

Pengetahuan Ibu Menopause Tentang Osteoporosis Di Desa Pulo Kemiri Kecamatan Babussalam Kabupaten Aceh Tenggara Tahun 2022

Fika Lestari

Prodi Diploma Tiga Kebidanan Universitas Nurul Hasanah Kutacane

afiqalove@gmail.com

ABSTRAK

Osteoporosis merupakan penyakit yang di tandai oleh berkurangnya massa dan mineral tulang sehingga menyebabkan kondisi tulang menjadi rapuh, keropos dan mudah patah. Penyakit tulang rapuh ini berkaitan dengan pola hidup sehari-hari, gaya hidup tidak sehat seperti ketidak seimbangan makanan terutama kurang kalium, merokok, minuman alkohol, serta kurang olahraga. Penelitian ini bertujuan untuk melihat pengetahuan ibu menopause tentang Osteoporosis di Desa Pulo Kemiri Kecamatan Babussalam Kabupaten Aceh Tenggara. Penelitian ini bersifat diskriptif. Dari populasi keseluruhan ibu menopause yang ada di Desa Pulo Kemiri Kecamatan Babussalam Kabupaten Aceh Tenggara yang berjumlah 185 orang diambil sampel sebanyak 37 orang, dengan pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive* yaitu pengambilan *sampling* dengan menentukan sendiri kriteria sampel berdasarkan kebutuhan peneliti. Jumlah sampel yang diambil adalah $20\% \times 185$ orang. Instrumen yang digunakan adalah kuisioner yang berisi 20 pertanyaan dengan pilihan jawaban *multiple choice*. Hasil penelitian didapati bahwa ibu menopause yang mempunyai pengetahuan baik sebanyak 8 orang (21,6%), pengetahuan cukup sebanyak 22 orang (57,4%), pengetahuan kurang sebanyak 7 orang (18,9%). Mayoritas pengetahuan ibu menopause tentang osteoporosis berdasarkan umur adalah cukup pada usia 40-41 dan 42-43 tahun sebanyak 8 (21,6), mayoritas pengetahuan ibu menopause tentang osteoporosis berdasarkan pendidikan adalah cukup yaitu SD sebanyak 9 (21,6%) orang, mayoritas pengetahuan ibu menopause tentang osteoporosis berdasarkan pekerjaan adalah cukup yaitu Ibu rumah tangga sebanyak 15 (40,5%) orang. Berdasarkan penelitian ini diharapkan agar petugas puskesmas Desa Pulo Kemiri Kecamatan Babussalam Kabupaten Aceh Tenggara dapat memberikan penyuluhan yang lebih mendalam tentang osteoporosis dengan tetap mempertimbangkan fungsi kognitif dari para ibu menopause tersebut.

Kata Kunci : Pengetahuan, Menopause, Osteoporosis

ABSTRACT

Osteoporosis is a disease characterized by a reduction in bone mass and minerals, causing the bones to become brittle, porous and easily broken. This brittle bone disease is related to daily lifestyles, unhealthy lifestyles such as food imbalances, especially lack of potassium, smoking, alcohol, and lack of exercise. This study aims to examine the knowledge of menopausal mothers about Osteoporosis in Pulo Kemiri Village, Babussalam District, Southeast Aceh Regency. This research is descriptive in nature. From the total population of menopausal mothers in Pulo Kemiri Village, Babussalam District, Southeast Aceh Regency, totaling 185 people, a sample of 37 people was taken, with sampling using a purposive technique, namely sampling by determining the sample criteria themselves based on the researcher's needs. The number of samples taken was $20\% \times 185$ people. The instrument used is a questionnaire containing 20 questions with multiple choice answers. The results of the study found that 8 people in menopause had good knowledge (21.6%), 22 people had sufficient knowledge (57.4%), 7 people had poor knowledge (18.9%). The majority of menopausal mothers' knowledge about osteoporosis based on age is sufficient at the age of 40-41 and 42-43 years as many as 8 (21.6), the majority of menopausal mothers' knowledge about osteoporosis based on education is sufficient, namely elementary school as many as 9 (21.6%), The majority of menopausal mothers' knowledge about osteoporosis based on work is sufficient, namely 15 (40.5%) housewives. Based on this research, it is hoped that Puskesmas officers in Pulo Kemiri Village, Babussalam District, Southeast Aceh Regency can provide more in-depth education about osteoporosis while still considering the cognitive function of menopausal mothers.

Keywords: Knowledge, Menopause, Osteoporosis.

I. PENDAHULUAN

1. Latar Belakang

Menopause adalah suatu karunia, keadaan ini merupakan proses penuaan yang sangat alamiah dan normal pada setiap wanita. Pada umumnya seorang wanita akan mengalami menopause sekitar usia 45-55 tahun dan sebagian besar wanita mengalami gejala premenopause pada usia 40-an dan puncaknya tercapai pada usia 50 tahun dan yaitu terjadinya masa menopause dimana masa menopause ini wanita tidak mengalami haid (Proverawati, 2010). Wanita yang mengalami menopause tidak bisa lari dari kenyataan bahwa pada usia itu sedang menjalani perubahan dalam kehidupannya. Dalam hal ini sebaiknya selalu berbuat baik untuk diri sendiri, menjalani gaya hidup sehat, olahraga, menjaga pola makan. Hal tersebut akan membuat tubuh merasa nyaman dan percaya diri (Lestary, 2010). Berdasarkan data yang diperoleh, sindrom premenopause banyak dialami wanita hampir di seluruh dunia, seperti 70-80% wanita Eropa, 60% di Amerika. Sedangkan di Asia seperti Malaysia wanita yang mengalami menopause sebanyak 57%, 18% di China, 10% di Jepang dan juga 10% di Indonesia (Proverawati, 2010). Salah satu permasalahan yang akan di hadapi adalah meningkatnya kejadian osteoporosis atau keros tulang pada pria atau wanita di usia 50 tahun ke atas (Ruben 2010). Terjadinya menopause dipicu oleh perubahan hormonal (*Estrogen* dan *progesteron*) dalam tubuh. Hormon merupakan suatu zat kimia yang dihasilkan oleh kelenjar-kelenjar tertentu dalam tubuh, yang efeknya akan mempengaruhi kerja alat-alat tubuh yang lain. Secara klinis menopause didiagnosa setelah 12 bulan dari *amenorrhoe*, di hitung sejak menstruasi terakhir. Usia rata-rata saat menopause sekitar usia 51 tahun (Greendale 2010), menurut Abernethy (2011), menopause terjadi berkisar pada usia antara 45 tahun sampai dengan usia 58 tahun. Akhir kemampuan wanita untuk melakukan reproduksi dikenal dengan istilah menopause. Menopause adalah berhentinya menstruasi secara permanen yang di sebabkan hilangnya fungsi folikel-folikel sel telur (Brombeger,2011), mengatakan menopause alami yang terlalu cepat akan meningkatkan faktor resiko yang terkait dengan penurunan kadar *estrogen*, seperti osteoporosis sehingga meningkatkan resiko kematian dini. Sebagaimana yang disebutkan, penyakit yang berhubungan dengan tulang rapuh ini berkaitan dengan pola hidup kita sehari-hari. Gaya hidup tidak sehat seperti ketidakseimbangan makanan, terutama kurang kalsium, merokok, minum alkohol serta kurangnya olahraga seperti senam, juga seringnya minum obat-obatan seperti *cortisone*, *heparin* akan dengan cepat membawa kita pada osteoporosis pada usia lanjut kelak (Kusmiran, 2011) Perkembangan osteoporosis saat ini sudah dalam tahap mengkhawatirkan. Diperkirakan 1 dari 3 wanita dan 1 dari 12 pria di atas usia 50 tahun di seluruh dunia mengidap osteoporosis *world health organization* (WHO, 2010). Di Indonesia, penderita osteoporosis untuk umur kurang dari 70 tahun pada wanita sebanyak 18-36%, sedangkan pria 20-27%, umur di atas 70 tahun untuk wanita 53,6%, pria 38%. Satu dari tiga wanita dari satu dari lima pria di Indonesia tentang osteoporosis atau keretakan tulang. Dan lebih mengkhawatirkan, dua dari lima orang Indonesia memiliki resiko terkena penyakit osteoporosis (Depkes,2010). Di Amerika Serikat terdapat lebih dari 1,5 juta kasus pertahunnya meliputi 700.000 patah tulang belakang, 300.000 patah tulang pinggul, 250.000 patah tulang lengan bawah , dan 300.000 patah tulang lainnya. Biaya sebesar hampir 14 milyar dolar harus dihabiskan untuk mengatasi akibat dari 1,5 juta kerapuhan tulang yang terjadi pertahun di Amerika Serikat. Jadi , sekitar 34 juta dolar perhari. Jumlah penderita osteoporosis di Indonesia jauh lebih besar dari data terakhir Depkes, yaitu 19,7% dari seluruh penduduk dengan alasan perokok di negeri ini urutan ke-2 dunia setelah China. Diperkirakan angka ini akan semakin besar mengingat konsumsi hasil dari peternakan seperti susu, daging dan telur yang merupakan sumber utama kalsium di Indonesia menurut *world health organization*(WHO), masih sangat kurang di banding dengan konsumsi bahan makanan tersebut di negara-negara lain. Menurut Depkes RI, dampak osteoporosis di Indonesia sudah dalam tingkat yang patut diwaspadai, yaitu mencapai 19,7% dari populasi. Resiko

osteoporosis semakin meningkat seiring bertambahnya usia penduduk. Jika berdasarkan jenis kelamin, wanita Indonesia memiliki angka resiko 21,7% terkena osteoporosis, sedangkan untuk pria mencapai 14,8%. Resiko osteoporosis ditemukan di 14 propinsi dengan resiko tertinggi adalah di Sumatera Utara 35%, Surabaya 32%, Jawa Tengah 28%, dan Jawa Timur 20%. Berdasarkan penelitian yang dilakukan depkes pada tahun 2010 itu, maka bisa dikatakan 22-55% lansia Indonesia terkenak osteoporosis. Lebih lanjut, seiring dengan meningkatnya jumlah pertumbuhan penduduk yang diperkirakan menjadi 261 juta pada tahun 2010, maka jumlah penderita akan meningkat menjadi 5-11 juta lansia. Bila diasumsikan pada tahun 2050 jumlah penduduk Indonesia akan mencapai angka 273 juta orang, maka diprediksi penderita osteoporosis bisa mencapai 5,2 juta hingga 11 juta orang.

2. Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas, yang menjadi rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana Pengetahuan Ibu Menopause Tentang Osteoporosis Di Desa Pulo Kemiri Kecamatan Babussalam Kabupaten Aceh Tenggara Tahun 2022.

3. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan data mengenai Pengetahuan Ibu Menopause Tentang Osteoporosis Di Desa Pulo Kemiri Kecamatan Babussalam Kabupaten Aceh Tenggara Tahun 2022.

4. Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini adalah untuk mengaplikasikan data hasil penelitian dari Pengetahuan Ibu Menopause Tentang Osteoporosis Di Desa Pulo Kemiri Kecamatan Babussalam Kabupaten Aceh Tenggara Tahun 2022 kepada masyarakat dan dunia medis yang ada di lingkungan kota Medan dan sekitarnya.

II. METODE

2.1. Jenis Penelitian

Jenis penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif yang bertujuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan ibu menopause tentang osteoporosis di Desa Pulo Kemiri Kecamatan Babussalam Kabupaten Aceh Tenggara.

2.2.Lokasi Dan Waktu Penelitian

2.2.1.Lokasi

Penelitian telah dilakukan di Desa Pulo Kemiri Kecamatan Babussalam Kabupaten Aceh Tenggara, ditempat tersebut terdapat ibu menopause yang mengalami osteoporosis. Serta belum pernah dilakukan penelitian mengenai pengetahuan ibu menopause tentang osteoporosis.

2.2.2.waktu Penelitian

Penelitianyang telah di lakukan pada tanggal Juni 2022.

2.3. Populasi dan sampel

2.3.1. Populasi

Populasi keseluruhan objek penelitian yang diambil dalam penelitian ini yaitu ibu menopause yang berada di Desa Pulo Kemiri Kecamatan Babussalam Kabupaten Aceh Tenggara. Berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti jumlah ibu yang berumur 45-55 tahun, survey awalpada Bulan Januari berjumlah 185 orang.

23.2. Sampel

Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, yaitu pengambilan sampling dengan menentukan sendiri criteria sampel berdasarkan kebutuhan peneliti(Notoatmodjo,2012). Jumlah sampel yang diambil adalah $20\% \times 185$ orang= $(20:100) \times 185= 37$ Orang, sehingga yang menjadi sampel adalah 37 orang.

2.4. Metode Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data dilakukan dengan dua cara yang diambil berdasarkan sumberdata yaitu:

- Data Primer**
Data primer adalah data yang didapatkan secara langsung terhadap objek penelitian. Dilakukan dengan alat bantu kuesioner, pengumpulan data dilakukan langsung oleh peneliti di Desa Pulo Kemiri Kecamatan Babussalam Kabupaten Aceh Tenggara.
- Data Sekunder**
Pengumpulan data sekunder dilakukan dengan mencari dan menggunakan data yang sudah ada yaitu dari Desa Pulo Kemiri Kecamatan Babussalam Kabupaten Aceh Tenggara.

2.5 Analisa Data

Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan masing-masing variabel, analisis ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan presentase dari tiap variabel (Notoatmojo, 2013). Data univariat untuk menampilkan data demograf, usia menopause, Osteoporosis Sedangkan analisis *bivariat* dilakukan untuk mengetahui hubungan variabel independen dengan variabel dependen menggunakan analisa tabel silang *chi-square* pada *confidence interval* 95% (tingkat kepercayaan) dan standar deviasi 5%.

$$X^2 = \sum \frac{(fo - fh)^2}{fh}$$

$$df = (b-1)(k-1)$$

Keterangan : χ^2 = Chi-Square

Fo = Frekuensi yang diperoleh dari sampel

Fh = Frekuensi yang diharapkan sampel sebagai pencerminan dari frekuensi yang diharapkan dalam tabel.

df = Derajat kebebasan

b1 = Baris

K = Kolom

III. HASIL PENELITIAN

3.1 Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada tanggal 27 Juni- 13 Juli 2022 yang bertujuan untuk mengetahui pengetahuan Ibu Menopause Tentang Osteoporosis di Desa Pulo Kemiri Kecamatan Babussalam Kabupaten Aceh Tenggara 2022 dengan jumlah responden 37 orang. Berikut distribusi frekuensi karakteristik berdasarkan Umur, Pendidikan, pekerjaan, dan Sumber Informasi.

Tabel 3.1. Distribusi Frekuensi karakteristik Pengetahuan ibu menopause tentang osteoporosis Di Desa Pulo Kemiri Kecamatan Babussalam Kabupaten Aceh Tenggara 2022

No	Umur	F	(%)
1	40-41	13	35,1
2	42-43	14	37,8
3	44-45	10	27,0
	Jumlah	37	100,0
No	Pendidikan	F	(%)
1	SD	15	40,5
2	SMP	9	24,3
3	SMA	9	24,3

Lestari Fika : Pengetahuan Ibu Menopause Tentang Osteoporosis Di Desa Pulo Kemiri Kecamatan Babussalam Kabupaten Aceh Tenggara Tahun 2022

4	Perguruan Tinggi	4	10,8
Jumlah		37	100,0
No	Pekerjaan	F	(%)
1	Ibu Rumah Tangga	23	62,2
2	Wirasuwasta	10	27,0
	PNS	4	10,8
Jumlah		37	100,0
No	Sumber Informasi	F	(%)
1	Media Cetak	7	18,9
2	Media Elektronik	20	54,1
3	Tenaga Kesehatan	10	27,0
Jumlah		37	100,0

Berdasarkan tabel 3.1 di atas dapat diketahui bahwa mayoritas umur adalah kelompok umur 40-41 tahun yaitu sebanyak 21 orang (56,7%) dan minoritas umur adalah kelompok umur 44-45 tahun sebanyak 7 orang (18,9%) Dari segi pendidikan dapat diketahui bahwa mayoritas pendidikan adalah SD sebanyak 15 orang (45,4%), dan minoritas pendidikan adalah perguruan tinggi sebanyak 4 orang (12,1%) .Berdasarkan pekerjaan dapat diketahui bahwa mayoritas adalah ibu rumah tangga sebanyak 23 orang (57,6%), dan minoritas adalah PNS sebanyak 4 orang (12,1%). Berdasarkan Sumber Informasi dapat diketahui bahwa mayoritas adalah media Elektronik sebanyak 20 orang (60,6%), dan minoritas adalah Media Cetak sebanyak 7 orang (15,2%).

3.2 Pengetahuan ibu menopause tentang osteoporosis di Desa Pulo Kemiri Kecamatan Babussalam Kabupaten Aceh Tenggara 2022

Tabel 3.2. Distribusi frekuensi pengetahuan ibu menopause tentang osteoporosis di Desa Pulo Kemiri Kecamatan Babussalam Kabupaten Aceh Tenggara 2022

No	Pengetahuan	F	%
1	Baik	7	18,9
2	Cukup	22	59,5
3	Kurang	8	21,6
Jumlah		37	100,0

Berdasarkan tabel di atas dapat diketahui bahwa mayoritas pengetahuan ibu menopause tentang osteoporosis adalah cukup sebanyak 22 orang (59,4%), dan minoritas adalah baik yaitu 7 orang (18,9%).

Tabel 3.2.1 Distribusi Frekuensi Hubungan Pengetahuan Ibu Menopause Tentang Osteoporosis Berdasarkan Umur di Desa Pulo Kemiri Kecamatan Babussalam Kabupaten Aceh Tenggara Tahun 2022

Umur	Pengetahuan						F	(%)
	Baik		Cukup		Kurang			
	f	%	f	%	f	%		
40-41	2	5.4	8	21,6	3	8,1	13	35.1

42-43	3	8,1	8	21,6	3	8,1	14	37,8
44-45	2	5,4	6	16,2	2	5,4	10	27,1
Jumlah	7	18,9	22	59,4	8	21,6	37	100,0

Berdasarkan Tabel 4.2.1 di atas dapat dilihat bahwa mayoritas pengetahuan ibu menopause tentang osteoporosis berdasarkan umur adalah cukup pada usia 40-41 dan 42-43 tahun sebanyak 8 (21,6%) orang, dan minoritas pengetahuan baik pada usia 40-41 dan 44-45 sebanyak 2 (5,4%) orang, dan pengetahuan kurang pada usia 44-45 sebanyak 2 (5,4%) orang.

Tabel 3.2.2 Distribusi Frekuensi Hubungan Pengetahuan Ibu Menopause Tentang Osteoporosi Berdasarkan Pendidikan di Desa Pulo Kemiri Kecamatan Babussalam Kabupaten Aceh Tenggara Tahun 2022

Pendidikan	Pengetahuan						F	%
	Bai k		Cukup		Kurang			
	f	%	f	%	f	%		
SD	3	8,1	9	21,6	3	8,1	15	40,6
SMP	0	0,0	6	16,2	3	8,1	9	24,3
SMA	2	5,4	6	16,2	1	2,7	9	24,3
Perguruan tinggi	2	5,4	1	2,7	1	2,7	4	10,8
Jumlah	7	18,9	22	56,7	8	21,6	37	100,0

Berdasarkan Tabel 3.2.2 di atas dapat dilihat bahwa mayoritas pengetahuan ibu menopause tentang osteoporosis berdasarkan pendidikan adalah cukup yaitu SD sebanyak 9 (21,6%) orang, dan minoritas pengetahuan cukup dan kurang yaitu Perguruan tinggi dan SMA sebanyak 1 (2,7%) orang.

IV. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut:

- Mayoritas pengetahuan ibu menopause tentang osteoporosis berdasarkan umur adalah cukup pada usia 40-41 dan 42-43 tahun sebanyak 8 (21,6%) orang, dan minoritas pengetahuan baik pada usia 40-41 dan 44-45 sebanyak 2 (5,4%) orang, dan pengetahuan kurang pada usia 44-45 sebanyak 2 (5,4%) orang.
- Mayoritas pengetahuan ibu menopause tentang osteoporosis berdasarkan pendidikan adalah cukup yaitu SD sebanyak 9 (21,6%) orang, dan minoritas pengetahuan cukup dan kurang yaitu Perguruan tinggi dan SMA sebanyak 1 (2,7%) orang.
- Mayoritas pengetahuan ibu menopause tentang osteoporosis berdasarkan pekerjaan adalah cukup yaitu Ibu rumah tangga sebanyak 15 (40,5%) orang, dan minoritas pengetahuan baik yaitu wirasuwasta sebanyak 1 (2,7%) orang, dan pengetahuan cukup dan kurang yaitu dan PNS sebanyak 1 (2,7%) orang.

- d. Mayoritas pengetahuan ibu menopause tentang osteoporosis berdasarkan Sumber Informasi adalah cukup yaitu Media Elektronik sebanyak 12 (32,4%) orang, dan minoritas pengetahuan baik yaitu Tenaga Kesehatan sebanyak 1 (2,7%) orang.

DAFTAR PUSTAKA

- Baziad A. 2010. Endokrinologi. Edisi kedua. Jakarta: Media aesculapius.
- Biela 2012. Media Aesculapius. FKUI Pengaruh Ras Dan Genetika Bagi Kesehatan Wanita
- Brombeger.2011. Menopause.Jogjakarta: Garailmu
- Dr.Robecca.2011. Pengobatan Osteoporosis.Jakarta:Erlangga.
- Dwi, 2011. Menopause. Jakart: Salemba Medika.
- Emma, 2010. Osteoporosis, universita, Jakart: Gramedia.
- Ferdinal , 2011 Osteoporosis, Jakarta: Gramedia.
- Greendal, 2010. Usia amenorrhoe. Jakarta: Gramedia
- Gusman filicia, 2012. Osteoporosis, jakarta: Gramedia
- Hardy, 2010. Smoking, Body Mass Index, Sosioeconomic Status And The Menopausal Transision In a British National Cohort. Int J Epidemiol
- Harlena, 2010. Mencegah osteoporosis dengan pola hidup [http:// www. Gizi.net/ berita. Fullnews](http://www.Gizi.net/berita.Fullnews).
- Hartono, 2012 Otoeporosis, Jakarta: Gramedia.
- Henderson, 2010 Faktor-faktor mempengaruhi Menopause. Jakarta.
- Iskandar. J. 2011. Osteoporosis. Penerbit Bhuana Ilmu Populer. Jakarta
- Jacob, 2011 Klasifikasi Menopause. Jakarta: Gramedia.
- Kasdu. 2012. Kiat sehat dan bahagia di usia menopause. Jakarta : Gramedia.
- Kusmiran, Eny. 2011. Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Jakarta: Salemba Medika.
- Lestary. 2010. Menopause.Jakarta: Salemba Medika
- Mebarak, iqbal wahit. 2011. Promosi Kesehatan untuk kebidanan. Jakarta: Salemba Medika
- Mochtar, 2010. Kiat sehat dan bahagia di usia menopause. Jakarta : Gramedia
- Pokoradi. 2011. Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Jakarta: Salemba Medika
- Prof. Dr. Soekidjo Notoatmodjo, 2012 Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rinekan Cipta.
- Proverawati, Atikah. 2010. Menopause dan Sindrome Premenopause. Jogjakarta: Nuha Medika.
- Reynolds,Obemeyer, 2011. Kiat sehat dan bahagia di usia menopause. Jakarta : Gramedia

Accepted Date	Revised Date	Decided Date	Accepted to Publish
08 Juli 2022	15 Juli 2022	25 Juli 2022	Ya