

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Di dunia jumlah usia lanjut semakin meningkat, menurut WHO usia lanjut pada tahun 2010 sekitar 8% dan terus meningkat, diperkirakan pada tahun 2020 menjadi 10%.<sup>1</sup> Setengah jumlah lansia di Dunia (400 juta jiwa) berada di Asia. Pertumbuhan Lansia di Negara sedang berkembang lebih tinggi dari Negara yang sudah berkembang. Indonesia sebagai salah satu negara berkembang juga akan mengalami ledakan jumlah penduduk lansia, kelompok umur 0-14 tahun dan 15-49 tahun menurut proyeksi 2010-2035 akan menurun. Sedangkan kelompok usia 50-64 tahun dan 65+ akan terus meningkat.<sup>2</sup>

Usia lanjut sebagai tahap akibat siklus kehidupan merupakan tahap perkembangan normal yang dialami oleh setiap individu yang sudah mencapai usia lanjut tersebut dan merupakan kenyataan yang tidak dapat dihalangi. Secara individu, pada usia diatas 55 tahun terjadi proses penuaan secara alamiah yang nantinya akan menimbulkan masalah fisik, mental, sosial, ekonomi, dan psikologis.<sup>1</sup>

Salah satu masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian serius pada usia lanjut adalah osteoporosis. Osteoporosis atau tulang keropos adalah suatu penyakit yang ditandai dengan berkurangnya kepadatan massa tulang dan kerusakan mikro arsitektur jaringan tulang yang mengakibatkan tulang mudah rapuh dan patah.<sup>3</sup> Pada penyakit ini tulang menjadi rapuh dan pada akhirnya patah, sama seperti penyakit kronis lainnya, tidak menunjukkan gejala awal, dan tidak terdiagnosa hingga patah tulang terjadi.<sup>4</sup> Penyebab osteoporosis diantaranya rendahnya hormon estrogen pada wanita, rendahnya aktivitas fisik, kurangnya paparan sinar matahari, dan obat-obatan yang menurunkan massa tulang, usia lanjut dan rendahnya asupan kalsium. Hal ini terbukti dengan rendahnya konsumsi kalsium rata-rata di Indonesia yang hanya 254 mg per hari dari 1000-1200 mg perhari menurut standar internasional.<sup>11</sup>

Osteoporosis sebenarnya dapat dicegah sejak dini atau paling sedikit ditunda kejadiannya dengan membudayakan perilaku hidup sehat yang intinya mengkonsumsi makanan dengan gizi seimbang yang memenuhi kebutuhan nutrisi dengan unsur kaya serat, rendah lemak dan kaya kalsium (1000-1200 mg kalsium perhari), berolahraga secara teratur, tidak merokok dan tidak mengkonsumsi alkohol karena rokok dan alkohol meningkatkan osteoporosis hingga dua kali lipat, namun kurangnya pengetahuan masyarakat yang memadai tentang osteoporosis dan pencegahannya sejak dini cenderung meningkatkan angka kejadian osteoporosis.<sup>5</sup>

Pengetahuan yang dimiliki seseorang mempengaruhi perilakunya, semakin baik perilaku seseorang maka perilakunya pun akan semakin baik dan pengetahuan itu sendiri dipengaruhi tingkat pendidikan, sumber informasi dan pengalaman. Pengetahuan merupakan faktor predisposisi agar suatu upaya menjadi perbuatan.<sup>6</sup>

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara pengetahuan wanita premenopause dengan upaya pencegahan osteoporosis di Puskesmas Kecamatan Grogol Petamburan Jakarta Barat, Periode Juni-Desember 2014.

## **1.2 Rumusan Masalah**

### **1.2.1 Pernyataan Masalah**

Masih tingginya kasus osteoporosis pada wanita lanjut usia yaitu wanita yang berumur 65 tahun keatas.

### **1.2.2 Pertanyaan Masalah**

1. Berapa banyak responden yang mempunyai pengetahuan baik mengenai osteoporosis ?
2. Berapa banyak responden yang mempunyai upaya baik dalam mencegah osteoporosis?
3. Apakah terdapat hubungan antara pengetahuan terhadap upaya pencegahan osteoporosis?

### **1.3 Hipotesis Penelitian**

Adanya hubungan bermakna antara pengetahuan wanita premenopause dengan upaya pencegahan osteoporosis.

### **1.4 Tujuan Penelitian**

#### **1.4.1 Tujuan Umum**

Dicapainya penurunan kejadian osteoporosis pada wanita lanjut usia yaitu wanita yang berumur 65 tahun keatas.

#### **1.4.2 Tujuan Khusus**

1. Diketuainya tingkat pengetahuan wanita premenopause tentang osteoporosis.
2. Diketuainya bagaimana upaya wanita premenopause dalam pencegahan osteoporosis.
3. Diketuainya hubungan antara pengetahuan wanita premenopause dengan upaya pencegahan osteoporosis.

### **1.5 Manfaat Penelitian**

1. Bagi masyarakat, agar masyarakat mengetahui tentang penyakit osteoporosis dan hal-hal yang dapat menyebabkan penyakit osteoporosis.
2. Bagi petugas kesehatan, agar dapat dijadikan informasi dalam mengurangi jumlah penyakit osteoporosis di Puskesmas Kecamatan Grogol Petamburan dan dapat menjadi acuan untuk melakukan penyuluhan tentang osteoporosis di Puskesmas Kecamatan Grogol Petamburan.
3. Bagi peneliti lain, hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber data untuk meneliti lebih lanjut tentang osteoporosis.