

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Osteoporosis didefinisikan sebagai penurunan kepadatan tulang yang disebabkan oleh perubahan mikroarsitektur tulang, yang pada akhirnya dapat menyebabkan seseorang mudah mengalami patah tulang. Penyakit ini diakui sebagai jenis penyakit tulang metabolik paling umum yang memengaruhi sekitar 200 juta orang di seluruh dunia.¹ Di Indonesia sendiri, tingkat osteoporosis sudah masuk dalam kategori yang harus diwaspadai, yaitu sekitar 19,7% dari jumlah populasi.²

Karena efeknya pada patah tulang osteoporosis yang berhubungan erat dengan tingginya angka morbiditas dan mortalitas, penyakit ini sering disebut sebagai *silent epidemic* (Kemenkes, 2018).³ Menurut perkiraan, patah tulang osteoporosis terjadi di suatu tempat di dunia setiap tiga detik.⁴ Patah tulang pinggul menyumbang 4,5 juta patah tulang osteoporosis di seluruh dunia setiap tahun, dan dapat meningkat menjadi 21 juta selama 40 tahun ke depan.⁵

Meskipun osteoporosis bisa menyerang kedua kelompok gender pada usia berapapun, penyakit ini umumnya berkembang sebagai akibat dari penuaan dan biasanya lebih banyak menyerang wanita daripada pria. Hal ini dikarenakan wanita memiliki massa tulang puncak yang lebih rendah daripada pria.⁶ *National Osteoporosis Foundation* (NOF) memperkirakan terdapat 9.1 juta wanita dengan osteoporosis dan 26 juta dengan massa tulang rendah, jauh melebihi estimasi pada pria yaitu sekitar 2.8 juta dengan osteoporosis dan 14.4 juta dengan massa tulang rendah.⁷ Singkatnya, wanita berusia 50 tahun atau lebih memiliki tingkat osteoporosis empat kali lebih tinggi dan tingkat osteopenia dua kali lebih tinggi dibandingkan dengan pria. Sangat mungkin

bahwa jumlah pasien osteoporosis akan meningkat secara substansial seiring dengan bertambahnya usia masyarakat, khususnya pada wanita.⁸

Dengan mayoritas populasi tinggal di Asia, diperkirakan pada tahun 2050 lebih dari 50% patah tulang osteoporosis dunia akan terjadi di Asia.⁴ Tercatat pada tahun 2013, prevalensi osteoporosis pada wanita usia 50-80 tahun tercatat sebesar 23% dan usia 70-80 tahun sebesar 53%. Diperkirakan bahwa pada tahun 2050, penduduk Indonesia usia diatas 50 tahun yang berisiko tinggi osteoporosis akan tumbuh sebesar 135% menjadi 113 juta atau 1/3 dari total penduduk Indonesia.⁷

Berdasarkan penelitian yang pernah dilakukan oleh Puslitbang Gizi Kemenkes Republik Indonesia dan sebuah perusahaan nutrisi dengan sampel 16 wilayah di Indonesia, didapatkan bahwa prevalensi osteopenia atau osteoporosis dini pada wanita usia diatas 55 tahun 6 kali lebih besar daripada pria serta peningkatan angka osteoporosis pada wanita 2 kali lebih besar daripada pria.⁸ Hal ini dikarenakan osteoporosis berhubungan erat dengan defisiensi estrogen pada pascamenopause.⁶ Selain itu, tercatat bahwa provinsi dengan risiko osteoporosis lebih tinggi adalah Sumatra Selatan (27,75%), Jawa Tengah (24,02%), Yogyakarta (23,5%), Sumatra Utara (22,82%), Jawa Timur (21,42%), Kalimantan Timur (10,5%).⁸

Meskipun osteoporosis merupakan penyakit kronik yang tidak dapat dihindari, osteoporosis masih dapat dicegah dengan berbagai strategi. Strategi ini termasuk kombinasi asupan kalsium dan vitamin D yang memadai, terapi anti-deformitas, olahraga menahan beban, menghindari rokok dan alkohol, serta menghindari tersandung atau jatuh.⁹ Sebuah tinjauan studi yang menyelidiki asupan kalsium menemukan bahwa asupan kalsium rata-rata nasional berkisar antara 175 hingga 1233 mg/hari (78 studi dari 74 negara). Di banyak negara Asia seperti Indonesia, rata-rata asupan kalsium kurang dari 500 mg per hari.¹⁰

Evaluasi pengetahuan individu target tentang penyakit adalah langkah penting pertama dalam mengendalikan gangguan kesehatan kronis. Pemahaman yang memadai tentang penyakit diperlukan untuk keberhasilan tindakan pencegahan, meskipun mungkin tidak cukup untuk memengaruhi perilaku yang berhubungan dengan kesehatan. Terdapat bukti yang menunjukkan bahwa pengetahuan tentang osteoporosis merupakan kontributor perilaku pencegahan osteoporosis, meskipun ini bukan hubungan yang jelas.¹¹ Hal ini menunjukkan bahwa sangat penting untuk mengevaluasi tingkat kesadaran wanita premenopause saat ini dan berusaha untuk menutup kesenjangan pengetahuan yang ditemukan untuk meningkatkan pemahaman dan perilaku pencegahan osteoporosis yang lebih baik.

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan antara tingkat pengetahuan dan perilaku pencegahan osteoporosis pada wanita usia premenopause di Kecamatan Sibolga Kota sebagai bagian dari provinsi Sumatera Utara yang memiliki risiko osteoporosis yang lebih tinggi.

1.2. Rumusan Masalah

Kasus osteoporosis yang banyak terjadi pada kaum wanita, khususnya wanita yang sudah mengalami menopause membuat peneliti tertarik untuk meneliti tingkat pengetahuan wanita premenopause mengenai osteoporosis agar wanita premenopause dapat melakukan upaya pencegahan. Selain itu, terdapat banyak penelitian sebelumnya mengenai hubungan antara tingkat pengetahuan dan perilaku osteoporosis pada wanita premenopause, akan tetapi penelitian-penelitian tersebut dilakukan pada daerah selain Kecamatan Sibolga Kota, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan studi penelitian ini pada daerah yang berbeda, yaitu Kecamatan Sibolga Kota.

1.3. Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana tingkat pengetahuan osteoporosis pada wanita usia premenopause di Kecamatan Sibolga Kota?
2. Bagaimana perilaku pencegahan osteoporosis yang dilakukan wanita usia premenopause di Kecamatan Sibolga Kota?
3. Apakah terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan perilaku pencegahan osteoporosis pada wanita usia premenopause di Kecamatan Sibolga Kota?

1.4. Tujuan Penelitian

1.4.1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dan perilaku pencegahan osteoporosis pada wanita usia premenopause di Kecamatan Sibolga Kota.

1.4.2. Tujuan Khusus

- Mengetahui tingkat pengetahuan osteoporosis pada wanita usia premenopause di Kecamatan Sibolga Kota
- Mengetahui perilaku pencegahan yang dilakukan wanita usia premenopause di Kecamatan Sibolga Kota

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Akademik

Penelitian ini bermanfaat untuk memperoleh gambaran mengenai tingkat pengetahuan dan pengaruhnya terhadap perilaku pencegahan osteoporosis pada wanita usia premenopause di Kecamatan

Sibolga Kota, dan dapat menjadi referensi untuk penelitian kedepannya.

1.5.2. Manfaat Praktis

Hasil penelitian dapat memberikan informasi kepada masyarakat khususnya wanita usia premenopause di Kecamatan Sibolga Kota mengenai manfaat dan peran pengetahuan osteoporosis dalam perilaku pencegahan osteoporosis.

