

**HUBUNGAN ANTARA KEJADIAN OSTEOPOROSIS
YANG DIALAMI ANGGOTA KELUARGA
DENGAN PERILAKU PENCEGAHAN
OSTEOPOROSIS PADA LANSIA DI
POSYANDU GIRIPENI WATES
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



Disusun oleh:

**HENDRA ARIANSAH
201110201178**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIAH
YOGYAKARTA
2013**

HUBUNGAN ANTARA KEJADIAN OSTEOPOROSIS YANG DIALAMI ANGGOTA KELUARGA DENGAN PERILAKU PENCEGAHAN OSTEOPOROSIS PADA LANSIA DI POSYANDU GIRIPENI WATES YOGYAKARTA¹

Hendra Ariansah², Sugiyanto³

INTISARI

Osteoporosis adalah penyakit dengan sifat-sifat khas berupa massa tulang yang rendah, disertai perubahan mikroarsitektur tulang, dan penurunan kualitas jaringan tulang, yang pada akhirnya menimbulkan akibat terjadinya patah tulang dengan risiko terjadinya patah tulang. Kejadian osteoporosis yang dialami oleh salah satu anggota keluarga dapat mempengaruhi persepsi anggota keluarga yang lain tentang osteoporosis. Sehingga perilaku pencegahan sangatlah penting agar tidak mudah terkena osteoporosis.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara kejadian osteoporosis yang dialami anggota keluarga dengan perilaku pencegahan osteoporosis pada lansia di posyandu Giripeni Wates Yogyakarta.

Metode penelitian menggunakan metode korelasi, pendekatan *Cross Sectional*. Instrumen menggunakan kuesioner tertutup dan dilakukan pada tanggal 28 January 2013. Populasi berjumlah 65 orang responden. Analisa data menggunakan *Chi Square* (X^2) *dua sampel*.

Hasil penelitian ini didapatkan nilai *chi square* sebesar 21,760 dan sig (p) sebesar 0,000. Nilai sig. (p) = 0,000 lebih kecil dari 0,05 sehingga terdapat hubungan.

Kesimpulan penelitian ini bahwa perilaku pencegahan osteoporosis pada responden yang pernah mengalami kejadian osteoporosis lebih baik jika dibandingkan dengan perilaku pencegahan osteoporosis pada responden yang belum mengalami kejadian osteoporosis.

Saran peneliti adalah agar responden lebih meningkatkan derajat kesehatannya.

Kata Kunci : Kejadian osteoporosis, perilaku pencegahan osteoporosis, lansia
Kepustakaan : 29 buku (2001-2010), 6 website (2009-2012).
Halaman : i-xiv, 64 halaman, 10 tabel, 2 gambar, 12 lampiran.

¹Judul Skripsi

² Mahasiswa STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

³Dosen STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

CORRELATION BETWEEN OSTEOPOROSIS INCIDENCE UNDERGONE BY FAMILY MEMBERS AND OSTEOPOROSIS PREVENTION BEHAVIOR ON ELDERLY IN *POSYANDU* GIRIPENI WATES YOGYAKARTA¹

Hendra Ariansah², Sugiyanto³

ABSTRACT

Osteoporosis is an illness with typical characteristics like low bone mass with change of bone microarchitecture, and deterioration of quality bone tissue, which finally cause bone fracture. The incidence of osteoporosis undergone by the family members will influence osteoporosis perception of other family members about osteoporosis. Therefore, prevention behavior is very important to make other family members do not undergo it.

The purpose of this research was to examine the correlation between osteoporosis incidence undergone by family members and osteoporosis prevention behavior on elderly in Posyandu Giripeni Wates Yogyakarta.

This research used correlation method with cross sectional approach. Data were taken on January 28, 2013 by close questionnaire. Population is as many as 65 respondents. Data were analyzed using *two-sampled Chi Square* (X^2).

The result of shows that *chi square* is 21.760 and sig (p) is 0.000. The value of sig. (p) = 0.000 which is lower than 0.05 meaning that there is correlation.

It can be concluded that osteoporosis prevention behavior on respondents who have ever undergone osteoporosis is better that of those who have not ever undergone it before. It is suggested that respondents improve their health quality.

Keywords : Osteoporosis Incidence, Osteoporosis Prevention Behavior, Elderly

References : 30 books (2001 - 2010), 6 websites (2009 – 2012)

Number of pages : i-xiii, 64 pages, 10 tables, 2 figures, 16 appendixes

¹ Title of the Scientific Writing

² Student of school of nursing 'Aisyiyah Health Sciences College of Yogyakarta

³ Lecturer of school of nursing 'Aisyiyah Health Sciences College of Yogyakarta

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Di AS osteoporosis merupakan masalah kesehatan yang paling utama. Berdasarkan data dari *Third National Health and Nutrition Examination survey*, yang mencakup pengukuran densitas mineral tulang pada pinggul 20 persen wanita dan 5 persen pria berusia 50 tahun ke atas di Amerika Serikat menderita osteoporosis. Densitas mineral tulang yang rendah merupakan penyebab utama dari meningkatnya resiko retak atau patah tulang (Nancy, 2003).

WHO menyebutkan sekitar 200 juta orang menderita osteoporosis diseluruh dunia. Pada tahun 2050, diperkirakan angka patah tulang pinggul akan meningkat 2 kali lipat pada wanita dan 3 kali lipat pada pria (Suryati, 2006).

Hasil riset di dunia didapatkan bahwa satu diantara tiga wanita di atas usia 50 tahun dan satu diantara lima pria di atas 50 tahun menderita osteoporosis, Penderita osteoporosis di Eropa, Jepang, Amerika sebanyak 75 juta penduduk, sedangkan China 84 juta penduduk dan ada 200 juta penderita osteoporosis diseluruh dunia. Sementara itu riset osteoporosis di Indonesia mengungkapkan bahwa prevalensi osteoporosis untuk umur kurang dari 70 tahun untuk wanita sebanyak 18-38%, sedangkan pria 20-27%, untuk umur diatas 70 tahun untuk wanita 53,6% (Wangi, 2010).

Jumlah usia lanjut di Indonesia diperkirakan akan naik 414% persen dalam kurun waktu 1990-2025. Sehingga sangat besar jumlah penduduk yang dapat terancam penyakit osteoporosis (Wangi, 2010).

Bahkan data kejadian penderita osteoporosis di Indonesia cenderung terus meningkat dari tahun ke tahun. Data terbaru Pusat Penelitian dan Pengembangan Gizi dan Makanan Kementerian Kesehatan menunjukkan 41,7 % penduduk Indonesia rawan osteoporosis (Dahlan, 2006).

Lima provinsi dengan resiko lebih tinggi terkena osteoporosis lebih tinggi adalah Sumatera Selatan (27,7%), Jawa Tengah (24,02%), Yogyakarta (23,5%), Sumatera Utara (22,82%), Jawa Timur (21,42%), Kalimantan Timur (10,5%) (Depkes 2005).

Kejadian Osteoporosis dapat dicegah melalui perilaku cerdas: cek kesehatan secara berkala (enyahkan asap rokok, rangsang aktifitas fisik paling tidak 30 menit 3 kali seminggu, berjalan kaki 10.000 langkah per hari, diet sehat dan seimbang terutama yang mengandung kalsium dan vitamin D, tidak mengkonsumsi rokok dan alkohol serta terpapar sinar matahari pagi, istirahat cukup dan kelola stres (Rahmat, 2003).

Jika ada anggota keluarga yang menderita osteoporosis, maka berhati-hatilah. Osteoporosis menyerang penderita dengan karakteristik tulang tertentu. Seperti kesamaan perawakan dan bentuk tulang tubuh. Itu artinya dalam garis keluarga pasti punya struktur genetik tulang yang sama bisa menyebabkan terjadinya osteoporosis (Wangi, 2010).

Pada studi pendahuluan yang dilakukan tanggal 31 oktober 2012 jam 12.00 di posyandu Giripeni komplek Kasatriyan Baru RT 26 RW 12 Wates Kulon Progo Yogyakarta dengan menanyakan ke kader kesehatan posyandu Giripeni, sehingga di dapatkan data dengan jumlah 58 lansia yang datang memeriksa kesehatan ke posyandu Giripeni baik yang masih produktif maupun yang tidak pada tanggal tersebut. Sebelumnya 1 tahun yang lalu pernah dilakukan tes osteoporosis pada lansia sekitar lebih dari 60 orang lansia dan hasilnya didapatkan lebih dari 50% lansia mengalami penyakit osteoporosis. Berdasarkan latar belakang di atas peneliti ingin melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara kejadian osteoporosis yang dialami anggota keluarga dengan perilaku pencegahan osteoporosis pada lansia di posyandu Giripeni Wates Yogyakarta.

B. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut “Adakah hubungan antara kejadian osteoporosis yang dialami anggota keluarga dengan perilaku pencegahan osteoporosis pada lansia di posyandu Giripeni Wates Yogyakarta?”.

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan Umum:

Untuk mengetahui hubungan antara kejadian osteoporosis yang dialami anggota keluarga dengan perilaku pencegahan osteoporosis pada lansia di posyandu Giripeni Wates Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus:

- a. Diketuainya data demografi responden meliputi; nama, umur, jenis kelamin, agama, jenjang pendidikan.
- b. Diketuainya kejadian osteoporosis yang dialami oleh anggota keluarga.
- c. Diketuainya perilaku pencegahan osteoporosis pada lansia di Posyandu Giripeni Wates Yogyakarta.

D. Jenis Penelitian

Penelitian ini bersifat korelasi ini pada hakikatnya merupakan penelitian atau penelaahan hubungan antara dua variabel pada suatu situasi atau sekelompok subjek (Notoatmodjo, 2010). Metode pengambilan data berdasarkan pendekatan waktu dengan menggunakan metode *cross sectional* yaitu metode pengambilan data yang dilakukan pada waktu penelitian dilakukan dalam waktu yang bersamaan (Notoadmodjo, 2010).

E. Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah lansia yang mempunyai riwayat osteoporosis di posyandu lansia Giripeni Wates Yogyakarta sebanyak 184 orang lansia. Sedangkan sampel dalam penelitian ini adalah 65 orang.

F. Hasil Penelitian

1. Karakteristik Responden Berdasarkan Jenis Kelamin

Tabel 4.1 Karakteristik Responden Penelitian Berdasarkan Jenis Kelamin di Posyandu Giripeni Wates Yogyakarta.

Jenis Kelamin	Frekuensi	Persentase (%)
Laki-laki	12	30,0
Perempuan	28	70,0
Total	40	100,0

Berdasarkan tabel 4.1 di atas dapat dilihat bahwa responden tertinggi untuk jenis kelamin adalah perempuan sebanyak 28 (70,0%), dan terendah adalah laki-laki 12 (30,0%).

2. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 4.2 Karakteristik Responden Penelitian Berdasarkan Usia di Posyandu Giripeni Wates Yogyakarta.

Usia (tahun)	Frekuensi	Persentase (%)
60	26	65,0
65	11	27,5
Lebih dari 70	3	7,5
Total	40	100,0

Berdasarkan tabel 4.2 di atas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden rentang usianya yang tertinggi adalah 60 tahun sebanyak 26 orang (65,0%), dan yang terendah dalam rentang usia lebih dari 70 tahun sebanyak 3 orang (7,5%).

3. Karakteristik Responden Berdasarkan Pendidikan

Tabel 4.3 Karakteristik Responden Penelitian Berdasarkan pendidikan di Posyandu Giripeni Wates Yogyakarta.

Jenjang pendidikan	Frekuensi	Persentase (%)
SD	31	77,5
SMP	4	10,0
SMA	1	2,5
PT	4	10,0
Total	40	100,0

Berdasarkan tabel 4.3 di atas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden lansia jenjang pendidikan tertinggi adalah lulusan SD sebanyak 31

orang (77,5%), kemudian jenjang yang terendah adalah pendidikan SMA sebanyak 1 orang (2,5%).

4. Karakteristik Responden Berdasarkan Kejadian Osteoporosis Yang Dialami Anggota Keluarga.

Tabel 4.4 Karakteristik Responden Penelitian Berdasarkan Kejadian Osteoporosis Yang Dialami Anggota Keluarga di Posyandu Giripeni Wates Yogyakarta

Kejadian osteoporosis	Frekuensi	Persentase (%)
Ya	20	50,0
Tidak	20	50,0
Total	40	100,0

Berdasarkan tabel 4.4 di atas dapat dilihat bahwa responden yang mengalami kejadian osteoporosis yang dialami keluarga sebanyak 20 orang (50%), dan responden yang tidak mengalami kejadian osteoporosis yang dialami keluarga juga sebanyak 20 orang (50%).

5. Tabulasi silang

Tabel 4.5 Tabulasi Silang Kejadian Osteoporosis Dengan Perilaku Pencegahan di Posyandu Giripeni Wates Yogyakarta.

Perilaku pencegahan	Kejadian osteoporosis	
	Tidak	Ya
Buruk	1 (2,5%)	0 (0,0%)
Sedang	19 (47,5%)	6 (15,0%)
Baik	0 (0,0%)	14 (35,0%)
Total	20 (50,0%)	20 (50,0%)

Berdasarkan tabel 4.5 tersebut di atas, responden yang belum pernah mengalami kejadian osteoporosis sebagian besar responden mempunyai

perilaku yang tertinggi adalah sebanyak 19 orang (47,5%) dikategorikan sedang dan terendah 0(0,0%) dikategorikan baik. Sedangkan responden yang pernah mengalami kejadian osteoporosis sebagian besar mempunyai perilaku yang tertinggi sebanyak 14 orang (35,0%) dikategorikan baik, dan terendah sebanyak 0 (0,0%) dikategorikan buruk.

6. Analisis *chi square*

Hasil analisis *chi square* dapat dilihat pada tabel 4.6 berikut ini:

Tabel 4.6 Hasil analisis *chi square*

<i>Chi square</i>	sig. (p)
21,760	0,000

Berdasarkan tabel 4.6 tersebut di atas nilai *chi square* sebesar 21,760 dan sig (p) sebesar 0,000. Nilai sig (p) = 0,000 lebih kecil dari 0,05 sehingga dapat diambil kesimpulan ada hubungan antara kejadian osteoporosis yang dialami anggota dengan perilaku pencegahan osteoporosis pada lansia di posyandu Giripeni Wates Yogyakarta.

7. Analisis Kontingensi

Hasil analisis Kontingensi dapat dilihat pada tabel 4.7 berikut ini:

Tabel 4.7 Hasil Analisis Kontingensi

Koefisien kontingensi	sig. (p)
0,594	0,000

Berdasarkan tabel 4.7 tersebut di atas nilai koefisien kontingensi sebesar 0,594 atau berada dalam interval 0,4 sampai 0,6. Hal ini dapat diambil kesimpulan bahwa ada hubungan antara kejadian osteoporosis yang dialami anggota dengan perilaku pencegahan osteoporosis pada lansia di Posyandu Giripeni Wates Yogyakarta termasuk dalam kategori sedang.

G. Pembahasan

1. Karakteristik Responden

- Berdasarkan data demografi tabel 4.1 didapatkan bahwa jumlah responden lansia yang datang berobat ke posyandu Giripeni berdasarkan jenis

kelamin lebih banyak yang jenis kelamin perempuan sebanyak 28 (70,0%) dan laki-laki sebanyak 12 (30,0%). Hal ini sesuai dengan pendapat Wangi (2010) mengungkapkan bahwa sekitar 80% penderita penyakit osteoporosis adalah wanita, termasuk wanita muda yang mengalami penghentian siklus menorhea.

- b. Berdasarkan tabel 4.2 didapatkan bahwa rentang usia pada lansia yang berumur 60 sebanyak 26 orang (65,0%), dan rentang usia yang berumur 65 tahun keatas sebanyak 11 (27,5%) sedangkan rentang usia lebih dari 70 tahun sebanyak 3 orang (7,5%). Hal ini sangat sesuai menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) dimana batasan-batasan usia pada lansia dimulai dari dari lanjutjut usia (*elderly*) yaitu antara 60 sampai 74 tahun, lanjut usia tua (*old*) yaitu antara 76 sampai 90 tahun, kemudian usia sangat tua (*very old*) yaitu diatas 90 tahun. Jadi dapat disimpulkan bahwa menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) lansia adalah seseorang yang berusia 60 tahun keatas (Reny, 2008).

Hal ini sejalan pula dengan pendapatnya Wangi (2010) mengungkapkan bahwa riset osteoporosis di Indonesia untuk umur kurang dari 70 tahun pada wanita sebanyak 18-36%, sedangkan pria 20-27%, untuk umur diatas 70 tahun untuk wanita 53,6%, pria 38%.

- c. Berdasarkan tabel 4.3 pendidikan didapatkan bahwa jenjang pendidikan pada lansia yang paling banyak adalah SD sebanyak 31 oarang (77,5%), sedangkan jenjang pendidikan yang paling sedikit adalah SMA sebanyak 1 orang (2,5%). Pendidikan terakhir yang paling banyak dicapai lansia SD. Kondisi demikian disebabkan kebanyakan responden dilatarbelakangi oleh ekonomi yang rendah serta sarana dan prasarana pendidikan pada waktu dahulu masih terbatas, sehingga kemampuan kognitif lansia agak sulit untuk memahami dan berinteraksi. Dengan adanya penurunan fungsi sistem sensorik, maka akan terjadi penurunan kemampuan untuk menerima, memproses, dan merespon stimulus sehingga terkadang muncul aksi/reaksi yang berbeda dari stimulus yang ada (Maryam, 2008).

2. Kejadian osteoporosis yang dialami anggota keluarga

Berdasarkan tabel 4.4 didapatkan bahwa kejadian osteoporosis yang dialami anggota keluarga dan lansia yang tidak mengalami osteoporosis seimbang yaitu sebanyak 20 orang yang mengalami osteoporosis (50,0%) dan

20 orang yang tidak mengalami osteoporosis sebanyak 20 orang (50,0%). Kejadian osteoporosis bisa disebabkan oleh faktor genetik diperkirakan hampir sekitar 80% kepadatan tulang itu diwariskan secara genetik sehingga dengan kata lain osteoporosis dapat diturunkan dan tidak dapat diubah. Karena sebab merupakan bawaan dari lahir serta bisa disebabkan oleh riwayat kesehatan keluarga, jenis kelamin dan usia (Wangi, 2010).

Hasil penelitian ini sejalan dengan Fatmah (2008) yang menyatakan bahwa beban kerja fisik harian pada usia muda dan tua juga menjadi faktor risiko osteoporosis. Secara umum hasil studi menggambarkan rata-rata kepadatan tulang kelompok beban kerja berat sedikit lebih tinggi daripada beban kerja ringan pada periode usia yang berbeda (usia 25 dan 55 tahun).

Namun hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian Schaie (1984) yang menyatakan tidak ditemukan penurunan intelektual pada masa dewasa, setidaknya sampai usia 70 tahun (Ernawati, 2008). Pada tahun 1994, Schaie kembali mengadakan penelitian dan menemukan bahwa penurunan di dalam kemampuan-kemampuan mental rata-rata dimulai pada usia 74 tahun. Tumbuh kembang remaja berlangsung lambat bahkan akan terhenti menjelang usia 20 tahun, tetapi kebutuhan gizi tidak berhenti. Absorpsi kalsium sangat penting selama masa pertumbuhan untuk mencapai puncak massa tulang yang optimal. Penelitian Rachamwati (2012) menyatakan bahwa proses pembentukan dan penimbunan massa tulang mencapai kepadatan maksimal pada usia 35 tahun. Pada masa pertumbuhan remaja kalsium yang dapat diabsorpsi mencapai 75-80%.

3. Perilaku pencegahan osteoporosis

a. Berdasarkan tabel 4.5 tabulasi silang kejadian osteoporosis dengan perilaku pencegahan osteoporosis. Untuk responden lansia yang belum mengalami kejadian osteoporosis mempunyai perilaku pencegahan buruk 1 orang (2,5%), sedang 19 orang (47,5%) dan baik 0 (0,0%). Sedangkan pada responden lansia yang pernah mengalami kejadian osteoporosis mempunyai perilaku pencegahan buruk 0(0,0%), sedang sebanyak 6 orang (15,0%) baik sebanyak 14 orang (35,0%).

Jadi dapat disimpulkan bahwa responden yang pernah mengalami kejadian osteoporosis cenderung mempunyai perilaku yang baik sedangkan responden yang belum pernah mengalami osteoporosis

cenderung sedang. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman atau kejadian yang pernah dialami sendiri maupun keluarga menjadi sebuah peringatan bagi setiap orang..

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Sudirman (2007) menyatakan bahwa perilaku pencegahan osteoporosis pada lansia yang sudah mengalami kejadian osteoporosis perilaku pencegahannya lebih baik dari pada yang belum terkena osteoporosis.

Namun Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan Ernawati (2008) yang menyatakan bahwa lansia yang berisiko terkena osteoporosis akan lebih giat dalam edukasi dengan menggunakan panduan untuk perilaku pencegahan osteoporosis yang baik sehingga pengetahuannya akan meningkat..

4. Hubungan antara kejadian osteoporosis yang dialami anggota keluarga dengan perilaku pencegahan osteoporosis pada lansia

- a. Berdasarkan tabel 4.6 hasil analisis *chi square* menunjukkan bahwa nilai *chi square* sebesar 21,760 dan sig (p) sebesar 0,000. Nilai sig. (p) = 0,000 lebih kecil dari 0,05 sehingga dapat diambil kesimpulan ada hubungan antara kejadian osteoporosis yang dialami anggota dengan perilaku pencegahan osteoporosis pada lansia di posyandu Giripeni Wates Yogyakarta. Perilaku manusia merupakan refleksi dari berbagai gejala kejiwaan seperti pengetahuan, keinginan, kehendak, minat motivasi, persepsi sikap dan sebagainya. Proses terbentuknya perilaku didahului dengan pengalaman, keyakinan, fasilitas dan sosial budaya yang selanjutnya akan berpengaruh pada pengetahuan, sikap, persepsi, keinginan, kehendak, motivasi dan niat, dan akhirnya akan membentuk perilaku itu sendiri. Perilaku dapat diartikan, merupakan respons atau reaksi seseorang terhadap stimulus/rangsangan dari luar (Notoadmodjo, 2003).
- b. Berdasarkan tabel 4.7 analisis kontingensi menunjukkan bahwa nilai koefisien kontingensi sebesar 0,594 atau berada dalam interval 0,4 sampai 0,6. Hal ini dapat diambil kesimpulan bahwa ada hubungan antara kejadian osteoporosis yang dialami anggota dengan perilaku pencegahan osteoporosis pada lansia di Posyandu Giripeni Wates Kulon Progo termasuk dalam kategori sedang. Hal ini menunjukkan bahwa masih ada

faktor lain yang mempengaruhi perilaku kesehatan. Pada dasarnya perilaku pada manusia dipengaruhi oleh faktor internal dan faktor eksternal. Faktor internal meliputi pengetahuan, persepsi, kecerdasan, emosi dan motivasi yang berfungsi untuk mengolah ransangan dari luar. Sedangkan faktor eksternal meliputi lingkungan sekitar, baik fisik maupun non fisik, seperti iklim, manusia, sosial, ekonomi dan kebudayaan (Notoatmodjo, 2003). Apabila dilihat dari pendidikan lansia yang sebagian besar mempunyai tingkat pendidikan hanya tamatan SD (77,5%) atau sampai pendidikan dasar saja sehingga akan berpengaruh terhadap pengetahuan dan akhirnya mempengaruhi perilaku.

Namun hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Maha Sari Karolina (2009) “Hubungan Pengetahuan dan Perilaku Pencegahan Osteoporosis Yang dilakukan Lansia di Kecamatan Medan Selayang”.

Hasil penelitian ini tidak sesuai dengan penelitian Hutosit (2004) meneliti antara pendidikan dengan pengetahuan tentang osteoporosis di Dusun Sagan, Catur Tunggal, Depok Sleman Yogyakarta yang menyatakan tidak ada hubungan.

H. Kesimpulan dan saran

1. Kesimpulan

- a. Responden yang pernah mengalami kejadian osteoporosis sebagian besar mempunyai perilaku pencegahan yang baik sebanyak 14 orang (35,0%), sedang sebanyak 6 orang (15,0%), dan buruk sebanyak 0 (0,0%). Sedangkan responden yang belum pernah mengalami kejadian osteoporosis sebagian besar mempunyai perilaku yang sedang sebanyak 19 orang (47,5%), buruk sebanyak 1 orang (2,5%), dan baik sebanyak 0 (0,0%).
- b. Ada hubungan antara kejadian osteoporosis yang dialami anggota dengan perilaku pencegahan osteoporosis pada lansia di posyandu Giripeni Wates Yogyakarta nilai *chi square* sebesar 21,760 dan sig (p) sebesar 0,000. Nilai sig (p) = 0,000 lebih kecil dari 0,05.
- c. Nilai koefisien kontingensi sebesar 0,594 atau berada dalam interval 0,4 sampai 0,6. Jadi kesimpulannya bahwa ada hubungan antara kejadian osteoporosis yang dialami anggota dengan perilaku pencegahan

osteoporosis pada lansia di posyandu Giripeni Wates Yogyakarta termasuk dalam kategori sedang.

2. Saran

- a. Bagi Responden (lansia yang datang berobat ke posyandu Giripeni)

Bagi lansia agar dapat lebih meningkatkan derajat kesehatannya terutama dalam menghadapi penyakit osteoporosis (pengeroposan tulang) dan cara pencegahannya sreta tetap rutin untuk datang memeriksa kesehatan ke posyandu.

- b. Bagi Konsumen

Masyarakat

Diharapkan agar lebih meningkatkan pengetahuan tentang penyakit osteoporosis (pengeroposan tulang) terutama pada usia lansia sehingga dapat mempunyai sikap yang positif dalam menghadapi osteoporosis serta pencegahannya.

- c. Bagi Institusi Pendidikan Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta

Menambahkan wacana bagi mahasiswa/mahasiswi di perpustakaan tentang pentingnya pencegahan penyakit osteoporosis terutama pada lansia.

- d. Bagi Kader

Bagi kader kesehatan posyandu Giripeni agar lebih memotivasikan lansia untuk rutin datang berobat ke posyandu Giripeni untuk memeriksa kesehatan.

- e. Untuk Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya diharapkan untuk lebih menyempurnakan lagi kekurangan dari penelitian ini. Perlu dilakukan penelitian lanjutan menggunakan rancangan desain yang lebih baik dengan jumlah variabel tertentu dan metode yang lebih mendalam untuk meneliti hubungan antara kejadian osteoporosis yang dialami anggota keluarga dengan perilaku pencegahan osteoporosis pada lansia di posyandu Giripeni Wates Yogyakarta.

DAFTAR PUSTAKA

- Anjarwati, W. 2010. *Tulang dan tubuh*. Piyungan Yogyakarta. Getar Hati.
- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Chandra, B. 2008. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Dahlan. 2006. Osteoporosis. <http://www.ugm.ac.id>, diakses minggu 8-7-2012 jam 11.00
- Hartono, M. 2000. *Mencegah dan Mengobati Osteoporosis*. Jakarta : Puspa Swara.
- Hasan, I. 2008. *Pokok–Pokok Materi Statistika 2* . Jakarta : Bumi Aksara.
- Hidayat, A. 2007. *Metodologi penelitian Kesehatan*. Jakarta : EGC.
- Junaidi. 2007. Osteoporosis. <http://www.psychologymania.com>, diakses senin, 10-12-2012 jam 08.00
- Kim Davies. 2007. *Nyeri Tulang dan otot*. PT Gelora Aksara Pratama. Erlangga.
- Nancy E. L. 2003. *Osteoporosis*. Jakarta. PT Raja Grafindo Persada.
- Notoatmodjo, S. 2002. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2003. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2005. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Nursalam. 2001. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Nursalam. 2003. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Rahmat. 2003. *Kejadian Osteoporosis*. <http://.depkes.go.id>, diakses tanggal 3, january 2013 jam 08.15.
- Rebecca & Pam, B. 2007. *Osteosporosis*. Jakarta : Erlangga.
- Reny, Y. 2008. *Asuhan Keperawatan Gerontik*. Selong: EGC.
- Ron. 2009. *Analisis Resiko Relatif dan Tingkat Resiko di Kanada*. <http://www.enerex.ca/articles/risk.htm>, diakses 25 september jam 11.15.
- Setiadi. 2007. *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*. Surabaya: Graha Ilmu .

- Stanley, M. 2006. *Buku Ajar Keperawatan Gerontik*. Jakarta: EGC.
- Sugiyono. 2010. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabenta
- Suratun. 2008. *Klien Dengan Gangguan Muskuloskeletal*. Jakarta: Buku kedokteran EGC.
- Suryati. 2006. *Penyebab dan Pencegahan Osteoporosis*. <http://info.keperawatan.com>, diakses sabtu, 18-11-2012 jam 09.16
- Suyanto, B. 2008. *Metode Penelitian Sosial*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group.
- Tandra. 2009. *Osteoporosis*. <http://www.psychologymania.com>, diakses senin, 10-12-2012 jam 08.00
- Yaumulariah. 2005. *Profil dan Penanganan Osteoporosis*. UMY, Yogyakarta.
- Watson. 2003. *Perawatan Pada Lansia*. Jakarta: EGC.

