

Pengetahuan Lansia tentang Osteoporosis di Desa Aek Uncim Kecamatan Borbor Kabupaten Toba Samosir

Marlon Sijabat (koresponden)

Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Efarina

Josep Kristian

Dosen Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Efarina

ABSTRAK

Osteoporosis banyak menyerang pada lansia, di Indonesia tahun 2007 hampir 74 % terserang penyakit tersebut. Osteoporosis yang berarti "tulang keropos" adalah penyakit di mana tulang secara bertahap menjadi lemah dan rapuh. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui tingkat pengetahuan lansia tentang osteoporosis di Desa Aek Uncim Kecamatan Borbor Kabupaten Toba Samosir. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh lansia yang berusia antara 60 tahun ke atas yang tinggal di Desa Aek yaitu sebanyak 123 orang. Peneliti mengambil sampel sebanyak 100 responden dengan menggunakan teknik *simple randomized sampling*. Dari hasil penelitian diperoleh tingkat pengetahuan lansia mengenai Osteoporosis secara umum di Desa Aek Uncim Kecamatan Borbor Kabupaten Toba Samosir sebanyak 60 responden (60%) sudah memiliki tingkat pengetahuan yang baik, pengetahuan yang dikategori sedang sebesar 37% dan pengetahuan yang dikategori kurang sebesar 3%. Untuk itu perlu dilakukan peningkatan pengetahuan masyarakat mengenai Osteoporosis terutama bagi lansia yang berpendidikan rendah, baik melalui puskesmas, posyandu lansia, dokter, media cetak, media elektronik maupun melalui penyuluhan.

Kata kunci: pengetahuan; lansia; osteoporosis

PENDAHULUAN

Pada saat seseorang menjadi tua akan mengalami proses menua. Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu kejadian tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan (Nugroho, 2008). Kecepatan proses menua setiap individu pada organ tubuh tidak akan sama. Adakalanya seseorang belum tergolong lanjut usia/ masih muda tetapi telah menunjukkan kekurangan yang mencolok. Ada pula orang yang telah tergolong lanjut usia, penampilannya masih sehat, segar bugar dan badan tegap (Nugroho, 2008).

Hasil analisa Depkes yang dilakukan di 14 propinsi menunjukkan masalah osteoporosis telah mencapai pada tingkat perlu diwaspadai yaitu sekitar 19,7 persen dari jumlah lansia yang ada. Faktor lain yang tak kalah penting adalah kurangnya pengetahuan dan kesadaran masyarakat untuk mencegah datangnya penyakit itu sendiri. Hal itu ditandai dengan rendahnya konsumsi kalsium rata-rata orang Indonesia, yakni hanya 254 mg per hari (Supari, S,F, 2005). Selain beberapa faktor diatas, pengetahuan seseorang juga sangat berpengaruh. Pengetahuan khusus sangat diperlukan, terutama pengetahuan mengenai osteoporosis dan asupan kalsium untuk mencegahnya (Mustopo, 2010).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengetahuan lansia tentang osteoporosis di Desa Aek Uncim Kecamatan Borbor Kabupaten Toba Samosir.

METODE

Penelitian ini adalah penelitian deskriptif yang akan menggambarkan pengetahuan lansia tentang osteoporosis di Desa Aek Uncim Kecamatan Borbor, Kabupaten Toba Samosir. Penelitian ini dilakukan dengan pendekatan *cross sectional* dimana data diambil hanya sekali bagi tiap subyek pada saat wawancara.

Variabel dalam penelitian ini adalah tingkat pengetahuan tentang osteoporosis pada lansia. Lansia adalah seseorang yang sudah mencapai usia 60 tahun keatas. Pengetahuan tentang Osteoporosis adalah pengetahuan yang meliputi pengertian tentang Osteoporosis, faktor resiko terjadinya Osteoporosis, pencegahan dan terapi Osteoporosis. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner. Hasil pengukuran dinyatakan dalam tingkat pengetahuan yang dinyatakan dalam skala ordinal (ranking).

HASIL

Dalam penelitian ini, responden yang terpilih adalah sebanyak 100 subjek. Dari keseluruhan responden, gambaran karakteristik responden yang diamati meliputi: umur, suku, tingkat pendidikan terakhir, pekerjaan dan penghasilan perbulan.

Tabel 1. Distribusi karakteristik responden di Desa Aek Uncim Kecamatan Borbor Kabupaten Toba Samosir (n=100)

Karakteristik Responden	Frekuensi	Persentase
Umur (Tahun)		
60-74	64	64
75-90	36	36
Suku		
Batak	100	100
Pendidikan Terakhir		
SD	10	10
SMP	36	36
SMA	52	52
Diploma/Sarjana	2	2
Pekerjaan		
Buruh	23	23
Wiraswasta	49	49
Pegawai negeri	15	15
Ibu rumah tangga	13	13
Penghasilan/bulan		
< Rp. 700.000,-	6	6
Rp. 700.000- Rp. 800.000,-	9	9
Rp. 800.000- Rp. 900.000,-	18	18
Rp. 900.000- Rp. 1.000.000,-	38	38
>Rp. 1.000.000,-	29	29

Tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 60-74 tahun (64%). Mayoritas responden adalah suku batak (100%) dan pendidikan terakhir SMA (52%). Responden memiliki pekerjaan sebagai wiraswasta (49%) dan berpenghasilan sekitar 900.000-1.000.000 (38%).

Data lengkap distribusi jawaban kuesioner responden pada variable pengetahuan dapat dilihat di tabel 2.

Tabel 2. Distribusi jawaban responden pada variabel pengetahuan di Desa Aek Uncim Kecamatan Borbor Kabupaten Toba Samosir (n=100)

No	Pernyataan	Jawaban	
		Ya: f (%)	Tidak: f (%)
1	Proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan	93 (93)	7 (7)
2	Lanjut usia adalah seseorang yang mencapai usia 60 (enam puluh) tahun ke atas	84 (84)	16 (16)
3	Osteoporosis banyak menyerang pada lansia	61 (61)	39 (39)
4	Osteoporosis merupakan kehilangan masa tulang (keropos tulang)	81 (81)	19 (19)
5	Wanita lebih banyak dan mudah terkena Osteoporosis (keropos tulang) dibanding laki-laki	78 (78)	22 (22)
6	Kurangnya aktivitas atau olahraga meningkatkan terjadinya osteoporosis (keropos tulang)	64 (64)	36 (36)
7	Berkurangnya tinggi badan secara tiba-tiba merupakan tanda dan gejala osteoporosis (keropos tulang)	61 (61)	39 (39)
8	Keju dan susu adalah makanan mengandung kalsium yang dapat mencegah osteoporosis (keropos tulang)	79 (79)	21 (21)

No	Pernyataan	Jawaban	
		Ya: f (%)	Tidak: f (%)
9	Osteoporosis menyebabkan tubuh menjadi bungkuk	79 (79)	21 (21)
10	Pegal, linu, dan nyeri tulang merupakan tanda dan gejala osteoporosis bagi lansia	73 (73)	27 (27)
11	Tulang yang pertama mengalami osteoporosis (keropos tulang) adalah tulang belakang	70 (70)	30 (30)
12	Asupan kalsium yang cukup dapat mempertahankan kepadatan tulang	82 (82)	18 (18)
13	Paparan sinar matahari pagi membantu tubuh menghasilkan vitamin D yang membantu penyerapan kalsium dalam tubuh serta mengatasi Osteoporosis (keropos tulang).	75 (75)	25 (25)
14	Merokok dapat mempercepat osteoporosis (keropos tulang)	66 (66)	34 (34)
15	Orang yang konsumsi alkohol atau minuman keras dapat memperlambat osteoporosis (keropos tulang).	81 (81)	19 (19)

Pertanyaan/ pernyataan yang paling banyak dijawab benar adalah pertanyaan tentang pengertian proses menua merupakan proses sepanjang hidup, tidak hanya dimulai dari suatu waktu tertentu, tetapi dimulai sejak permulaan kehidupan sebanyak 93 orang sebesar 93%. Sedangkan pertanyaan yang paling banyak dijawab salah adalah pertanyaan tentang osteoporosis banyak menyerang pada lansia dan berkurangnya tinggi badan secara tiba-tiba merupakan tanda dan gejala osteoporosis (keropos tulang) sebanyak 39 orang yaitu sebesar 39% dan juga soal mengenai berkurangnya tinggi badan secara tiba-tiba merupakan tanda dan gejala osteoporosis (keropos tulang) sebanyak 39 orang yaitu sebesar 39%.

Berdasarkan hasil uji tersebut, maka pengetahuan responden tentang Osteoporosis dapat dikategorikan pada tabel 3.

Tabel 3. Distribusi pengetahuan di Desa Aek Uncim Kecamatan Borbor Kabupaten Toba Samosir (n=100)

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Baik	60	60
Sedang	37	37
Kurang	3	3
Total	100	100

Pengetahuan dengan kategori baik memiliki persentase paling besar yaitu 60%. Pengetahuan yang dikategori sedang sebesar 37% dan tingkat pengetahuan yang dikategori kurang sebesar 3%.

PEMBAHASAN

Menurut Roger (1974) dalam Notoadmojo (2012), pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Dari hasil analisa data dapat dilihat bahwa pengetahuan masyarakat di Desa Aek Uncim Kecamatan Borbor Kabupaten Toba Samosir mengenai Osteoporosis berada dalam kategori baik, hal ini mungkin ada kaitannya dengan faktor usia yang dapat dilihat pada tabel 4.

Tabel 4. Distribusi pengetahuan berdasarkan kelompok usia di Desa Aek Uncim Kecamatan Borbor Kabupaten Toba Samosir (n=100)

Pengetahuan	Baik	Sedang	Kurang	Total
	f (%)	f (%)	f (%)	
Usia				
60-74 Tahun	45 (45)	19 (19)	0 (0)	64
75-90 Tahun	15 (15)	18 (18)	3 (3)	36
Total	60 (60)	37 (37)	3 (3)	100

Dari tabel 4 dapat dilihat bahwa pengetahuan yang dikategorikan baik paling banyak terdapat pada kelompok usia diantara 60-74 tahun (45%), pengetahuan yang dikategorikan sedang paling banyak pada kelompok usia 60-74 tahun juga (19%). Sedangkan pengetahuan yang kurang paling

banyak terdapat pada usia 75-90 tahun (3%). Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Ardita Popy Darwis dari Universitas Ponorogo Muhammadiyah (2008) Wanita premenopause memiliki pengetahuan buruk disebabkan karena rendahnya pendidikan, kurangnya informasi tentang osteoporosis dan bertambahnya usia.

Tabel 5. Distribusi Frekuensi dan Persentase tingkat pengetahuan berdasarkan tingkat pendidikan di Desa Aek Uncim Kecamatan Borbor Kabupaten Toba Samosir (n=100)

Pengetahuan	Baik	Sedang	Kurang	Total
Pendidikan	f (%)	f (%)	f (%)	
SD	0 (0)	7 (7)	3 (3)	10
SLTP	10 (10)	26 (26)	0 (0)	36
SLTA	48 (48)	4 (4)	0 (0)	52
Diploma/Sarjana	2 (2)	0 (0)	0 (0)	2
Total	60 (60)	37 (37)	3 (3)	100

Dari tabel 5 dapat dilihat bahwa pengetahuan yang baik paling banyak terdapat pada kelompok lulusan Sekolah Lanjutan Tingkat Atasan (48%), tingkat yang dikategorikan sedang paling banyak pada kelompok lulusan Sekolah Lanjutan Tingkat Pertama (26%). Sedangkan tingkat pengetahuan yang kurang paling banyak terdapat pada kelompok lulusan Sekolah Dasar saja (3%). Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Ardita Popy Darwis dari Universitas Ponorogo Muhammadiyah (2008) dikatakan bahwa pada kelompok yang berpendidikan lebih tinggi akan memberikan tingkat pengetahuan tentang Osteoporosis yang lebih baik dibandingkan dengan kelompok pendidikan rendah.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ardita Popy Darwis (2008), semakin tinggi pendidikan, semakin tinggi pula pengetahuan seseorang. Tingkat pendidikan yang tinggi akan meningkatkan cara seseorang memahami dan mengolah informasi Osteoporosis yang diperoleh dari berbagai sumber informasi seperti media cetak, media elektronik, dan penyuluhan dari petugas kesehatan. Banyaknya informasi yang diperoleh seseorang dari sumber-sumber informasi juga mempengaruhi pengetahuan seseorang. Selain itu faktor tempat tinggal terutama di perkotaan memudahkan masyarakat untuk memperoleh informasi tentang Osteoporosis.

KESIMPULAN

Dari hasil penelitian ini dapat ditarik kesimpulan pengetahuan lansia mengenai Osteoporosis secara umum di Desa Aek Uncim Kecamatan Borbor Kabupaten Toba Samosir sudah memiliki pengetahuan yang baik yaitu sebanyak 60 responden (60%), pengetahuan yang dikategori sedang sebesar 37% dan pengetahuan yang dikategori kurang sebesar 3%.

DAFTAR PUSTAKA

1. Arikunto, S. (2010). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Cetakan 14. Jakarta: Rineka Cipta.
2. Azwar, S. (2005). *Sikap manusia; Teori dan pengukurannya*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
3. Dalimartha. (2008). *Gejala Osteoporosis dan Diagnosa Osteoporosis* diakses dari http://www.medicastore.com/osteoporosis/gejala_osteoporosis.html pada tanggal 20 Januari 2014.
4. Darmojo, B.R, & Martono, H.H. (2004). *Buku ajar Geriatrik; Ilmu kesehatan lanjut usia*, Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia.
5. Darwis, A.P. (2008). *Tingkat pengetahuan wanita premenopause tentang osteoporosis*. Universitas Ponorogo Muhammadiyah, diakses dari www.google.com pada tanggal 25 Januari 2014.
6. Hamid, A. (2007). *Penduduk lanjut usia di Indonesia dan masalah kesejahteraannya*. Dibuka tanggal 27 Januari 2014 dari <http://depsos.go.id>
7. Harahap, M.H. (2006). *Pengetahuan dan sikap remaja tentang HIV/ AIDS di Lingkungan XI Kelurahan Harjosari II Kecamatan Medan Amplas Sumatera Utara*. Laporan Penelitian : Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara.
8. Hidayat, A.A.A. (2007). *Metode penelitian keperawatan dan teknik analisis data*, Jakarta: Salemba Medika.

9. Anindya. (2009). Osteoporosis diakses dari <http://www.pustaka-zikzik.co.cc/2009/08/osteoporosis.html> pada tanggal 24 Februari 2014.
10. Karolina, S.M. (2009). Hubungan pengetahuan dan pencegahan osteoporosis yang dilakukan lansia di Kecamatan Medan Selayang, diakses dari www.repositoryusu.com pada tanggal 20 Januari 2014.
11. Kawiya, Siki. (2013). Osteoporosis Patogenesis Diagnosis Dan Penanganan Terkini. SMF Orthopaedi & Traumatologi Bagian Bedah FK UNUD /RSUP Sanglah Denpasar diakses dari www.google.com pada tanggal 20 Januari 2014.
12. Lumbantoruan, S. (2010). Instrumen pendataan usaha ekonomi masyarakat. Pemko Binjai.
13. Maryam, S.M. (2009). Pengaruh keseimbangan fisik terhadap keseimbangan tubuh lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Wilayah DKI Jakarta. Dibuka tanggal 04 Februari 2014 dari <http://digilib.ui.ac.id>
14. Maryam, S.R., Ekasari, F.M., Rosidawati, Jubaedi, A., & Batubara, I. (2008). Mengenal usia lanjut dan perawatannya. Jakarta: Salemba Medika.
15. Mubarak, I.W., Chayatin, N., & Santoso, A.B. (2009). Ilmu keperawatan komunitas; Konsep dan aplikasi, Jakarta: Salemba Medika.
16. Narayani, I. (2008). Hubungan tingkat pengetahuan keluarga terhadap sikap keluarga dalam pemberian perawatan activities daily living (ADL) di rumah desa Tanjungrejo Margoyoso Pati. Dibuka tanggal 04 Februari 2014 dari <http://etd.eprints.ums.ac.id>
17. Nidhea. (2013). Mengapa Lansia Sering Tiba-Tiba Roboh. Dibuka tanggal 24 Januari 2014 dari www.republika.co.id
18. Notoatmodjo, S. (2010). Pendidikan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
19. Nugroho, W. (2000). Keperawatan gerontik. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
20. Nugroho, W. (2008). Gerontik & Geriatrik. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
21. Nursalam, (2003). Konsep & penerapan metodologi penelitian ilmu keperawatan : Pedoman skripsi, tesis dan instrumen penelitian keperawatan. Jakarta: Salemba Medika.
22. Polit, D.F & Hungler, B.P. (1995). Nursing Research Principles and Methods Fifth Edition. Philadelphia: J.B. Lippincot Company.
23. Purwanto, H. (2009). Pengantar perilaku manusia untuk keperawatan. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
24. Setiawati, B. (2009). Kesabaran anak dalam merawat orangtua yang sakit kronis. Dibuka pada tanggal 4 Juli 2012 dari <http://etd.eprints.ums.ac.id>.
25. Setiawati, S., & Dermawan, C.A. (2008). Penuntun praktis asuhan keperawatan keluarga. Jakarta: Trans Info Media.
26. Suhartono, S. (2008). Filsafat ilmu pengetahuan. Yogyakarta: Ar-Ruzz Media
27. Susanti, T. (2009). Hubungan antara tingkat pengetahuan keluarga dengan sikap keluarga usia lanjut dalam pencegahan jatuh di rumah di Dusun Gamping Kidul Ambar Ketawang Sleman Yogyakarta. Dibuka pada tanggal 14 Januari 2014 dari <http://publikasi.ums.ac.id>
28. Widayatun, R., T. (2009). Ilmu perilaku. Jakarta: Sagung Seto