

SKRIPSI

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP WANITA PREMENOPAUS
TENTANG OSTEOPOROSIS DENGAN TINDAKAN PENCEGAHAN
OSTEOPOROSIS DIKELURAHAN PARUPUAK TABING
WILAYAH KERJA PUSKESMAS LUBUK BUAYA
PADANG TAHUN 2009**

Penelitian Keperawatan Maternitas

Diajukan Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Pada Program Studi Ilmu Keperawatan fakultas Kedokteran

Universitas Andalas



OLEH :

**MERSI EKAPUTRI
07921085**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS ANDALAS
2009**

ABSTRAK

Osteoporosis adalah penyakit tulang sistemik, ditandai dengan rendahnya masa tulang dan terjadinya perubahan mikroarsitektur jaringan tulang sehingga tulang menjadi rapuh dan mudah patah. Wanita premenopaus sangat berisiko terkena osteoporosis. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap wanita premenopaus tentang osteoporosis dengan tindakan pencegahan osteoporosis dikelurahan Parupuk Tabing Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang Tahun 2009. Jenis penelitian bersifat korelasi dengan pendekatan desain cross sectional, penelitian dilakukan bulan Juni 2009. Sampel adalah wanita premenopaus, berumur 40-45 tahun yang berada dikelurahan perupuk tabing wilayah kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang yang berjumlah 98 dan pengambilan sampel dilakukan secara simple random sampling dengan melakukan pengundian sampel. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner dan data diolah dengan menggunakan uji-chisquare. Hasil penelitian menunjukkan bahwa lebih dari separoh (65,3%) responden memiliki pengetahuan kurang baik, 58,2% memiliki sikap positif dan sebagian besar (78,6%) memiliki tindakan yang kurang baik. Hasil analisa bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan responden dengan tindakan pencegahan osteoporosis dengan nilai ($p=0,007$). Terdapat hubungan yang bermakna antara sikap responden dengan tindakan pencegahan osteoporosis dengan nilai ($p=0,008$). Diharapkan kepada Tenaga Kesehatan Khususnya Puskesmas Lubuk Buaya Padang agar dapat melakukan penyuluhan tentang penyakit osteoporosis, dengan harapan agar terjadi peningkatan pengetahuan masyarakat serta mengadakan upaya tindakan pencegahan penyakit osteoporosis dengan mengadakan senam.

Kata Kunci : Premenopaus, Osteoporosis

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Keberhasilan pembangunan kesehatan telah mampu meningkatkan derajat kesehatan dan kesejahteraan penduduk Indonesia, dimana angka harapan hidup penduduk Indonesia pun ikut meningkat khususnya wanita. Hal ini dengan sendirinya menyebabkan peningkatan penyakit menua yang menyertainya yaitu osteoporosis (Fadilah, 2007).

Osteoporosis adalah merupakan penyakit metabolik tulang yang ditandai dengan menurunnya kepadatan tulang dan perubahan mikroarsitektur jaringan tulang sehingga tulang menjadi rapuh dan mudah patah. Penyakit osteoporosis ini sering disebut sebagai *the silent disease*, tenang tanpa keluhan tapi suatu saat bisa membuat kejutan tiba-tiba tulang bisa patah dan seolah-olah seseorang yang terkena osteoporosis sifatnya mendadak dan bisa berujung pada kematian (Setiawan, 2005).

Salah satu masalah kesehatan dinegara-negara maju dan negara-negara berkembang saat ini adalah osteoporosis. Fakta statistik menunjukkan bahwa kini terdapat 200 juta penderita osteoporosis diseluruh dunia, satu diantara 3 wanita diatas 50 tahun adalah penderita osteoporosis. Prediksi pada tahun 2050 diperkirakan akan ada 6,3 juta patah tulang panggul setiap tahun diseluruh dunia yang lebih dari setengahnya terdapat di Asia.

Kejadian patah tulang akibat osteoporosis semakin meningkat hampir disemua negara dimana diperkirakan sekitar 50 % dari penderita tersebut tidak hidup sendirian tetapi bergantung pada orang lain (Tandra, 2009).

Di Amerika Serikat pada tahun 1993 dilaporkan bahwa osteoporosis terjadi pada sekitar 25 juta penduduk dimana diperkirakan akan terjadi patah tulang pada 1,3 juta orang/tahun dan diperhitungkan akan membutuhkan biaya sekitar 10 milyar dolar per tahun (Lane, 2003).

Di Indonesia bahwa jumlah penderita osteoporosis jauh lebih besar dari data terakhir Departemen Kesehatan Republik Indonesia (Depkes RI), yang mematok angka 19,7 % dari seluruh penduduk. Catatan dari beberapa kota seperti Jakarta, Surabaya, Semarang, Bandung, dan Medan bahkan sudah mencapai 30% (lebih tinggi dari luar negeri), hal ini kemungkinan besar disebabkan karena usia manusia sekarang yang makin panjang, nutrisi yang salah, gaya hidup atau *life style* yang keliru semua akan memacu timbulnya osteoporosis (Tandra, 2008).

Hasil penelitian Depkes (2005) di beberapa wilayah Indonesia, salah satunya Sumatra Barat ditemukan bahwa prevalensi osteoponia (suatu kondisi hilangnya sejumlah masa tulang sebelum terjadinya osteoporosis) mencapai 41,8% dan 10,3% menderita osteoporosis. Prevalensi osteoporosis lebih tinggi pada wanita yang berumur di atas 55 tahun, kemungkinan besar disebabkan hormon estrogen yang sudah menurun saat menopause (Messwati, 2007).

Osteoporosis merupakan masalah kesehatan yang akan dihadapi, terutama dalam hal konsekuensi biaya pengobatan yang sangat besar.

Walaupun demikian penyakit osteoporosis sama dengan penyakit lainnya yang dapat dicegah dan diobati, pencegahan hendaknya dilakukan sedini mungkin atau ketika seorang wanita masih menjalani masa reproduksi khususnya pada masa premenopaus (Fatmawati, 2001).

Saat masa premenopaus hormon progesteron dan estrogen masih tinggi tetapi semakin rendah ketika memasuki masa perimenopaus dan postmenopaus. Berkurangnya hormon estrogen mengakibatkan kaum perempuan memiliki resiko lebih tinggi terkena osteoporosis terutama pada masa menopaus karena hormon estrogen menurun mengakibatkan kecepatan penurunan masa tulang meningkat hal ini terjadi karena estrogen membantu penyerapan kalsium kedalam tulang sehingga ketika kadar estrogen menurun maka wanita akan mengalami kehilangan kalsium dari tulang dengan cepat (Gomes, 2006).

Hasil penelitian menunjukkan wanita Indonesia hanya mengkonsumsi 270 miligram kalsium perhari atau kurang dari 50% rekomendasi kalsium harian yang dibutuhkan untuk menjaga kekuatan dan kesehatan tulang. Pada hal menurut standar Internasional kalsium yang harus dikonsumsi oleh orang dewasa adalah 1000-1200 Mg per hari hal ini mengakibatkan tingginya risiko terkena osteoporosis pada wanita ditanah air (Isbagio, 2008).

Kasus osteoporosis banyak terjadi pada wanita juga disebabkan karena ibu kekurangan asupan kalsium dari susu dan panjangnya waktu pemberian ASI serta kehamilan berulang. Bila ibu kurang kalsium maka bayi

akan mengambil kalsium dari tulang ibunya akibatnya tulang jadi keropos dan mudah patah (Fadilah, 2007).

Masalah osteoporosis memerlukan perhatian yang serius dari pemerintah disemua negara termasuk Indonesia. Masyarakat harus diberi pendidikan akan pentingnya nutrisi, juga harus ada akses pengobatan bagi warga masyarakat jika tidak memberi perhatian pada bahaya osteoporosis pemerintah akan mengeluarkan lebih banyak biaya untuk mengatasi dampaknya. Orang yang terkena osteoporosis akan menjadi lemah secara fisik dan secara psikologis akan kehilangan harapan merasa tidak berguna dan dapat menyebabkan menurunnya kualitas SDM serta menjadi beban ekonomi (Julitra, 2007).

Tindakan pencegahan penyakit osteoporosis perlu dilakukan, makin cepat melakukan langkah pencegahan maka semakin baik dan dapat mengurangi risiko kehilangan masa tulang yakni membiasakan hidup sehat berolahraga teratur, mengonsumsi nutrisi, kalsium dan vitamin D, serta menghilangkan kebiasaan buruk seperti merokok, minum alkohol dan kopi. (Tandra, 2008).

Untuk melakukan tindakan pencegahan, masyarakat harus memiliki segala hal pengetahuan tentang osteoporosis, karena pengetahuan merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya suatu tindakan. Masyarakat yang mengetahui tentang osteoporosis tentu akan lebih berupaya untuk melakukan tindakan pencegahan osteoporosis (Notoatmodjo, 2001).

BAB V

HASIL PENELITIAN

A. Gambaran Umum Penelitian

Penelitian ini dilakukan Dikelurahan Parupuk Tabing Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang dari tanggal 1 Juni sampai 20 Juni 2009 dengan jumlah responden 98 orang, ini sesuai dengan perencanaan yang telah ditentukan sebelumnya.

Penelitian dilakukan dengan menyebarkan kuesioner kepada responden, kuesioner pengetahuan berisi 14 pertanyaan, kuesioner sikap dengan 18 pernyataan sedangkan kuesioner tindakan berisi 10 pertanyaan. Dari penelitian yang telah dilakukan didapatkan data demografi responden: bahwa seluruhnya responden berumur dari 40-45 tahun, pendidikan responden yaitu SD: 14 (14,3%), SLTP: 37 (37,8%), SMU: 32 (32,7%), PT: 15 (15,3%). Untuk pekerjaan responden yaitu ibu rumah tangga (RT) 85 (86,7%) dan PNS 13 (13,3%).

B. Analisa Univariat

Analisa univariat bertujuan untuk melihat distribusi frekuensi responden menurut pengetahuan, sikap dan tindakan pencegahan osteoporosis.

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan tentang Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Wanita Premenopaus Tentang Osteoporosis Dengan Tindakan Pencegahan Osteoporosis Dikelurahan Parupuk Tabing Wilayah Kerja Puskesmas Lubuk Buaya Padang Tahun 2009 dapat diambil suatu kesimpulan sebagai berikut:

1. Terdapat lebih dari separoh (65,3%) wanita premenopaus memiliki pengetahuan yang kurang baik tentang osteoporosis
2. Terdapat lebih dari separoh (58,2%) wanita premenopaus memiliki sikap yang positif tentang osteoporosis
3. Terdapat sebagian besar (78,6%) wanita premenopaus memiliki tindakan yang kurang baik tentang osteoporosis
4. Terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan wanita premenopaus tentang osteoporosis dengan tindakan pencegahan osteoporosis
5. Terdapat hubungan yang bermakna antara sikap wanita premenopaus tentang osteoporosis dengan tindakan pencegahan osteoporosis

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmadi. (1999). *Psikologi sosial*. Jakarta: Rineka Cipta
- Arikunto, S. (2002). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek (Edisi V)*. Jakarta: Rineka Cipta
- Azwar, S.(1995). *Sikap manusia teori dan pengukurannya*. Yogyakarta: Liberty
- Budiarto, E. (2001). *Biostatistika untuk kedokteran dan kesehatan masyarakat*. Jakarta: EGC.
- Budihardjo, L. (2002). *Osteoporosi*. Jakarta: Dian Rakyat
- Cosman, F. (2009). *Panduan lengkap agar tulang anda tetap sehat*. Yogyakarta: B first
- Effendi, S. (1998). *Psikologi Sosial*. Bandung : Refrika Aditama.
- Fadillah, S. (2007). *Tulang keropos rentan menyerang wanita indonesia*. Diakses pada tanggal 9 Maret 2009 dari <http://www.tempointeraktif.com/hg/nasional/2008/11/29/brk.20081129-148779.id.html>
- Hastono, S. (2006). *Basic data analysis for health research training*. Depok: FKM UI
- Hunggo, S (2006). *Gambaran masyarakat indonesia masa depan*. Diakses pada tanggal 9 Maret, 2009 dari http://www.majalah-farmacia.com/rubrik/one_news.asp?IDNews=409
- Isbagio. (2008). *Pencegahan dan pengelolaan osteoporosis*. Diakses pada tanggal 15 Maret 2009 dari <http://www.mediaindonesia.com/berita.asp?id=140855>
- Kasdu, D. (2002). *Kiat sehat dan bahagia diusia menopause*. Jakarta: Puspa Swara