

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Puasa Ramadhan merupakan ibadah wajib bagi seluruh pemeluk agama Islam, akil baligh, dan sehat. Puasa diartikan sebagai ibadah menahan diri atau berpantang makan, minum, dan segala hal yang membatalkannya, dimulai dari terbit fajar hingga terbenam matahari, sehingga lamanya waktu berpuasa berkisar antara 11 jam hingga 18 jam setiap harinya (Firmansyah, 2015). Selama puasa Ramadhan terjadi perubahan pola diet berupa penurunan asupan cairan yang mempengaruhi status hidrasi individu, sehingga perubahan fungsi ginjal yang temporer akibat dehidrasi dapat terjadi selama bulan puasa. Dehidrasi menyebabkan penurunan filtrasi glomerulus dan penurunan ekskresi asam urat sehingga kadar asam urat dalam darah dapat meningkat (Abdul Kareem et al., 2017).

Jika mengikuti sunah Rasulullah, sebaiknya kita berbuka puasa dengan mengkonsumsi kurma serta menunda makan makanan yang berat. Dalam hadist riwayat Abu Dawud, dijelaskan bahwa Rasulullah SAW biasa berbuka puasa sebelum melaksanakan shalat dengan *ruthab* (kurma basah), jika tidak ada *ruthab*, maka beliau berbuka dengan *tamr* (kurma kering), apabila tidak ada *tamr*, beliau meminum seteguk air. Hadits tersebut menunjukkan bahwa beliau tidak langsung berbuka puasa dengan makan makanan yang berat, melainkan memakan kurma terlebih dahulu, kemudian diselingi dengan sholat maghrib.

Kurma memiliki berbagai macam kandungan yang bermanfaat untuk kesehatan tubuh. Komposisi utama kurma terdiri dari 70% karbohidrat (terutama sukrosa, glukosa, dan fruktosa). Zat gula yang terdapat di dalam kurma tersebut lebih mudah dicerna dan hanya memerlukan waktu sekitar 5-10 menit untuk dapat terserap dalam usus manusia, kemudian segera dilepaskan ke sirkulasi darah serta dimetabolisme secara cepat untuk sumber energi berbagai aktivitas sel (Ali, et.al., 2012). Berbeda dengan makanan berat dan minuman yang kurang mengandung unsur gula membutuhkan waktu yang lebih lama untuk terserap dalam usus manusia

yaitu sekitar 3-4 jam. Buah kurma memiliki implikasi terapeutik dalam pengendalian penyakit asam urat melalui efek proteksi ginjal (*nephroprotective*). Kandungan kurma yang kaya akan antioksidan memiliki efek *nephroprotective* sehingga dapat menurunkan kadar asam urat dalam darah dan mempertahankannya pada konsentrasi yang normal (Salah, et al., 2011).

Asam urat merupakan hasil pemecahan akhir dari metabolisme purin. Peninggian kadar asam urat darah lebih dari 7,0 mg/dL pada laki-laki dan 6,0 mg/dL pada perempuan disebut dengan hiperurisemia. Hiperurisemia adalah gangguan metabolisme yang mendasari terjadinya gout, yang risiko terjadinya lebih besar pada laki-laki (Pursriningsih dan Panunggal, 2015). Dengan demikian, perhatian terhadap kadar asam urat sangat diperlukan.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, puasa Ramadhan dan konsumsi kurma berpotensi untuk mempengaruhi kadar asam urat darah, maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian mengenai perbandingan perbedaan kadar asam urat darah sebelum dan sesudah konsumsi kurma sebagai takjil pada puasa Ramadhan.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana perbandingan perbedaan kadar asam urat darah sebelum dan sesudah konsumsi kurma sebagai takjil pada puasa Ramadhan.

1.3 Pertanyaan Penelitian

- a. Berapa perbedaan kadar asam urat darah sebelum dan sesudah konsumsi kurma sebagai takjil selama puasa Ramadhan pada kelompok perlakuan?
- b. Berapa perbedaan kadar asam urat darah sebelum dan sesudah puasa Ramadhan pada kelompok kontrol?
- c. Bagaimana perbandingan kadar asam urat darah antara kelompok perlakuan dengan kelompok kontrol?

- d. Bagaimana perbandingan perbedaan kadar asam urat darah sebelum dan sesudah konsumsi kurma sebagai takjil pada puasa Ramadhan menurut pandangan Islam?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui perbandingan perbedaan kadar asam urat darah sebelum dan sesudah konsumsi kurma sebagai takjil pada puasa Ramadhan

1.4.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui kadar rata-rata asam urat darah sebelum dan sesudah konsumsi kurma sebagai takjil selama puasa Ramadhan pada kelompok perlakuan
- b. Mengetahui kadar rata-rata asam urat darah sebelum dan sesudah puasa Ramadhan pada kelompok kontrol

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat bagi Peneliti

- a. Memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran
- b. Mengetahui cara membuat penelitian yang baik dan benar
- c. Menambah ilmu pengetahuan mengenai perbandingan perbedaan kadar asam urat darah sebelum dan sesudah konsumsi kurma sebagai takjil pada puasa Ramadhan

1.5.2 Manfaat bagi Institusi

Sebagai tambahan bahan pustaka dan literatur bagi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI.

1.5.3 Manfaat bagi Masyarakat

Memperluas wawasan mengenai perbandingan perbedaan kadar asam urat darah sebelum dan sesudah konsumsi kurma sebagai takjil pada puasa Ramadhan, sehingga masyarakat dapat lebih menghayati sunah Rasulullah SAW.