

**FAKTOR-FAKTOR PENYEBAB TERJADINYA PENYAKIT
OSTEOPOROSIS PADA LANSIA DI UPT PELAYANAN
SOSIAL LANJUT USIA DI WILAYAH BINJAI
TAHUN 2017**

*Factors Causing Osteoporosis Disease on Elderly in Service Age Social
UPT in Binjai Region 2017*

Leny Suarni¹

¹Dosen Akademi Keperawatan Sehat Binjai

E-mail: lenysuarni2016@gmail.com

Abstrak

Osteoporosis merupakan penyakit yang menyerang tulang dimana keadaan tulang menjadi rapuh (flagela) dan mudah dan mengalami patah (fraktur). Banyak faktor penyebab Osteoporosis ini adalah salah satunya faktor kekurangan kalsium terutama dimana di masa kecil sampai remaja. Dengan melihat kondisi di atas penulis ingin melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui Faktor-Faktor Penyebab Terjadinya Penyakit Osteoporosis Pada Lansia Di UPT Pelayanan Lanjut Usia Binjai Tahun 2017.

Penelitian ini bersifat Deskriptif dengan rancangan *cross sectional* yang dilakukan kepada lansia dengan jumlah 25 orang. Pengumpulan data ini dilakukan dengan cara Kuesioner. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor-faktor penyebab terjadinya penyakit osteoporosis adalah faktor kekurangan kalsium sebanyak 18 orang (72%), faktor obat-obatan sebanyak 20 orang (80%), faktor merokok dan mengkonsumsi alkohol sebanyak 10 orang (40%), faktor kurang gerak badan sebanyak 19 orang (76%), dan faktor penyakit sebanyak 15 orang (60%).

Jadi, dapat disimpulkan bahwa penyebab osteoporosis yang paling dominan pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia di Wilayah Binjai Tahun 2017 adalah Obat-Obatan 80%. Maka dari itu diharapkan pada lansia untuk kurang mengkonsumsi Obat-obatan yang dapat menyebabkan Osteoporosis.

Kata Kunci : Osteoporosis, Faktor-Faktor Penyebab Osteoporosis, Lansia

Abstract

Osteoporosis is a disease that attacks the bone where the bone becomes brittle (flagella) and is easily broken and fractured. Many of the factors that cause Osteoporosis are one of them is calcium deficiency, especially in childhood to adolescence. By looking at the conditions above, the writer wants to do a research that aims to find out the Factors Causing Osteoporosis in the Elderly in the 2017 Binjai Elderly Service Unit. This research is descriptive with a cross sectional design carried out for the elderly with 25 people. This data collection is done by questionnaire. The results of this study indicate that the factors that cause osteoporosis are calcium deficiency factors as many as 18 people (72%), drug factors as many as 20 people (80%), smoking factors and consuming alcohol as many as 10 people (40%), factors lack of exercise as many as 19 people (76%), and disease factors as many as 15 people (60%). So, it can be concluded that the most dominant cause of osteoporosis in the elderly in the UPT for Elderly Social Services in the Binjai Region in 2017 is 80% Medicines. Therefore, it is expected that the elderly will consume less drugs that can cause Osteoporosis.

Keywords: Osteoporosis, Causes of Osteoporosis, Elderly

PENDAHULUAN

Osteoporosis merupakan penyakit skeletal sistemik yang ditandai dengan massa tulang yang rendah dan kerusakan mikroarsitektur jaringan tulang, yang mengakibatkan meningkatnya fragilitas tulang sehingga tulang cenderung untuk mengalami fraktur spontan atau akibat

trauma minimal (Consensus Development Conference, 1993).

Osteoporosis lebih banyak terjadi pada wanita dari pada pria. Hal ini disebabkan pengaruh hormon estrogen yang mulai menurun kadarnya dalam tubuh sejak usia 35 tahun sedangkan pada pria hormon testoteron turun pada usia 65 tahun. Menurut

statistik dunia 1 dari 3 wanita rentan terkena penyakit osteoporosis.

Insiden osteoporosis meningkat sejalan dengan meningkatnya populasi usia lanjut. Pada tahun 2005 terdapat 18 juta lanjut usia di Indonesia, jumlah ini akan bertambah hingga 33 juta pada tahun 2020 dengan usia harapan hidup mencapai 70 tahun. Menurut data statistik Itali tahun 2004 lebih dari 44 juta orang Amerika mengalami osteopenia dan osteoporosis. Pada wanita usia ≥ 50 tahun terdapat 30% osteoporosis, 37-54% osteopenia dan 54% berisiko terhadap fraktur osteoporotik.

Osteoporosis merupakan salah satu dari tiga penyakit kronik utama yang disebabkan karena faktor usia termasuk juga pada wanita postmenopause. Menopause berhubungan dengan reduksi hormon estrogen pada wanita yang dapat mengakibatkan menurunnya kepadatan tulang sehingga terjadi osteoporosis.

Menurut WHO (1994), angka kejadian patah tulang (fraktur) akibat osteoporosis di seluruh dunia mencapai angka 1,7 juta orang dan diperkirakan angka ini akan terus meningkat hingga mencapai 6,3 juta orang pada tahun 2050 dan 71% kejadian ini akan terdapat di negara-negara berkembang. Di Indonesia 19,7% dari jumlah lansia atau sekitar 3,6 juta orang diantaranya menderita osteoporosis. Lima 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%). Prevalensi wanita yang menderita osteoporosis di Indonesia pada golongan umur 50-59 tahun yaitu 24% sedang pada pria usia 60-70 tahun sebesar 62%.

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan peneliti di UPT pelayanan sosial lanjut usia wilayah binjai, terdapat 25 orang lansia penderita penyakit osteoporosis. Maka peneliti tertarik dan untuk meneliti tentang Faktor-Faktor Terjadinya Penyakit Osteoporosis Pada Lansia Di UPT Sosial Lanjut Usia Binjai Tahun 2017.

METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian deskriptif yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk membuat gambaran atau deskriptif tentang suatu keadaan secara objektif. Penelitian ini dilaksanakan UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai. Waktu Penelitian telah melakukan survei awal pada tanggal 17 Maret sampai 10 April 2017.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh penderita penyakit osteoporosis di UPT pelayan sosial Lanjut Usia Binjai sebanyak 25 orang.

Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian lansia yang berada di UPT pelayanan sosial lanjut usia yang mengalami penyakit osteoporosis sebanyak 25 orang.

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan Teknik total sampling yaitu semua populasi dijadikan sampel.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 4.1 Distribusi Responden Berdasarkan Umur di Panti Sosial UPT Pelayanan Sosial lanjut Usia di Wilayah binjai Tahun 2017

No.	Umur (Tahun)	Frekuensi	Persentase (%)
1	60-70	10	40
2	71-80	10	40
3	81-90	5	20
Jumlah		25	100

Dari tabel di atas dapat dilihat bahwa mayoritas responden berusia 60-70 tahun dan 71-80 tahun masing-masing 10 orang atau 40%.

Tabel 4.2 Distribusi Responden Berdasarkan Jenis Kelamin di Panti sosial UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia di Wilayah Binjai Tahun 2017

No.	Jenis Kelamin	Frekuensi	Perse ntase (%)
1	Laki-laki	14	56
2	Perempuan	11	44
Jumlah		25	100

Dari tabel 4.2 menunjukkan bahwa sebagian besar berjenis kelamin laki-laki yaitu 14 orang (56%).

Tabel 4.3 Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Pendidikan di Panti Sosial UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia di Wilayah Binjai Tahun 2017

No.	Pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
1	SD	15	60
2	SMP	5	20
3	SMA	5	20
Jumlah		25	100

Berdasarkan tabel 4.3 sebagian besar responden pendidikan SD yang terdiri dari 15 orang atau 60%.

Tabel 4.4. Distribusi Responden Pada Lansia Berdasarkan Faktor Kekurangan Kalsium di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia di Wilayah Binjai Tahun 2017

No	Akibat faktor Kekurangan Kalsium	Frekuensi	Persentase (%)
1	Dominan	18	72
2	Tidak Dominan	7	28
Jumlah		25	100

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan bahwa responden yang menderita Osteoporosis di karenakan faktor kekurangan kalsium sebanyak 18 orang (72%).

Tabel 4.5. Distribusi Responden pada Lansia akibat Faktor Obat-obatan di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia di Wilayah Binjai Tahun 2017

No.	Akibat faktor Obat-obatan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Dominan	20	80
2	Tidak	5	20

Dominan

Jumlah	25	100
--------	----	-----

Berdasarkan tabel 4.5 menunjukkan bahwa responden yang menderita Osteoporosis dikarenakan faktor obat-obatan sebanyak 20 orang (80%).

Tabel 4.6 Distribusi Responden pada Lansia akibat faktor Merokok dan Mengonsumsi Alkohol di UPT pelayanan Sosial Lanjut Usia di Wilayah Binjai Tahun 2017

No.	Akibat faktor Merokok dan Mengonsumsi Alkohol	Frekuensi	Persentase (%)
1	Dominan	10	40
2	Tidak Dominan	15	60
Jumlah		25	100

Berdasarkan tabel 4.6 menunjukkan bahwa responden yang menderita Osteoporosis di karenakan faktor merokok dan mengonsumsi alkohol sebanyak 10 orang (40%).

Tabel 4.7 Distribusi Responden Pada Lansia Akibat Faktor Kurang Gerak Badan di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia di Wilayah Binjai Tahun 2017

No.	Akibat faktor Kurang Gerak Badan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Dominan	19	76
2	Tidak Dominan	6	24
Jumlah		25	100

Tabel 4.8 Distribusi Responden Berdasarkan faktor Penyakit Pada Lansia di Upt Pelayanan Sosial Lanjut Usia di Wilayah Binjai Tahun 2017

No.	Akibat faktor	Frekuensi	Persentase (%)
-----	---------------	-----------	----------------

	penyakit		tase (%)
1	Dominan	15	60
2	Tidak Dominan	10	40
Jumlah		25	100

Berdasarkan tabel 4.8 menunjukkan bahwa responden yang menderita osteoporosis dikarenakan faktor penyakit sebanyak 15 orang atau 60 %.

Dalam penelitian ini adalah membahas hal-hal yang berkaitan dengan pemilihan yang telah di ketahui pada bagian pendahuluan bahwa tujuan umum penelitian untuk untuk mengetahui gambaran kasus penderita Osteoporosis pada lansia di UPT pelayanan Sosial Lanjut Usia di Wilayah Binjai tahun 2017.

1. Umur

Dari tabel 4.1. dapat di lihat dari 25 orang responden berdasarkan umur, yang berumur 60-70 terdiri dari 10 orang atau 40%, umur 71-80 terdiri dari 10 atau 40% dan umur 81-90 terdiri dari 5 atau 20%, cenderung mengalami Osteoporosis karena proses densitas (kepadatan tulang) hanya berlangsung sampai seseorang berusia 25 tahun. Selanjutnya, kondisi tulang akan tetap (konstan) hingga usia 40 tahun, setelah 40 tahun densitas tulang mulai berkembang secara perlahan dan akan berlangsung terus menerus sepanjang sisa hidup (Wirakusumah, 2007).

2. Jenis Kelamin

Dari tabel di atas dapat di lihat dari 25 orang responden berdasarkan jenis kelamin yaitu laki-laki 14 orang atau 56% dan perempuan 11 orang atau 44 %. Ternyata dari hasil penelitian laki-laki lebih banyak menderita Osteoporosis. Hal ini di sebabkan jumlah lansia laki-laki lebih banyak dari pada perempuan di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia di Wilayah Binjai. Ini juga di sebabkan laki-laki lebih sering merokok dan mengkonsumsi alkohol dari pada perempuan.

3. Pendidikan

Dari tabel 4.3 dapat di lihat dari 25 responden berdasarkan tingkat

pendidikan yaitu SD terdiri dari 15 orang atau 60%, SMP terdiri dari 5 orang atau 20% dan SMA terdiri dari 5 orang atau 20%. Ternyata dari hasil penelitian berdasarkan pendidikan, yang berpendidikan SD cenderung mengalami Osteoporosis dari data epidemiologi menunjukkan bahwa golongan penduduk yang berpendidikan rendah atau buta huruf menunjukkan kurang tahu pengetahuan termasuk pengetahuan tentang suatu penyakit.

Berdasarkan tabel 4.4 dapat diketahui bahwa dari 25 responden penelitian berdasarkan faktor kekurangan kalsium pada lansia yang dominan menderita Osteoporosis ada 18 orang atau 72% dan yang tidak dominan ada 7 orang atau 28%. Bila penyebab faktor dari penyakit Osteoporosis pada lansia karena dari beberapa penelitian mengungkapkan bahwa akibat kekurangan kalsium terutama di masa kecil hingga remaja, saat pembentukan maksimal, dapat menyebabkan utama Osteoporosis (Waluyo, 2002).

Berdasarkan tabel 4.5 dapat di ketahui bahwa dari 25 responden penelitian berdasarkan faktor gangguan obat-obatan yang dominan menderita Osteoporosis ada 20 orang atau 80% dan yang tidak dominan ada 5 orang atau 20%. Bisa menyebabkan Osteoporosis karena apabila sering mengkonsumsi obat-obatan, minuman dapa mengurangi penyerapan kalsium contohnya obat golongan steroid (Wirakusumah, 2007).

Berdasarkan taber 4.6 dapat diketahui bahwa dari 25 responden penelitian berdasarkan faktor merokok dan mengkonsumsi alkohol yang dominan menderita Osteoporosis ada 10 orang atau 40% dan tidak dominan ada 15 orang atau 60%. Hal ini karena mengkonsumsi minuman yang mengandung alkohol dapat menurunkan masa tulang sehingga terjadi kekurangan kalsium. Begitu juga dengan merokok dapat menghambat osteoblas yang berfungsi membentuk sel-sel tulang.

Berdasarkan tabel 4.7 dapat diketahui bahwa dari 25 responding penelitian berdasarkan faktor kurang gerak

badan yang dominan menderita Osteoporosis ada 19 orang atau 76% dan yang tidak dominan ada 6 orang atau 24%. Hal ini dapat dikarenakan diungkapkan pada masa muda dan remaja kurang gerak badan dapat mengurangi puncak masa tulang. Di masa lanjut usia kurang gerak badan membuat lemahnya otot sehingga beresiko patah tulang.

Berdasarkan tabel 4.8 dapat diketahui dari 25 responden penelitian berdasarkan faktor penyakit yang dominan menderita Osteoporosis ada 15 orang atau 60% dan yang tidak dominan ada 10 orang atau 40%. Faktor dari penyakit Osteoporosis pada lansia dari beberapa penelitian mengungkapkan bahwa faktor penyakit dapat menyebabkan Osteoporosis misalnya diabetes melitus dan kanker (Waluyo : 2002).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan maka dapat ditarik beberapa kesimpulan dan selanjutnya saran yang mungkin bermanfaat khususnya dalam meningkatkan pengetahuan para lansia tentang faktor-faktor penyebab terjadinya penyakit osteoporosis di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia di Wilayah Binjai Tahun 2017.

1. Penelitian pada tinjauan faktor-faktor penyebab terjadinya Osteoporosis pada lansia telah dilakukan dengan baik, berkat kerja sama antar pegawai yang ada di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia di Wilayah Binjai.
2. Dari hasil penelitian ini maka diketahui bahwa faktor kekurangan kalsium menyebabkan terjadinya Osteoporosis pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia di Wilayah Binjai Tahun 2017 dengan jumlah 18 orang (72%).
3. Dari hasil penelitian ini maka diketahui bahwa faktor Obat-obatan menyebabkan terjadinya Osteoporosis pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia di Wilayah Binjai Tahun 2017 dengan jumlah 20 orang (80%).
4. Dari hasil penelitian ini maka diketahui bahwa faktor Merokok dan Mengonsumsi alkohol menyebabkan terjadinya Osteoporosis pada lansia di UPT Pelayanan Lanjut Usia di Wilayah

Binjai Tahun 2017 dengan jumlah 10 orang (40%).

5. Dari hasil penelitian ini maka diketahui bahwa faktor Kurang Gerak Badan menyebabkan terjadinya Osteoporosis pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia di Wilayah Binjai Tahun 2017 dengan jumlah 19 orang (76%).
6. Dari hasil penelitian ini maka diketahui bahwa Faktor Penyakit menyebabkan terjadinya Osteoporosis pada lansia di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia di Wilayah Binjai Tahun 2017 dengan jumlah 15 orang (60%).
7. Berdasarkan dari ke 5 faktor di atas dapat disimpulkan faktor Obat-Obatan yang dominan terjadinya Osteoporosis pada lansia di UPT Pelayanan sosial Lanjut Usia di Wilayah Binjai Tahun 2017 dengan jumlah 20 orang (80%).

SARAN

Dari hasil penelitian menyatakan kepada para lansia sebagai berikut :

1. Lansia harus mengetahui lebih jauh apa yang dimaksud dengan Osteoporosis, pencegahan dan penanganan yang diperoleh dari tim medis.
2. Diharapkan pada lansia agar mengontrol makanan dan aktifitas.
3. Diharapkan agar tenaga medis dapat memberikan penjelasan dan penyuluhan kepada lansia tentang faktor penyebab Osteoporosis dan pencegahannya.

DAFTAR PUSTAKA

- Compaston, J. 2002. Seri Kesehatan Osteoporosis. Dian Rakyat ; Jakarta
- Farida, M. 2008. Mencegah dan mengatasi Osteoporosis dengan berolahraga.. Pendidikan Jasmani Kesehatan dan Rekreasi Fakultas Keolahragaan Universitas Negeri ; Yogyakarta
- La Ode, S. 2015. Asuhan Keperawatan Gerontik. Nuha Medika ; Yogyakarta
- Noor, Z. 2016. Gangguan Muskuloskeletal. Jagakarsa ; Jakarta Selatan 12610
- Rosyidin, K. 2015. Muskuloskeletal. Trans Info Media ; Jakarta
- Utomo, M. 2010. Jurnal Faktor-Faktor Berhubungan Dengan Kepadatan Tulang Pada Wanita Postmenopaus.

Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Muhammadiyah; Semarang
Wardhana, W. 2012. Faktor –faktor resiko
Osteoporosis pada pasien dengan usia
diatas 50 tahun. Program Pendidikan
Sarjana Kedokteran fakultas
Kedokteran Universitas Diponegoro;
Semarang.