

ARTIKEL ILMIAH

**TINGKAT PENGETAHUAN ANGGOTA POSYANDU LANSIA
TERHADAP PENYAKIT OSTEOPOROSIS DI DESA ARDIMULYO
KECAMATAN SINGOSARI**



A handwritten signature in black ink, appearing to be "Bambang Arief", is written over the bottom part of the emblem.

Bambang Arief, S.Si, Apt.

**TINGKAT PENGETAHUAN ANGGOTA POSYANDU LANSIA
TERHADAP PENYAKIT OSTEOPOROSIS DI DESA ARDIMULYO
KECAMATAN SINGOSARI**

**KNOWLEDGE LEVEL OF ELDERLY POSYANDU MEMBERS
AGAINST OSTEOPOROSIS IN ARDIMULYO VILLAGE, SINGOSARI
DISTRICT**

Wika Ananda Putri, Bambang Arief Purwanto

Akademi Farmasi Putra Indonesia Malang

ABSTRAK

Osteoporosis adalah kondisi dimana tulang menjadi rapuh, keropos, dan mudah patah akibat berkurangnya massa tulang yang terjadi dalam waktu yang lama. Osteoporosis banyak diderita oleh para usia lanjut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan anggota Posyandu Lansia terhadap penyakit osteoporosis di Desa Ardimulyo Kecamatan Singosari. Penelitian ini dilakukan terhadap 50 anggota Posyandu Lansia. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan anggota Posyandu Lansia terhadap penyebab, gejala, pencegahan, dan pengobatan penyakit osteoporosis di Desa Ardimulyo Kecamatan Singosari. Berdasarkan hasil perhitungan didapatkan bahwa 78,8% responden memiliki pengetahuan yang sangat baik terhadap penyebab penyakit osteoporosis, 76% responden memiliki pengetahuan yang sangat baik terhadap gejala penyakit osteoporosis, 83,6% responden memiliki pengetahuan yang sangat baik terhadap pencegahan penyakit osteoporosis dan sebanyak 82,8% responden memiliki pengetahuan yang sangat baik terhadap pengobatan penyakit osteoporosis. Dari rata-rata skor pengetahuan seluruh responden didapatkan sebesar 80,3% yang bermakna bahwa secara keseluruhan tingkat pengetahuan anggota posyandu lansia memiliki pengetahuan yang sangat baik tentang penyakit osteoporosis.

Kata kunci : Anggota Posyandu Lansia, Pengetahuan, Penyakit Osteoporosis

ABSTRACT

Osteoporosis is a condition in which bones become brittle, porous, and break easily due to a reduction in bone mass that occurs for a long time. Osteoporosis affects many elderly people. This study aims to determine the level of knowledge of members of the Elderly Posyandu against osteoporosis in the village of Ardimulyo, Singosari District. This research was conducted on 50 members of the Elderly Posyandu. To determine the level of knowledge of members of the Elderly Posyandu on the causes, symptoms, prevention, and treatment of osteoporosis in Ardimulyo Village, Singosari District. Based on the calculation results obtained that 78.8% of respondents have very good knowledge of the causes of osteoporosis, 76% of respondents have very good knowledge of the symptoms of osteoporosis, 83.6% of respondents have very good knowledge of the prevention of osteoporosis and 82,8% of respondents have very good knowledge of osteoporosis treatment. From the average score of knowledge of all respondents was 80.3%, which means that the overall level of knowledge of elderly Posyandu members has very good knowledge about osteoporosis.

Keywords : Member of Elderly Posyandu, Knowledge, Osteoporosis.

PENDAHULUAN

Menurunnya kesadaran masyarakat akan hidup sehat menyebabkan masyarakat menderita bermacam – macam penyakit. Terutama pada saat mereka memasuki usia lanjut. Usia lanjut adalah proses alami yang tidak dapat dihindarkan dan dimana terjadi penurunan hormon. Karena proses alami ini menyebabkan terjadinya perubahan fisik dan psikososial. Terjadinya perubahan pada semua orang yang mencapai usia lanjut yang tidak disebabkan oleh proses penyakit, menyebabkan kenapa penderita geriatrik berbeda dari populasi lain. Penurunan daya ingat ringan, penurunan fungsi pendengaran dan penglihatan (presbiakusis dan presbiopia) bukanlah suatu penyakit. Seringkali orang susah untuk membedakan antara penurunan akibat proses fisiologis dengan yang terjadi karena gangguan patologis. Salah satu gangguan patologis yang sering diderita oleh usia lanjut adalah Osteoporosis (GINA, 2008).

Osteoporosis adalah kondisi di mana tulang menjadi rapuh, keropos,

dan mudah patah akibat berkurangnya massa tulang yang terjadi dalam waktu yang lama (Depkes RI, 2009). Gejala yang timbul pada osteoporosis bervariasi, namun umumnya terjadi tanpa gejala, sehingga seringkali seseorang tidak menyadari dirinya menderita osteoporosis sampai terjadinya patah tulang. Oleh karena itulah sebetulnya orang perlu pengetahuan tentang gejala osteoporosis sehingga jika seseorang mengalami gejala osteoporosis dapat langsung di obati dan diantisipasi supaya tulangnya tidak patah dan dijaga kepadatan tulangnya.

Penyebab utama terjadinya osteoporosis adalah gangguan metabolisme tulang, yaitu kerja sel penghancur tulang melebihi kerja sel pembentuk tulang. Akibatnya lama kelamaan tulang menjadi keropos dan patah. Gangguan ini dapat terjadi secara fisiologis akibat menurunnya hormon, kurang asupan kalsium dan vitamin D, disertai dengan faktor-faktor pendukung lainnya. Jadi dari uraian diatas dapat di simpulkan bahwa sangat penting untuk memberikan pengetahuan kepada

masyarakat tentang osteoporosis sebab pengetahuan tentang penyebab osteoporosis dapat mencegah terjadinya penyakit osteoporosis pada masyarakat.

Di Posyandu Lansia Desa Ardimulyo pada kasus penderita osteoporosis tidak diberikan obat – obat tertentu mereka hanya diberikan terapi – terapi senam dan di sarankan untuk meminum susu yang berkalsium. Pengobatan ini dilakukan karena bertujuan menambah kepadatan tulang sehingga tulang akan menjadi kuat dan mengurangi resiko patah tulang. Walaupun diadakan program pengobatan yang cukup baik di Posyandu Lansia desa Ardimulyo para anggota juga masih ada yang terkena Osteoporosis kira – kira sebagian dari anggota dan paling banyak para anggota wanita. Meskipun Osteoporosis ini dapat terjadi baik pada pria maupun wanita. Namun resiko terjadi osteoporosis pada wanita lebih tinggi karena mengalami menopause yaitu masa dimana terjadi penurunan kadar estrogen dalam tubuh keadaan seperti ini terjadi pada saat wanita berumur (> 45th) biasanya

pada umur sekian mereka akan sering mengeluh bahwa tulang – tulang mereka terasa nyeri. Sedangkan pada pria terjadi keluhan – keluhan rasa nyeri pada usia sudah sangat lanjut (> 70 th). Pengobatan pada lansia yang mengalami nyeri mereka akan diberikan obat anti nyeri yaitu aspirin dan paracetamol. Pengetahuan tentang pengobatan osteoporosis sangat penting sekali bagi penderita osteoporosis karena pengetahuan pengobatan osteoporosis dapat membantu mereka untuk menjaga kepadatan tulang mereka sehingga tidak terjadi patah tulang dan masih dapat melakukan kegiatan dan menjadi lansia yang mandiri.

Sehubungan dengan tingkat pengetahuan seseorang terhadap penyakit osteoporosis bahwa pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang itu melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan dapat terjadi melalui penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Adapun faktor – faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu : pendidikan, usia, sosial, ekonomi, dan

pekerjaan. Dari beberapa faktor di atas telah diketahui bahwa salah satu yang mempengaruhi pengetahuan adalah usia. Usia dalam umur yang terhitung mulai saat dilahirkan sampai saat berulang tahun cukup usia maka tingkat kematangan dan kekuatan seseorang akan lebih matang dalam berfikir dan bekerja (Nursalim,2006:134).

Dari uraian diatas maka akan dilakukan penelitian untuk mengetahui tingkat pengetahuan seseorang terhadap penyakit osteoporosis. Penelitian ini akan dilaksanakan di Posyandu Lansia Di Desa Ardimulyo Kecamatan Singosari.

Posyandu lansia adalah Pos pelayanan kesehatan bagi masyarakat yang memasuki usia lanjut. Tujuan mendirikan posyandu lansia adalah untuk memantau kesehatan para lansia. Hal ini dilakukan karena lansia mempunyai masalah – masalah kesehatan yang khas. Salah satu posyandu lansia yang terbaik di kabupaten Malang adalah Posyandu Lansia Di Desa Ardimulyo sebab Posyandu Di Desa Ardimulyo mengadakan Posyandu secara rutin

dan terkoordinir dengan baik sehingga para lansia di desa Ardimulyo dapat mandiri meskipun mempunyai masalah – masalah kesehatan yang khas.

Dari uraian diatas maka saya akan melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat pengetahuan peserta posyandu lansia terhadap penyakit osteoporosis Di Desa Ardimulyo Singosari – Malang.

METODE PENELITIAN

Penelitian tingkat pengetahuan anggota posyandu lansia terhadap penyakit osteoporosis di Desa ardimulyo Kecamatan Singosari termasuk jenis penelitian yang menggunakan alat atau instrumen yaitu kuesioner yang terdiri dari 20 pertanyaan.

Tahap Penelitian

Adapun tahap penelitian sebagai berikut :

1. Tahap persiapan yaitu menentukan lokasi penelitian dalam hal ini adalah tempat Posyandu Lansia di Desa Ardimulyo, menyiapkan angket

atau kuisioner yang akan diberikan ke anggota Posyandu Lansia.

2. Tahap pelaksanaan, yaitu menyusun pertanyaan – pertanyaan yang bertujuan menggali secara luas dari responden-responden kemudian menyebarkan angket.
3. Tahap akhir, yaitu pengumpulan dan analisa data hasil pengisian angket untuk membuat kesimpulan hasil penelitian.

HASIL PENELITIAN

Penelitian telah dilaksanakan pada bulan Maret 2018. Hasil dari penelitian terhadap 50 anggota Posyandu Lansia. Berdasarkan hasil perhitungan didapatkan bahwa 78,8% responden memiliki pengetahuan yang sangat baik terhadap penyebab penyakit osteoporosis, 76% responden memiliki pengetahuan yang sangat baik terhadap gejala penyakit osteoporosis, 83,6% responden memiliki pengetahuan yang sangat baik terhadap pencegahan penyakit osteoporosis dan sebanyak 82,8%

responden memiliki pengetahuan yang sangat baik terhadap pengobatan penyakit osteoporosis. Rata-rata skor pengetahuan seluruh responden didapatkan sebesar 80,3% yang bermakna bahwa secara keseluruhan tingkat pengetahuan anggota posyandu lansia memiliki pengetahuan yang sangat baik tentang penyakit osteoporosis.

Maka dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan anggota Posyandu Lansia terhadap penyebab, gejala, pencegahan, dan pengobatan penyakit osteoporosis di Desa Ardimulyo Kecamatan Singosari dalam kategori sangat baik.

PEMBAHASAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif yaitu suatu penelitian yang dilakukan untuk mendeskripsikan atau menggambarkan suatu fenomena yang terjadi di masyarakat (Notoadmodjo, 2010). Metode ini sering digunakan dalam program pelayanan kesehatan terutama dalam rangka mengadakan perbaikan dan peningkatan program-program pelayanan kesehatan tersebut.

Tujuan penggunaan metode deskriptif ini adalah untuk membuat gambaran atau lukisan secara sistematis, faktual dan akurat tentang tingkat pengetahuan anggota posyandu di Desa Ardimulyo terhadap penyakit osteoporosis di usia lanjut. Penelitian ini dibagi dalam tiga tahap. Pertama adalah tahap persiapan yaitu menentukan lokasi penelitian dalam hal ini adalah tempat Posyandu Lansia di Desa Ardimulyo, menyiapkan angket atau kuisisioner yang akan diberikan ke anggota Posyandu Lansia. Kedua adalah tahap pelaksanaan, yaitu menyusun pertanyaan – pertanyaan yang bertujuan menggali secara luas dari responden- responden kemudian menyebarkan angket. Tahap akhir adalah pengumpulan dan analisa data hasil pengisian angket untuk membuat kesimpulan hasil penelitian.

Penelitian ini bersifat non eksperimen, sehingga instrumen penelitian yang paling utama adalah menggunakan kuisisioner yang merupakan survey langsung pada subyek yang dituju.

KESIMPULAN

Berdasarkan analisis data dan pembahasan telah dilakukan penelitian terhadap 50 anggota Posyandu Lansia. Rata-rata skor pengetahuan seluruh responden didapatkan sebesar 80,3% yang bermakna bahwa secara keseluruhan tingkat pengetahuan anggota posyandu lansia memiliki pengetahuan yang sangat baik tentang penyakit osteoporosis.

UCAPAN TERIMAKASIH

Dalam penyelesaian Karya Tulis Ilmiah ini penulis banyak mendapat bantuan dan perhatian yang tidak terhingga dari berbagai pihak. Untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih kepada Akademi Putra Indonesia Malang.

DAFTAR RUJUKAN

Arikunto. S. 2002, 2006, 2010, *Prosedur Penelitian suatu pendekatan praktik*. Penerbit Rineka Cipta, Jakarta.

- Azwar, S. 2007. *Sikap Manusia: Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar Offset.
- Compston, J. 2007. *Seri Kesehatan Bimbingan Dokter pada Osteoporosis*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Compston, J. 2009. *Seri Kesehatan Bimbingan Dokter pada Osteoporosis*. Jakarta: Dian Rakyat.
- Cosman, F. 2009. *Osteoporosis: Panduan Lengkap Agar Tulang Anda Tetap Sehat*. Yogyakarta: B First.
- Cosman, M.D. Felicia. 2008. *Osteoporosis*. Yogyakarta: PT. Bentang Pustaka
- Departemen Kesehatan. 2013. *Pedoman Pembinaan Kesehatan Usia Lanjut Bagi Petugas Kesehatan*. Jakarta. Dinas Kesehatan Propinsi Jawa Timur.
- Depkes. R.I. 2006. *Standart Osteoporosis*. Jakarta; Litbangkes.
- Depkes. R.I. 2007. *Berdiri Tegak, Bicara Lantang, Kalahkan Osteoporosis*. Jakarta: Litbangkes.
- Depkes. R.I. 2007. *Kecenderungan Osteoporosis di Indonesia 6 kali lebih Tinggi dibandingkan Negeri Belanda*. Jakarta: Litbangkes.
- Dwijayasa, Setijowati, N., Angelina, A. 2007. *Perbedaan Kerapatan Massa Tulang Perempuan Pasca Menopause Desa dan Kota di Malang Serta Faktor-faktor yang Mempengaruhinya*. Jakarta: Balai Penerbit Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya.
- Fatmah. 2008. Osteoporosis dan Faktor Risikonya pada Lansia Etnis Jawa. *Media Medika Indonesia*, Volume 1 Nomor 4: 1–13.
- Gibney, M.J. 2009. *Gizi Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: EGC.

- Gomez, Joan. 2006. *Awas Pengeroposan Tulang, Bagaimana Menghindari dan Menghadapinya*. Jakarta: Arcan.
- Kosnayani. 2007. Hubungan Asupan Kalsium, Aktivitas Fisik, Paritas, Indeks Massa Tubuh dan Kepadatan Tulang Pada Wanita Pascamenopause. *Tesis*. Semarang; Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro.
- Noor, Zairin. 2009. *Buku Ajar Osteoporosis*. Jakarta:Selemba Medika
- Notoatmodjo, Drs. Soekijo.2008. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Jakarta: P.T. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Penerbit Rineka Cipta, Jakarta
- Prihatini, S., Mahirawati, V.K., Jahari, A.B., Sudiman, H., 2010. Faktor Determinan Risiko Osteoporosis di Tiga Provinsi di Indonesia. *Media Litbang Kesehatan*, Volume XX Nomor 2: 91–99.
- Tandra, H. 2009. *Osteoporosis Mengenal, Mengatasi, dan Mencegah Tulang Keropos*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Tjahjadi, Vicynthia. 2009. *Mengenal, Mencegah, Mengatasi Silent Killer Osteoporosis*. Bandung: Pustaka Widyamara.
- Tjay, Drs. Tan Hoan dan Drs. Kirana Rahardja. 2003. *Obat-Obat Penting*. Jakarta: PT. Media Komputindo.

- Utomo, M., Meikawati, W., Putri, Z.K. 2010. Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kepadatan Tulang pada Wanita Postmenopause. *JKMI*, Vol 6 Nomor 2: 1–10.
- Wirakusumah, Emma. 2007. *Mencegah Osteoporosis Lengkap dengan 39 Jus dan 38 Resep Makanan*. Jakarta: Penebar Plus.
- Yatim, Faisal. 2010. *Osteoporosis Penyakit Kerapuhan Tulang pada Manula*. Jakarta: Pustaka Obor.
- Zaviera, Ferdinand. 2008. *Osteoporosis Deteksi Dini, Penanganan, dan Terapi Praktis*. Jogjakarta: Kata Hati.