

## HUBUNGAN PENGETAHUAN LANSIA TENTANG OSTEOPOROSIS DENGAN UPAYA PENCEGAHAN RESIKO JATUH DI RW 01 DESA KARANG REJO KECAMATAN YOSOWILANGUN KABUPATEN LUMAJANG

Karisma Dwi Ana<sup>1</sup>, STIKes Husada Jombang  
Cindrawati Retnaning Gumilar<sup>2</sup> STIKes Husada Jombang  
Istiadah Fatmawati<sup>3</sup> STIKes Husada Jombang  
*e-mail: [rismakna@@gmail.com](mailto:rismakna@@gmail.com)*

### Abstrak

Menjadi tua merupakan proses alamiah . Di usia tua, kondisi fisik atau biologis, kondisi psikologis dan sosial memburuk. Salah satu masalah kesehatan yang perlu mendapat perhatian serius pada lansia adalah osteoporosis. Tujuan penelitian adalah untuk menemukan hubungan antara pengetahuan Lansia Tentang Osteoporosis Mencegah Jatuh di RW 01 Desa Karangrejo Kecamatan Yosowilangun Kabupaten Lumajang.

Desain penelitian yang digunakan adalah penelitian analisis korelasi Pendekatan desain bagian cross sectional. Sampel Sebagian lansia di Desa RW01 Karangrejo Kecamatan Yosowilangun Sebanyak 46 responden menggunakan metode purposive sampling, metode non-probabilistik. Instrumen yang digunakan adalah lembar observasi dan hasilnya dianalisis menggunakan uji Spearman's Rho ( $\alpha = 0,05$ ) pada taraf signifikansi 5%.

Dari hasil penelitianin imenunjukkan bahwa memiliki pengetahuan baik dan upaya pencegahan resiko jatuh dengan kategori baik sebanyak 10 responden (21,7%), lansia memiliki pengetahuan baik dan upaya pencegahan resiko jatuh dengan kategori cukup sebanyak 6 responden (13,3%). Sedangkan dari uji *spearman rho* di peroleh nilai *sig. (2-tailed)* atau *p value* 0,001(karena *p value* < 0,05) maka yang  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima.

Terdapat Hubungan Pengetahuan Lansia Tentang Osteoporosis Dengan Upaya Pencegahan Resiko Jatuh di RW 01 Desa Karangrejo Kecamatan Yosowilangun Kabupaten Lumajang, semakin baik pengetahuan lansia tentang osteoporosis semakin baik upaya Pencegahan Resiko Jatuh.

**Kata kunci:** pengetahuan, lansia, osteoporosis, pencegahan resiko jatuh

### Abstract

Getting old is a natural process. In old age, physical or biological conditions, psychological conditions, and social conditions will decline. One of the health issues that elderly people need to pay attention to is osteoporosis. A common disease of the elderly with osteoporosis is falls. The aim of the study was to investigate the relationship between older people's knowledge of osteoporosis and fall prevention efforts in Karangrejo Village, RW 01, Yosovilangun District, Lumajang Regency.

The research design used was a correlational design with a cross-sectional approach. Some of the elderly in Karangrejo Village, RW 01, Yosowilangun District, used a non-probability technique called Purposive sampling. The measuring instrument used is an observation sheet that is analyzed using the Spearman Rho test. The significance level for the test is 5%.

The results of this study indicate that 10 respondents (21.7%) have good knowledge and fall risk prevention efforts in the category 6 respondents (13.3%). Meanwhile, we obtained the value for the Spearman-Rho correlation test. (2-side) or the value 0.001 (because the value  $< 0.05$ ) then  $H_0$  is rejected and  $H_1$  is accepted. There is a relationship between knowledge of the elderly about osteoporosis and prevention of fall risk in Karangrejo village, RW 01, Yosowilangun district, Lumajang district, the better the elderly's knowledge about osteoporosis, the better the fall risk prevention efforts.

**Keywords** : knowledge, elderly, osteoporosis, fall risk prevention

## PENDAHULUAN

Penuaan atau penuaan adalah suatu kondisi yang terjadi dalam kehidupan seseorang. Proses menua adalah proses seumur hidup, tidak hanya dari waktu tertentu, tetapi dari awal kehidupan. Penuaan adalah proses alami. Di usia tua, kondisi fisik atau fisik, kondisi psikologis dan sosial memburuk. Salah satu masalah kesehatan yang perlu diperhatikan oleh lanjut usia adalah osteoporosis (Roesma, 2015).

Perhatikan bahwa jumlah patah tulang belakang akan mencapai 1,2 juta per tahun di Amerika Serikat pada tahun 2020. Dikatakan bahwa setiap 20 detik, osteoporosis disebabkan oleh patah tulang, dan setiap 20 detik osteoporosis menyebabkan patah tulang. Di negara-negara di Asia, Afrika dan Amerika Latin, tidak banyak statistik tentang jumlah osteoporosis dan sangat sedikit laporan. Jika China daratan disebut sebagai tingkat patah tulang pinggul terendah di dunia pada 2018, Yayasan Osteoporosis memprediksi China akan kehilangan 212 juta tulang setelah tahun 2050 (Tandra, 2019).

Gaya hidup yang tidak aktif meningkatkan risiko osteoporosis. Makan Daging merah dan minuman berkarbonasi, karena keduanya mengandung fosfor yang dapat mengiritasi produksi hormon paratiroid, dapat menyebabkan kalsium dilepaskan dari darah. Pola makan yang buruk, karena daging tanpa lemak dan minuman berkarbonasi mengandung fosfor yang mengiritasi. Dalam hal ini, bahkan jika patah tulang belum tentu karena trauma berat, itu hanya karena jatuh ringan, mengangkat, mendorong sesuatu atau karena trauma ringan. Osteoporosis menyebabkan tulang lansia mudah patah sehingga sulit untuk disembuhkan. Fraktur biasanya terjadi karena penurunan kekuatan otot, penurunan koordinasi kekuatan anggota tubuh secara keseluruhan, pusing mendadak, penglihatan yang buruk, penyakit jantung dengan irama jantung yang tidak normal, cahaya dalam ruangan yang tidak mencukupi, dan lantai yang licin (Nugurojo, 2019).

Peran perawat yang bisa dilakukan adalah mengubah lingkungan keluarga misalnya sekitar 24% dari populasi lansia jatuh di tangga dan sekitar 36% jatuh terjadi di luar. Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul tentang hubungan

pengetahuan lansia tentang osteoporosis dengan upaya pencegahan jatuh di Rw01 Desa Karangrejo Kecamatan Yosowilangun Provinsi Lumajang.

#### **METODE**

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian yang disebut "korelasi" untuk mengeksplorasi apakah ada hubungan antara dua variabel. Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah non-random. Sampling yang diinginkan adalah jenis dan ditentukan olehnya. bahwa objek yang memenuhi kriteria penelitian dimasukkan dalam penelitian dalam jangka waktu tertentu yang dibutuhkan (Nursalam, 2012: 94).

Instrumen yang digunakan untuk mengkaji topik ini adalah kuesioner, yang terdiri dari kuesioner pengetahuan lansia tentang Osteoporosis dan upaya pencegahan resiko jatuh. Dengan masing - masing jumlah 10 item.

#### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

##### **Data Umum**

##### **1. Jenis Kelamin**

Distribusi frekuensi karakteristik berdasarkan Jenis Kelamin di Rw 01 Desa Karang rejo Kecamatan Yosowilangun Kabupaten Lumajang, 20 April 2021.

<b>Jenis Kelamin</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase %</b>
Laki – laki	18	39,1
Perempuan	28	60,8
<b>Total</b>	<b>46</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Umum, 2021

Dari Tabel diatas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki 28 responden (60,8%) perempuan dan sebagian kecil dari responden dengan 18 responden (39,1%) adalah laki-laki.

##### **2. Usia**

Distribusi frekuensi karakteristik berdasarkan umur di Desa Rw 01 Karang Rejo Kecamatan Yosowilangun Kabupaten Lumajang, 20 April 2021.

<b>Umur</b>	<b>Jumlah</b>	<b>Persentase %</b>
60 – 65	8	17,3
66 – 70	10	23
71 – 75	11	23
76 – 80	17	37
<b>Total</b>	<b>46</b>	<b>100</b>

Sumber : Data umum, 2021

Sumber :

Berdasarkan tabel di atas, sebagian besar responden berusia 76-80 adalah sebanyak 17 (37), dan sebagian kecil responden berusia 60-65 sebanyak 8 ( ).

### 3. Agama

Distribusi frekuensi berdasarkan agama responden di Desa Rw 01 Karang Rejo, Kecamatan Yosowirangung, Rumajan, 20 April 2021.

Agama	Jumlah	Presentase (%)
Islam	42	91,3
Kristen	4	8,7
Katholik	0	0
Budha	0	0
Hindu	0	0
<b>Total</b>	<b>46</b>	<b>100</b>

Sumber : Sumber Data, 2021

Berdasarkan Tabel diatas, sebagian besar responden sebesar 42 responden (91,3%) memeluk Islam, dan 4 responden (8,7%) memeluk agama Kristen.

### 4. Pekerjaan

Distribusi frekuensi berdasarkan pekerjaan responden di Desa Rw 01 Karang Rejo, Kecamatan Yosowilangun, Wilayah Lumajang, 20 April 2021.

Pekerjaan	Jumlah	Presentase (%)
Tidak bekerja	40	86,9
Pegawai swasta	1	2,6
Wiraswasta	3	6,4
PNS	2	4,1
<b>Total</b>	<b>46</b>	<b>100</b>

Sumber : Sumber Data, 2021

Dari Tabel di atas, didapatkan sebagian besar responden, hingga 40 (86,9%), bekerja. Sebagian kecil responden memiliki fungsi yang sama dengan responden (2,6%).

### Data Khusus

#### 1. Tingkat pengetahuan

Tabel Distribusi frekuensi fitur berdasarkan tingkat pengetahuan Responden Rw 01 desa Karang rejo, Kecamatan Yosowilangun, Kabupaten Lumajang, 20 april 2021

Tingkat Pengetahuan	F	Presentase (%)
Baik	10	21,7
Cukup	29	63,1
Kurang	7	15,2

Total	46	100
-------	----	-----

Sumber : Data khusus, 2021

Dari tabel di atas dapat diketahui bahwa sebagian besar responden dengan jumlah 29 responden (63,1%) memiliki pengetahuan yang cukup dan sebagian kecil dari responden dengan 7 responden (15,2%) memiliki pengetahuan yang kurang.

## 2. Upaya Pencegahan Resiko Jatuh

Tabel Distribusi frekuensi karakteristik berdasarkan Upaya Pencegahan Resiko Jatuh Responden di Rw 01 desa Karang rejo, Kecamatan Yosowilangun, Kabupaten Lumajang 20 april 2021

Upaya Pencegahan Resiko Jatuh	F	Presentase (%)
Baik	30	65,2
Cukup	10	21,7
Kurang	6	13,1
Total	46	100

Sumber : Data khusus, 2021

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki upaya pencegahan resiko jatuh dengan kategori baik sebanyak 30 responden (65,2%) dan memiliki upaya pencegahan resiko jatuh dengan kategori kurang sebanyak 6 responden (13,1%).

### Tabulasi Silang Hubungan Pengetahuan Lansia Tentang Osteoporosis Dengan Upaya Pencegahan Resiko Jatuh

	Koefisien	P-Value
Pengetahuan Lansia	0,734**	0,001
Upaya Pencegahan resiko jatuh		

Berdasarkan tabulasi dapat diketahui bahwa lansia memiliki pengetahuan baik dan upaya pencegahan resiko jatuh dengan kategori baik sebanyak 10 responden (21,7%), lansia memiliki pengetahuan baik dan upaya pencegahan resiko jatuh dengan kategori cukup sebanyak 6 responden (13,3%). Lansia memiliki pengetahuan cukup dan upaya pencegahan resiko jatuh dengan kategori baik sebanyak 20 responden (43,4%), lansia memiliki pengetahuan cukup dan upaya pencegahan resiko

jatuh dengan kategori cukup sebanyak 4 responden (8,7%), lansia memiliki pengetahuan cukup dan upaya pencegahan resiko jatuh dengan kategori kurang sebanyak 1 responden (2,1%). Lansia memiliki pengetahuan kurang dan upaya pencegahan resiko jatuh dengan kategori cukup sebanyak 2 responden (4,3%), lansia memiliki pengetahuan kurang dan upaya pencegahan resiko jatuh dengan kategori kurang sebanyak 3 responden (6,5%).

### 3. Hasil Uji Analisa

Berdasarkan uji Spearman's rho dengan nilai sig (dua sisi) atau nilai 0,001 (karena nilai  $< 0,05$ ), didapatkan ada Hubungan Pengetahuan Lansia Tentang Osteoporosis Dengan Upaya Pencegahan Resiko Jatuh di RW 01 Desa Karangrejo Kecamatan Yosowilangun Kabupaten Lumajang dengan Nilai koefisien korelasi Spearman sebesar 0,001 artinya arah korelasinya positif.

### SIMPULAN

Sebagian besar pengetahuan lansia tentang osteoporosis tergolong cukup yaitu sebanyak 29 responden dengan proporsi 63,2%. Pekerjaan pencegahan risiko jatuh pada lansia sebagian besar tergolong baik yaitu sebanyak 30 responden atau 65,2%. Pengetahuan lansia tentang osteoporosis risiko pencegahan jatuh, dengan nilai signifikansi =  $0,001 < 0,05$ . Oleh karena itu, ada hubungan yang baik antara pengetahuan dan pengetahuan resiko jatuh pada lansia karena nilai signifikan  $\alpha = 0,001 < 0,05$ .

Semoga Penelitian ini dapat memberikan referensi tambahan dan dapat digunakan sebagai data dasar dalam mengembangkan studi lanjut bagi mahasiswa keperawatan, lebih meningkatkan studi tentang upaya pencegahan jatuh pada lansia di rumah. Serta diharapkan semakin banyak peneliti yang dapat melakukan lebih banyak penelitian analisis faktor dalam kaitannya dengan pengetahuan Lansia Tentang Osteoporosis Gunakan sampel yang lebih besar atau metode penelitian yang berbeda untuk mencegah jatuh berbeda .

### UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih banyak kepada Desa Karangrejo Kecamatan Yosowilangun Kabupaten Lumajang yang telah memberikan ijin peneliti untuk melakukan penelitian ini serta terima kasih kepada STIKES Husada Jombang yang selalu membantu dan memberikan dukungan peneliti melakukan penelitian.

### DAFTAR PUSTAKA

Alexander dan Knight, 2014. 100 *Tanya Jawab Mengenai Osteoporosis dan Osteopenia*. Jakarta: PT Indeks.

Arikunto, S. 2012. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Reinka Cipta

Badan Pusat Statistik. 2020. *Jumlah Penduduk Jenis Kelamin, 2020*. Jumlah penduduk. URL:<https://malang.bps.go.id/dynamictable/2019/05/17/22/dan-jenis-kelamin-2020.html>

Compston, Juliet DR. 2012. *Seri Kesehatan, Bimbingan Dokter pada Osteoporosis*. Jakarta: Dian Rakyat.

Darmojo dan Martono. 2016. *Geriatric Ilmu Kesehatan Usia Lanjut*. Jakarta: FKUI

Dinas Kesehatan Provinsi Jatim. 2020. *Profil Kesehatan Provinsi Jawa Timur Tahun 2019*. Surabaya.

Kane RL, Ouslander JG, Abrass IB, Resnick B. 2015. *Essentials of clinical geriatrics*. 6th ed. New York, NY: McGraw-Hill.

Kamel, Abdulmajeed & Ismail. 2013. *Risk Factors Of Falls Among Elderly Living in Urban Suez-Egypt*. The Pan African Medical Journal, . di akses 22 Maret 2016

Kementrian Kesehatan RI. 2020. *Buletin Gambaran Kesehatan Lanjut Usia di Indonesia*, Jakarta from: [www. depkes. go. id/downloads/Buletinlansiapdf](http://www.depkes.go.id/downloads/Buletinlansiapdf)

Morse, 2017. *Mengenal usia lanjut & perawatannya*. Jakarta: Salemba Medika.

Murwani, A, Priyantari, W. 2011. *Gerontik Konsep Dasar dan Asuhan Keperawatan Home Care dan Komunitas, Fitramaya*, Yogyakarta

Nursalam. 2012. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan, Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Penelitian Keperawatan*. Edisi 2. Jakarta: Salemba Medika

Sudoyo *et al.*, 2014. *Penerapan Geriatrik Kedokteran menuju Usia Lanjut yang Sehat*. Universa Medicina

Surahman, Rachmat dan Supardi, 2016. *Metodologi Riset Keperawatan*. Jakarta: Trans Info Media

Waluyo, Srikandi. 2013. *100 Question & Answer Osteoporosis*. Jakarta: PT Elex Media Komputindo

Zaviera, Ferdinand. 2017. *Osteoporosis : Deteksi Dini, Penanganan, dan Terapi Praktis*. Yogyakarta: Katahati