

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP
PENGETAHUAN DAN PERILAKU PENCEGAHAN
OSTEOPOROSIS PADA IBU PRE MENOPAUSE
DI DUSUN JANGKANG SLEMAN
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Syarat Mencapai Gelar
Sarjana Keperawatan

Program Studi Ilmu Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan

di Universitas 'Aisyiyah

Yogyakarta



**Disusun oleh :
SUHARMI
201210201068**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2017**

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP
PENGETAHUAN DAN PERILAKU PENCEGAHAN
OSTEOPOROSIS PADA IBU PRE MENOPAUSE
DI DUSUN JANGKANG SLEMAN
YOGYAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI

**Disusun oleh:
SUHARMI
201210201068**

Telah Disetujui oleh Pembimbing
Pada tanggal:

.....
Mengetahui
Dosen Pembimbing



Drs. Sugiyanto. M. Kes



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2016**

**PENGARUH PENDIDIKAN KESEHATAN TERHADAP PENGETAHUAN
DAN PERILAKU PENCEGAHAN OSTEOPOROSIS PADA
IBU PRE-MENOPAUSE DI DUSUN JANGKANG
SLEMAN YOGYAKARTA¹**

Suharmi², Sugiyanto³
Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
Email: amy93april@gmail.com

Intisari: Penelitian ini mengidentifikasi pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan perilaku pencegahan osteoporosis pada ibu pre-menopause di Dusun Jangkang Sleman Yogyakarta. Data pengetahuan dan perilaku pencegahan osteoporosis diambil dengan kuesioner sebelum dan sesudah intervensi dan dianalisis dengan analisis paired t-test. : Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan pendidikan kesehatan pengetahuan pencegahan osteoporosis dalam kategori buruk, sedangkan perilaku pencegahan sebelum diberikan pendidikan kesehatan dalam kategori sedang. Nilai pengetahuan pencegahan osteoporosis sebelum diberikan pendidikan kesehatan dalam kategori sedang, sama halnya dengan perilaku pencegahan osteoporosis juga dalam kategori sedang. Hasil tersebut menunjukkan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan perilaku pencegahan osteoporosis pada ibu pre menopause di Dusun Jangkang Sleman Yogyakarta dengan perolehan nilai signifikan 0,000 ($0,000 < 0,05$). Ada pengaruh signifikan dari pemberian pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku pencegahan osteoporosis pada ibu pre-menopause di Dusun Jangkang Sleman Yogyakarta.

Kata kunci: pengetahuan, perilaku, pencegahan osteoporosis, pendidikan kesehatan, premenopause

Abstract: The study aimed to identify the impact of health education to knowledge and behavior of osteoporosis prevention on pre-menopausal women at Jangkang Sleman Yogyakarta. The data of osteoporosis knowledge and behavior was taken by questionnaire before and after the intervention, and it was analyzed by paired t-test. The result of the study showed that before being given the treatment, the health knowledge to prevent osteoporosis was in low category, and behavior of osteoporosis prevention before the treatment was in moderate category similar to osteoporosis prevention behavior which was also in moderate category. It showed that there was impact of health education to knowledge and behavior of osteoporosis prevention on pre-menopausal women at Jangkang Sleman Yogyakarta with significance value 0.000 ($0.000 < 0.05$). : There was significant impact of health education to knowledge and behavior of osteoporosis prevention on pre-menopausal women at Jangkang Sleman Yogyakarta.

Keywords: knowledge, behavior, osteoporosis precaution, health education, premenopausal

PENGANTAR

Menurut *International Osteoporosis Foundation* (IOF, 2010), osteoporosis mempengaruhi sekitar 200 juta wanita di seluruh dunia, dengan estimasi 1/10 pada wanita usia 60 tahun; 1/5 pada wanita usia 70 tahun; 2/5 pada wanita usia 80 tahun; dan 2/3 pada wanita usia 90 tahun. Di sini terlihat bahwa prevalensi osteoporosis di dunia cukup tinggi.

Dalam upaya menekan perkembangan kasus osteoporosis di Indonesia, pemerintah melancarkan kampanye nasional “Waktunya Bergerak Sekarang” sebagai bagian dari pencapaian kesehatan masyarakat Indonesia dalam *Millenium Development Goals (MDGs)* 2015. Dalam kampanye tersebut, masyarakat diedukasi untuk aktif bergerak dan mengonsumsi susu berkalsium tinggi sebagai bagian dari pencegahan osteoporosis. Di tingkat daerah gerakan edukasi juga digencarkan pada kader-kader PKK untuk meningkatkan gaya hidup sehat bebas osteoporosis (Possore, 2014).

Dampak osteoporosis di Indonesia sudah dalam tingkat yang harus diwaspadai, yaitu mencapai 19,7% dari populasi karenanya diperlukan adanya perilaku pencegahan osteoporosis dari masyarakat (Depkes RI, 2009). Menurut Notoadmodjo (2006), pengetahuan yang dimiliki seseorang mempengaruhi perilakunya, semakin baik pengetahuan seseorang maka perilakunya pun akan semakin baik dan pengetahuan itu sendiri dipengaruhi tingkat pendidikan, sumber informasi dan pengalaman. Pengetahuan merupakan hasil dari penggunaan panca indera yang didasarkan atas intuisi dan kebetulan, otoritas dan kewibawaan, tradisi dan pendapat umum. Salah satu faktor yang menyebabkan timbulnya perubahan,

pemahaman, sikap dan perilaku seseorang, sehingga seseorang mau mengadopsi perilaku baru, yaitu kesiapan psikologis, yang ditentukan oleh tingkat pengetahuan. Demikian sehingga peningkatan perilaku pencegahan osteoporosis harus dimulai dengan peningkatan pengetahuan osteoporosis (Efendi, 2006).

Sirait dkk (2012), meneliti tentang “Hubungan Pengetahuan Dan Sikap dengan Tindakan Pencegahan Osteoporosis Pada Ibu Pre-Menopause Di Desa Tembung Dusun XIV Pasar V Kecamatan Percut Sei Tuan Kabupaten Deli Serdang”. Penelitian ini merupakan jenis penelitian deskriptif analitik dengan desain *cross sectional* dan teknik sampling *accidental*. Hasil penelitian: distribusi frekuensi berdasarkan karakteristik responden mayoritas 47 tahun yaitu 33,3% pendidikan responden mayoritas yaitu SD yaitu 43,3%, distribusi frekuensi pengetahuan mayoritas responden buruk yaitu 56,7%, distribusi frekuensi sikap ibu pre menopause mayoritas buruk yaitu 68,4%, distribusi frekuensi pencegahan mayoritas buruk yaitu 53,3%. Variabel bebas: pengetahuan dan sikap. Variabel terikat: pencegahan osteoporosis pada ibu pre menopause. Hasil penelitian adalah ada hubungan antara pengetahuan dengan pencegahan osteoporosis di desa tembung ($p < 0,05$). Hasil analisa bivariat menunjukkan bahwa adanya hubungan antara pengetahuan responden dengan tindakan pencegahan osteoporosis dengan nilai ($p = 0,008$).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan dengan melakukan wawancara kepada 20 ibu di Dusun Jangkang Sleman Yogyakarta, diketahui bahwa hanya 5 dari 20 ibu yang sudah melakukan pencegahan osteoporosis namun belum maksimal dengan mulai mengonsumsi susu berkalsium tinggi

dan mengikuti senam meskipun belum teratur. Adapun ibu lainnya mengatakan bahwa mereka belum pernah melakukan tindakan pencegahan osteoporosis. Mengingat pentingnya pencegahan osteoporosis, maka peneliti tertarik untuk meneliti “Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan dan perilaku pencegahan osteoporosis pada ibu pre-menopause di dusun jangkang sleman yogyakarta”.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian *pre eksperimen* dengan rancangan penelitian menggunakan *one group pre-test post-test design* yaitu suatu kelompok yang diberikan perlakuan, tetapi sebelumnya diberikan *pre test* dan setelah dilakukan *post test* (Wasis, 2008). Rancangan ini bertujuan untuk melihat besarnya pengaruh perlakuan yang diberikan pada kelompok eksperimen pada saat *pre-test* dan *post-test*.

Populasi dari penelitian ini adalah ibu-ibu pre-menopause yang berusia 45-50 tahun di Dusun Jangkang Sleman Yogyakarta. Total populasi dalam penelitian ini adalah 210 orang. Besarnya sampel yang digunakan yaitu sebesar 68 orang.

Lokasi penelitian di Dusun Jangkang Sleman Yogyakarta karena di Dusun Jangkang banyak ditemukan perempuan usia pre-menopause dengan resiko osteoporosis yang besar. Penelitian ini dilakukan pada bulan Oktober 2015 – Januari 2017. Mulai dari studi pendahuluan sampai hasil laporan penelitian selesai. Alat pengumpulan data pada penelitian ini adalah kuesioner tertutup. Jenis kuesioner ini dipilih dengan pertimbangan agar sampel dalam penelitian ini lebih mudah untuk memahaminya dan lebih efektif dalam pemanfaatan waktu.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Penelitian ini dilakukan di Dusun Jangkang Sleman yang terletak di Padukuhan Widodomartani, Kecamatan Ngemplak, Kabupaten Sleman, Yogyakarta. Karakteristik sosiodemografi di wilayah Dusun Jangkang adalah jumlah penduduk perempuan lebih tinggi dibandingkan jumlah penduduk laki-laki, berpendidikan rendah dan beragama Islam. Wilayah Dusun Jangkang termasuk dalam wilayah kerja Puskesmas Ngemplak I Sleman.

2. Karakteristik Responden

Karakteristik responden yang diamati pada penelitian ini meliputi usia dan pendidikan responden dengan hasil sebagai berikut:

Tabel 4.1 Karakteristik Ibu Pre-Menopause di Dusun Jangkang Tahun 2017

	Karakteristik	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Pendidikan	SD	13	19,1
	SMP	47	69,1
	SMA	8	11,8
Usia	45-47 tahun	17	25
	48-50 tahun	51	75
	Jumlah (n)	68	100

Berdasarkan tabel 4.1 dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berpendidikan SMP (69,1%) dan berusia 48-50 tahun (75%).

3. Pengetahuan Pencegahan Osteoporosis Pada Ibu Pre-Menopause di Dusun Jangkang Sebelum dan Setelah Pendidikan Kesehatan

Tabel 4.2 Pengetahuan Pencegahan Osteoporosis Pada Ibu Pre-Menopause di Dusun Jangkang Tahun 2017

Pengetahuan	Pretest		Posttest	
	F	%	F	%
Baik	0	0	15	22,1
Sedang	9	13,2	50	73,5
Buruk	59	86,8	3	4,4
Jumlah (n)	68	100	68	100

Sumber: data primer (2017)

Berdasarkan tabel 4.2 dapat diketahui bahwa pada saat *pretest* sebagian besar responden (86,8%) diketahui memiliki pengetahuan pencegahan osteoporosis yang buruk dan tidak ada responden yang diketahui memiliki pengetahuan pencegahan osteoporosis yang baik. Adapun setelah *posttest*, terjadi peningkatan pengetahuan pencegahan osteoporosis di mana sebagian besar responden (73,5%) diketahui memiliki pengetahuan pencegahan osteoporosis yang sedang dan hanya 4,4% responden saja yang diketahui memiliki pengetahuan pencegahan osteoporosis yang buruk.

4. Perilaku Pencegahan Osteoporosis Pada Ibu Pre-Menopause di Dusun Jangkang Sebelum dan Setelah Pendidikan Kesehatan

Tabel 4.3 Perilaku Pencegahan Osteoporosis Pada Ibu Pre-Menopause di Dusun Jangkang Tahun 2017

Perilaku	Pretest		Posttest	
	F	%	f	%
Baik	0	0	3	4,4
Sedang	2	2,9	24	35,3
Buruk	66	97,1	41	60,3
Jumlah (n)	68	100	68	100

Sumber: data primer (2017)

Berdasarkan tabel 4.3 dapat diketahui bahwa pada saat *pretest* sebagian besar responden (97,1%) diketahui memiliki perilaku

pencegahan osteoporosis yang buruk dan tidak ada responden yang diketahui memiliki perilaku pencegahan osteoporosis yang baik. Adapun setelah *posttest*, terjadi peningkatan perilaku pencegahan osteoporosis di mana persentase responden dengan perilaku pencegahan osteoporosis yang buruk diketahui menurun menjadi 60,3% dan terdapat 4,4% responden yang diketahui memiliki perilaku pencegahan osteoporosis yang buruk.

5. Hasil Pengujian

Tabel 4.4 Hasil Paired T-Test

Data	N	Selisih Mean	Signifikansi (p)
Pengetahuan	68	-4,618	0,000
Perilaku	68	-8,926	0,000

Sumber: data primer (2017)

Hasil pengujian pada tabel 4.4 menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,000 pada kedua data yang diuji. Nilai signifikansi yang besarnya tidak lebih dari 0,05 menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan dari perlakuan yang diberikan. Pendidikan kesehatan dengan demikian secara signifikan dapat meningkatkan pengetahuan dan perilaku pencegahan osteoporosis responden di mana skor pengetahuan pencegahan osteoporosis responden rata-rata meningkatkan 4,618 setelah mendapatkan pendidikan kesehatan dan skor perilaku pencegahan osteoporosis responden diketahui rata-rata meningkat 8,897 setelah pemberian pendidikan kesehatan.

PEMBAHASAN

Hasil pengujian dengan *paired t-test* menyimpulkan adanya pengaruh signifikan dari pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan pencegahan osteoporosis pada responden perempuan pre-menopause

di Dusun Jangkang ($p < 0,05$). Pasca pendidikan kesehatan, rata-rata skor pengetahuan pencegahan osteoporosis responden ditemukan meningkat 4,618.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Sedlak dkk. (2010) yang berjudul "*Osteoporosis Education Programs: Changing Knowledge and Behaviors*" dan penelitian Laslet dkk. (2011) yang berjudul "*Osteoporosis Education Improves Osteoporosis Knowledge and Dietary Calcium Comparison of a 4 Week and a One-Session Education Course*" juga menemukan bahwa pendidikan kesehatan secara efektif dapat meningkatkan pengetahuan osteoporosis.

Hasil *paired t-test* menyimpulkan adanya pengaruh signifikan dari pendidikan kesehatan terhadap peningkatan perilaku pencegahan osteoporosis pada responden perempuan pre-menopause di Dusun Jangkang ($p < 0,05$). Pasca pendidikan kesehatan, rata-rata skor perilaku pencegahan osteoporosis responden ditemukan meningkat 8,926.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Tussing dan Novakofski (2006) yang menemukan bahwa pendidikan kesehatan secara efektif dapat meningkatkan konsumsi kalsium pada 42 wanita usia menopause. Akan tetapi hasil penelitian ini bertentangan dengan hasil penelitian Sedlak dkk. (2010) yang menemukan tidak adanya perubahan perilaku pencegahan osteoporosis pada 84 perempuan muda berusia di bawah 25 tahun ($p > 0,05$).

Menurut teori perilaku kesehatan, pendidikan yang rendah merupakan faktor predisposisi bagi perilaku kesehatan yang buruk karena pendidikan merupakan dasar bagi

cara berfikir dan cara bertingkah laku (Notoatmodjo, 2006).

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

1. Pengetahuan osteoporosis pada ibu pre-menopause di Dusun Jangkang Sleman Yogyakarta sebelum pemberian pendidikan kesehatan sebagian besar adalah buruk (86,8%) dan setelah pemberian pendidikan kesehatan sebagian besar adalah sedang (73,5%).
2. Perilaku osteoporosis pada ibu pre-menopause di Dusun Jangkang Sleman Yogyakarta sebelum pemberian pendidikan kesehatan sebagian besar adalah buruk (97,1%) dan setelah pemberian pendidikan kesehatan sebagian besar adalah buruk (60,3%).
3. Ada pengaruh signifikan dari pemberian pendidikan kesehatan terhadap peningkatan pengetahuan dan perilaku pencegahan osteoporosis pada ibu pre-menopause di Dusun Jangkang Sleman Yogyakarta ($p < 0,05$).

Saran

1. Bagi Ibu Pre-Menopause di Dusun Jangkang
Disarankan untuk meningkatkan perilaku pencegahan osteoporosis yang masih kurang khususnya pada tindakan memeriksakan kesehatan tulang, mengonsumsi susu kalsium dan melakukan senam.
2. Bagi Puskesmas Ngemplak I Sleman
Disarankan untuk mengadakan kegiatan penyuluhan serta penyelenggaraan senam dan pembagian susu berkalsium secara rutin bagi ibu pre-menopause di Dusun Jangkang.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan untuk melakukan penelitian dalam kelompok-kelompok kecil untuk memudahkan pengendalian responden dalam upaya mencegah adanya gangguan konsentrasi karena mengobrol. Peneliti selanjutnya juga disarankan untuk meningkatkan konsentrasi responden dengan melarang membawa bayi atau anak.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S. (2013). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Ancok, D., (2005). *Dasar-dasar komunikasi*. Departemen Kesehatan RI: Jakarta
- Depkes RI. (2009). *Data dan Kondisi Penyakit Osteoporosis di Indonesia*. Jakarta: Pusat Data dan Informasi Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Efendi, F. (2006). *Keperawatan Kesehatan Komunitas: Teori dan Praktik dalam Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
- Finkelstein, J.S., Lee, M.T., Sowers, M., Ettinger B., Neer, R.M., Kelsey, J., Cauley, J.A., Huang, M. & Greendale, G.A. (2012). Ethic Variation in Bone Density in Premenopausal and Early Perimenopausal Women: Effects of Anthropometric and Lifestyle Factors. *The Journal of Clinical Endocrinology and Metabolism* 87(7): 3057-3067.
- Geva, L.L., Boyko, V., Blumstein, T. & Benyamini, Y. (2010). The Impact of Education, Cultural Background, and Lifestyle on Symptoms of the Menopausal Transition: The Women's Health at Midlife Study. *Journal of Women Health* 19(5): 975-985.
- Hartono, M. (2006). *Mencegah dan Mengatasi Osteoporosis*. Jakarta: Puspa Swara.
- Haryanto, S. (2012). Fraktur Osteoporosis. *Jurnal E-Clinic* 2(2): 11-18.
- Hermawati, Y., (2010). Hubungan factor-faktor Risiko Osteoporosis dengan Tingkat Risiko Osteoporosis pada Wanita di Dusun Pandowan II Galur Kulon Progo. Skripsi dipublikasikan. Yogyakarta: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta.
- IOF. (2010.) *Osteoporosis Facts and Statistic Regional Report*. Jakarta: International Osteoporosis Foundation.
- Kusmiran, A. (2011). *Kesehatan di Masa Menopause*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Lane, N. (2011). *Ensiklopedia Osteoporosis*. Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Laslett, L.L., Lynch, J., Sullivan, T.R., & McNeil, J.D. (2011). Osteoporosis Education Improves Osteoporosis Knowledge and Dietary CalciumL Comparison of a 4 Week and a One-Session Education Course. *International Journal of Rheumatic Diseases* 14: 239-247.

- Matono, H. (2009). *Osteoporosis Pada Lansia*. Yogyakarta: Transmedia.
- Maulana. H.D.J. (2009). *Promosi Kesehatan*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Munawaroh, A. (2010). Hubungan Tingkat Pengetahuan Terhadap Perilaku Pencegahan Osteoporosis. *Skripsi Dipublikasikan*. Jakarta: Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah.
- Notoadmodjo, S. (2006). *Promosi Kesehatan: Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- NOF. (2009). Prevention of Osteoporosis dalam <https://www.nof.org/prevention/>. diakses. 6 Februari 2016
- Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Edisi 2*. Jakarta: Salemba Medika.
- Proverawati, A. (2010). *Menopause dan Sindrom Premenopause*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Purwoastuti, E. (2010). *Waspada Osteoporosis*. Yogyakarta: Penerbit Kanisius.
- Rachner, T.D., Khosla, S. & Hofbauer, L.C. (2011). Osteoporosis: Now and the Future. *Lancet* 377 (9773): 1276- 1287.
- Ramadhan., (2009). Pengetahuan dan Faktor-faktor yang Mempengaruhi. <http://forbetterhealth.wordpress.com>. Diakses tanggal 12 maret 2016.
- Sedlak, C.A., Doheny, M.O., & Jones, S.L. (2010). Osteoporosis Education Programs: Changing Knowledge and Behaviors. *Public Health Nursing* 17(5): 398-402.
- Sirait, A., Herawati, L., Manurung, K., (2012). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Tindakan Pencegahan Osteoporosis pada Ibu Pre Menopause di Desa Tembung Dusun XIV Pasar V Kec. Percut Sei Tuan Kab. Deli Serdang. Skripsi dipublikasikan. Sumatra Utara: Universitas Islam Sumatra Utara.
- Sugiyono. (2010). *Statistika untuk Penelitian*. Alfabeta, Bandung.
- Tandra, H. (2009). *Osteoporosis: Mengenal, Mengatasi, dan Mencegah Tulang Keropos*. Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.
- Tussing, L. & Novakofski, K.C. (2006). Osteoporosis Prevention Education: Behavior Theories and Calcium Intake. *J Am Diet Assoc* 105: 92-97.
- Wasis. (2008). *Pedoman Riset Praktis untuk Profesi Perawat*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.