

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN PENDAPATAN WANITA PRALANSIA DENGAN UPAYA PENCEGAHAN OSTEOPOROSIS DI BATURAJA TAHUN 2015

Wachyu Amelia

Dosen Program Studi Diploma III Kebidanan STIKES Al-Ma'arif Baturaja

Jl. Dr. Mohammad Hatta No.678 b Baturaja OKU

Email : amelia.wachyu@yahoo.com

Abstrak :Prevalensi osteoporosis di dunia masih cukup tinggi. WHO menyebutkan bahwa sekitar 200 juta orang menderita Osteoporosis di seluruh dunia. Pada tahun 2050, diperkirakan angka patah tulang pinggul akan meningkat 2 kali lipat pada wanita dan 3 kali lipat pada pria. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah metode survey analitik dengan pendekatan Cross Sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah semua wanita yang berumur 45-59 tahun diwilayah kerja UPTD Puskesmas Kabupaten Ogan Komering Ulu tahun 2015 yang berjumlah 74 orang. Sampel dalam penelitian ini diambil dengan cara Accidental sampling. Data dianalisa dengan menggunakan uji statistik Chi-Square dengan $\alpha = 0,05$. Dari hasil penelitian didapatkan bahwa responden yang melakukan upaya pencegahan osteoporosis lebih banyak pada responden yang pengetahuan baik yaitu sebanyak 32 responden (78,0%) dan yang tidak melakukan upaya pencegahan osteoporosis lebih banyak pada ibu yang berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 22 orang (66,7 %). Dari hasil analisa statistik diperoleh p value = 0,001. Untuk variable pendapatan didapatkan bahwa responden yang melakukan upaya pencegahan osteoporosis lebih banyak pada responden dengan pendapatan yang tinggi yaitu sebanyak 29 responden (70,7 %) dan yang tidak melakukan upaya pencegahan osteoporosis lebih banyak pada responden dengan pendapatan yang rendah yaitu sebanyak 23 responden (69,7 %). Dari hasil analisa statistik diperoleh p value = 0,001. Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada hubungan antara tingkat pengetahuan dan pendapatan wanita pralansia dengan upaya pencegahan osteoporosis.

Kata Kunci : Upaya Pencegahan Osteoporosis, Pengetahuan, Pendapatan

Referensi :17 (2006-2013)

Abstract : *The prevalence of osteoporosis in the world is still quite high. WHO says that about 200 million people suffer from osteoporosis worldwide. By 2050, it is estimated that the number of hip fractures will increase 2-fold in women and 3-fold in men. The method used in this research is analytical survey method with Cross Sectional approach. The population in this study were all women aged 45-59 years in the working area UPTD Puskesmas Ogan Komering Ulu District 2015 which amounted to 74 people. The sample in this research is taken by Accidental sampling. Data were analyzed by Chi-Square statistic test with $\alpha = 0,05$. From the result of the research, it was found that the respondents who did the prevention effort of osteoporosis were more the respondents who had good knowledge, 32 respondents (78.0%) and those who did not make the osteoporosis prevention more for the less knowledgeable mothers of 22 people (66, 7%). From the results of statistical analysis obtained p value = 0.001. For income variable, it is found that the respondents who do prevention effort of osteoporosis more on the respondent with high income that is 29 respondents (70,7%) and those who do not do prevention of osteoporosis more on the respondents with low income that is as much as 23 respondents(69 , 7%). From the results of statistical analysis obtained p value = 0.001. The conclusion in this study is that there is a relationship between the level of knowledge and income of pre-elderly women with efforts to prevent osteoporosis.*

Keywords: *Osteoporosis Prevention Efforts, Knowledge, Income*

Reference: *17 (2006-2013)*

PENDAHULUAN

Prevalensi osteoporosis di dunia masih cukup tinggi. World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa sekitar 200 juta orang menderita Osteoporosis di seluruh dunia. Pada tahun 2050, diperkirakan angka patah tulang pinggul akan meningkat 2 kali lipat pada wanita dan 3 kali lipat pada pria (Kemenkes RI, 2008). Berdasarkan data Sistem Informasi Rumah Sakit (SIRS) tahun 2010, angka insiden patah tulang paha atas tercatat sekitar 200/100.000 kasus pada wanita dan pria diatas usia 40 tahun diakibatkan osteoporosis.

Berdasarkan studi di Indonesia prevalensi osteoporosis untuk umur kurang dari 70 tahun untuk wanita sebanyak 18-36% sedangkan pria 20-27%, untuk umur di atas 70 tahun untuk wanita 53,6% sedangkan pria 38%, orang yang terserang osteoporosis rata-rata berusia lebih dari 50 tahun, dua dari lima orang Indonesia memiliki risiko terkena penyakit osteoporosis (Zaviera, 2010).

Insidensi osteoporosis pada wanita pascamenopause terus meningkat seiring dengan tingginya populasi lansia. Osteoporosis adalah ancaman kesehatan yang mempengaruhi lebih dari setengah

penduduk berusia diatas 50 tahun. Seperti kebanyakan penyakit tulang pada manusia, osteoporosis berkaitan dengan nyeri, ketidakmampuan, dan peningkatan risiko mortalitas. Dari laporan Perhimpunan Osteoporosis Indonesia, sebanyak 41,8 persen laki-laki dan 90 persen perempuan sudah memiliki gejala osteoporosis, sedangkan 28,8 persen laki-laki dan 32,3 persen perempuan sudah menderita osteoporosis. (Tandra, 2009).

Sekitar 80% penderita osteoporosis adalah wanita, termasuk wanita muda yang mengalami penghentian siklus menstruasi. Hilangnya hormone estrogen setelah menopause meningkatkan risiko terkena osteoporosi. Osteoporosis yang sering disebut penyakit pengkeroposan tulang ini ternyata menyerang wanita sejak masih muda. Tidak dipungkiri penyakit osteoporosis pada wanita dipengaruhi 3 oleh hormone esterogen, namun karena gejala baru muncul setelah usia 50 tahun, penyakit osteoporosis tidak mudah dideteksi secara dini (Syafrudin, 2011)

Angka kejadian osteoporosis tidak hanya dipengaruhi oleh peningkatan umur harapan hidup wanita, namun juga terkait dengan pengetahuan dan perilaku

mengenai pencegahan osteoporosis. hal ini terlihat dari rendahnya konsumsi kalsium rata-rata orang Indonesia yaitu sebesar 254 mg/hari (hanya seperempat dari standar international, yaitu sebesar 1000-1200 mg/ hari untuk orang dewasa) (Nanda, 2012).

Sangat perlu adanya upaya ibu untuk melakukan pencegahan osteoporosis. Upaya bisa dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan tentang pencegahan osteoporosis. Hal ini seperti diuraikan oleh Notoatmodjo (2011), terbentuknya suatu perilaku dimulai dari domain kognitif dalam arti tahu dahulu terhadap suatu materi yang telah dipelajari sebelumnya. Kemudian menimbulkan pengetahuan baru, selanjutnya menimbulkan sikap terhadap reaksi atau respons terhadap suatu stimulus atau objek (Notoatmodjo, 2011).

METODE PENELITIAN

Metode penelitian ini adalah metode survey analitik dengan pendekatan *Cross Sectional* dengan Populasi adalah semua wanita yang berumur 45-59 tahun di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kemalaraja Kecamatan Baturaja Timur Kabupaten Ogan Komering Ulu tahun

2015. Sampel diambil dengan cara *Accidental sampling* yang berjumlah 74 orang. Penelitian ini dilakukan di wilayah kerja UPTD Puskesmas Kemalaraja Kecamatan Baturaja Timur Kabupaten Ogan Komering Ulu. Data dianalisa dengan menggunakan uji statistik *Chi-Square* pada $\alpha = 0,05$ dan derajat kepercayaan 95 %.

HASIL PENGAMATAN

Analisa Univariat

Distribusi Frekuensi Upaya pencegahan osteoporosis

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Upaya Pencegahan Osteoporosis

Upaya Pencegahan Osteoporosis	Frekuensi	%
Baik	41	55,4
Kurang	33	44,6
Jumlah	74	100

Sumber : Data Primer 2015

Dari Tabel 1 diatas dapat dilihat bahwa proporsi responden yang baik dalam upaya pencegahan osteoporosis lebih besar dibandingkan dengan yang kurang yaitu sebanyak 41 orang (55,4 %).

Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan tentang Osteoporosis dan Pencegahannya

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	%
Baik	43	58,1
Kurang	31	41,9
Jumlah	74	100

Sumber : Data Primer 2015

Berdasarkan tabel 3.2 diatas dapat dilihat bahwa proporsi responden dengan pengetahuan baik lebih besar jika dibandingkan dengan reponden yang berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 43 responden (58,1 %).

Distribusi Frekuensi Tingkat Pendapatan

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Pendapatan

Tingkat Pendapatan	Frekuensi	%
Tinggi	39	52,7
Rendah	35	47,3
Jumlah	74	100

Sumber : Data Primer 2015

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa proporsi responden dengan pendapatan yang tinggi lebih besar jika dibandingkan dengan pendapatan yang kurang yaitu sebanyak 39 responden (52,7 %).

Analisa Bivariat

Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan upaya pencegahan osteoporosis

Tabel 4 Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Upaya Pencegahan Osteoprorsis di UPTD Puskesmas Kemalaraja Kabupaten OKU Tahun 2015

Tingkat Pengetahuan	Upaya Pencegahan Osteoporosis			p Value
	Baik	Kurang	N	
Baik	32 78,0 %	11 33,3 %	43 58,1 %	0,001
Kurang	9 22,0 %	22 66,7 %	31 41,9 %	
Jumlah	41 100 %	33 100 %	74 100 %	

Sumber : Data Primer 2015

Berdasarkan Tabel 4 diatas dapat dilihat bahwa responden yang melakukan upaya pencegahan osteoporosis lebih banyak pada responden yang pengetahuan baik yaitu sebanyak 32 responden (78,0%) dan yang tidak melakukan upaya pencegahan osteoporosis lebih banyak pada ibu yang berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 22 orang (66,7 %). Dari hasil analisa statistik diperoleh p value = 0,001.

Hubungan Tingkat pendapatan dengan Upaya pencegahan Osteoporosis

Tabel 5 Hubungan Pendapatan dengan Upaya Pencegahan Osteoporosis di UPTD Puskesmas Kemalaraja Kabupaten OKU Tahun 2015

Tingkat Pendapatan	Upaya Pencegahan Osteoporosis		
	Baik	Kurang	N
Tinggi	29 70,7 %	10 30,3 %	39 59,7 %
Rendah	12 29,3 %	23 69,7 %	35 47,3 %
Jumlah	41 100 %	33 100 %	74 100 %

Sumber : Data Primer 2015

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa responden yang melakukan upaya pencegahan osteoporosis lebih banyak pada responden dengan pendapatan yang tinggi yaitu sebanyak 29 responden (70,7 %) dan yang tidak melakukan upaya pencegahan osteoporosis lebih banyak pada responden dengan pendapatan yang rendah yaitu sebanyak 23 responden (69,7 %). Dari hasil analisa statistik diperoleh p value = 0,001.

PEMBAHASAN

Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Upaya Pencegahan Osteoporosis

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa responden yang melakukan upaya pencegahan osteoporosis lebih banyak pada responden yang pengetahuan baik yaitu sebanyak 32 responden (78,0%) dan yang tidak melakukan upaya pencegahan osteoporosis lebih banyak pada ibu yang berpengetahuan kurang yaitu sebanyak 22 orang (66,7 %).

Dari hasil analisa statistik diperoleh p value = 0,001 yang menunjukkan bahwa hipotesis yang menyatakan ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan upaya pencegahan osteoporosis terbukti secara statistik.

Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa beberapa wanita pralansia yang berpengetahuan baik, namun tidak melakukan upaya pencegahan osteoporosis dengan baik yaitu sebanyak 32,4%. Hal ini bisa saja disebabkan karena adanya kebiasaan-kebiasaan yang sulit diubah, seperti dalam membatasi jumlah makanan yang mengandung garam dan lemak, berjemur

tiap pagi dan rutin melakukan kegiatan fisik.

Dari hasil penelitian terlihat kecenderungan semakin baik pengetahuan seorang wanita pralansia maka semakin baik pula upaya pencegahan osteoporosis dilakukan hal ini terlihat dari perentase responden yang melakukan upaya pencegahan baik sebanyak 51,3%, maka dapat disimpulkan bahwa wanita tersebut sedikit banyaknya mengetahui tentang osteoporosis mulai dari tanda, gejala dan upaya untuk melakukan pencegahan osteoporosis seperti mengkonsumsi susu yang mengandung kalsium, mengkonsumsi suplemen tambahan kalsium dan makan-makanan yang bergizi sehingga hal ini dapat memotivasi wanita untuk melakukan upaya pencegahan osteoporosis dimulai sejak usia dini.

Wanita yang berpengetahuan kurang belum tentu tidak dapat melakukan upaya pencegahan osteoporosis dengan baik 53,9% hal ini karena ada kemungkinan wanita tersebut sering mengkonsumsi susu yang mengandung kalsium tinggi, rutin berolahraga, serta makan-makanan yang bergizi. Jadi secara tidak langsung tanpa disadari wanita pra lansia tersebut sudah

melakukan upaya pencegahan osteoporosis.

Hubungan Tingkat Pendapatan dengan Upaya Pencegahan Osteoporosis

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa responden yang melakukan upaya pencegahan osteoporosis lebih banyak pada responden dengan pendapatan yang tinggi yaitu sebanyak 29 responden (70,7 %) dan yang tidak melakukan upaya pencegahan osteoporosis lebih banyak pada responden dengan pendapatan yang rendah yaitu sebanyak 23 responden (69,7 %). Dari hasil analisa statistik diperoleh $p \text{ value} = 0,001$ Yang menunjukkan bahwa hipotesis yang menyatakan ada hubungan antara tingkat pendapatn dengan upaya pencegahan osteoporosis terbukti secara statistik.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian Regina (2008) yang menyatakan tidak ada hubungan bermakna antara tingkat pendapatan dengan perilaku pencegahan osteoporosis. Hal ini juga sesuai dengan teori Health Belief Model yang mengatakan bahwa seseorang akan melakukan perilaku kesehatan apabila memandang bahwa diri mereka rentan terhadap suatu masalah kesehatan, jadi

meskipun seseorang tersebut memiliki pendapatan yang tinggi, namun tidak merasa rentan dan menganggap osteoporosis bukan merupakan penyakit yang serius maka orang tersebut cenderung untuk tidak melakukan pencegahan osteoporosis sejak dini.

Morbiditas seringkali dikaitkan dengan pendapatan seseorang, asumsi peneliti pencegahan penyakit dapat dilakukan dengan berbagai macam cara yang mudah, murah, dan efektif. Dalam hal ini pengetahuan seseorang menjadi penting. Seseorang yang memiliki pengetahuan yang baik terkait osteoporosis, akan cenderung melakukan pencegahan osteoporosis dengan baik, jika orang tersebut tidak memiliki pendapatan yang cukup tinggi untuk membeli susu berkalsium tinggi, maka dia bisa melakukan olahraga jalan kaki minimal 10 menit, rutin terpapar sinar matahari pagi, dan mengkonsumsi makanan dan sayur ataupun ikan olahan sendiri, makanan yang sehat tidak harus mahal.

KESIMPULAN

1. Ada Hubungan antara tingkat pengetahuan wanita pra lansia dengan upaya pencegahan osteoporosis di UPTD Puskesmas Kemalaraja Kabupaten OKU Tahun 2015.
2. Ada Hubungan antara tingkat pendapatan dengan upaya pencegahan osteoporosis di UPTD Puskesmas Kemalaraja Kabupaten OKU Tahun 2015.

REFERENSI

- Compston (2011). *Bimbingan Dokter Pada Osteoporosis*. Jakarta : Dian Rakyat
- Depkes RI. 2008. *Berdiri Tegak, Bicara Lantang, Kalahkan Osteoporosis*.
- Depkes. 2011. *Dari Penyakit Menular ke Penyakit Tidak Menular* Tandra, Hans, 2009. *Osteoporosis Mengenal, Mengatasi, dan Mencegah Tulang Keropos*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Hary, Wilhelmus Susilo. (2012). *Statistika & Aplikasi Untuk Penelitian Ilmu Kesehatan*. Jakarta: Trans Info Media
- Kemenkes. (2008). *Pedoman Pengendalian Osteoporosis Menteri Kesehatan Republik Indonesia*. Jakarta: Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.

- Nanda, S. Sudarmiati, S. 2013. *Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Wanita Premenopause Dengan Perilaku Pencegahan Osteoporosis Di Kelurahan Srandol Wetan Kecamatan Banyumanik Semarang*
- Noor, N.N., 2008. *Epidemiologi*. Rineka Cipta. Jakarta: 35–287.
- Notoatmodjo, Soekidjo. (2010). *Promosi Kesehatan teori dan Aplikasinya*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. (2011). *Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam (2011). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrument Penelitian Keperawatan Edisi 2*. Jakarta : Salemba Medika
- Regina. (2008). *Faktor-Faktor yang Berhubungan Dengan Perilaku Pencegahan Osteoporosis Pada Wanita Premenopause Di RS.Sint Carolus Jakarta Tahun 2007*. STIK Sint Carolus
- Rizka. FAP. 2012. *Hubungan tingkat pengetahuan Osteoporosis dengan Upaya pencegahan Osteoporosis Pada Wanita Pre-Menopause di kelurahan Jebres Surakarta*. Fakultas kedokteran Universitas Sebelas Maret. Surakarta
- Sinnathamby. *Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Sikap Terhadap Osteoporosis dan Asupan Kalsium Pada Wanita Premenopause di Kecamatan Medan Selayang II*. Medan:USU; 2009.
- Suryati. 2006. *Penyebab dan Pencegahan Osteoporosis*.
- Tagliaferri, M, Isaac, C, Deby, T, 2007. *The New Menopause Book*. PT Indeks. Jakarta.
- Wawan, A dan Dewi, M. (2010). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan , Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Zaviera F (2010). *Pencegahan Dini, Penanganan dan Terapi*. Jogjakarta : Kata Hati