi makanan yang mengandung purin maka purin tersebut akan langsung dikatabolisme oleh usus (Damayanti, 2012).

Asam urat (arthritis gout) adalah penyakit sendi yang disebabkan oleh tingginya asam urat di dalam darah. Kadar asam urat yang tinggi di darah melebihi batas normal menyebabkan penumpukan asam urat di dalam persendian dan organ

tubuh lainnya. Penumpukan asam urat inilah yang membuat sendi sakit, nyeri dan meradang (Sutanto, 2013).

Kadar asam urat yang normal pada pria 3,5-7,0 mg/dl. Umumnya yang terserang asam urat adalah kaum pria. Hal ini karena perempuan mempunyai hormon estrogen yang ikut membantu pembuangan asam urat lewat urine. Asam urat yang berlebihan dalam tubuh cenderung mengumpul pada sendi dan berubah menjadi kristal – kristal asam urat berbentuk jarum.

Produksi asam urat yang di proses oleh tubuh kita terganggu dengan asupan purin dalam makanan yang kita konsumsi sehari-hari. Sebenarnya tubuh kita sudah menyuplai purin untuk memenuhi kebutuhan setiap harinya sebesar 85%. Dengan demikian, 15% sisanya bisa kita dapatkan dari makanan yang kita konsumsi sehari-hari. Tanpa kita sadari, kita sering mengkonsumsi makanan yang mengandung purin tinggi sehingga asupan purin pun menjadi berlebih. Berikut adalah daftar makananyang mengandung purin berlebih yaitu: ikan sarden kerang, daging bebek, jeroan, hati, otak, babat, bayam, kangkung, udang, dan ikan laut/sea food (Lely, 2013).

Di Sulawesi Utara faktor resiko artritis gout atau asam urat masih cukup tinggi khususnya di pedesaan. Begitu “akrab”-nya masyarakat di sana dengan penyakit ini sehingga artritis *gout* atau asam urat di anggap penyakit turun temurun dikarenakan masyarakat di sana hampir setiap hari meminum alkohol tradisional (tuak atau tape) faktor resiko asam urat menjadi 50% lebih berbahaya. Demikian pula mereka yang kebiasaan sehari-hari makan makanan laut (udang, kepiting, tiram, ikan teri), jeroan, kaldu kental, daging anjing, dan kambing. Keluarga yang

mempunyai riwayat positif penyakit asam urat sekitar 60% dan hampir 47,4% di antaranya adalah kaum pria (Damayanti, 2013).