

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Selama ini osteoporosis identik dengan orang tua, namun faktanya, pengeroposan tulang bisa menyerang siapa saja termasuk di usia muda. Osteoporosis merupakan salah satu penyakit degeneratif (Departemen Kesehatan, Pemerintah Indonesia, 2015). Osteoporosis dapat dijumpai di seluruh dunia dan sampai saat ini masih merupakan masalah dalam kesehatan masyarakat terutama di negara berkembang. Di Amerika Serikat, osteoporosis menyerang 20-25 juta penduduk, 1 diantara 2-3 wanita *post-menopause* dan lebih dari 50% penduduk diatas umur 75-80 tahun (Departemen Kesehatan, Pemerintah Indonesia, 2015).

Saat ini, Indonesia memiliki jumlah penduduk yang mencapai 237 juta penduduk. Diperkirakan pada tahun 2050, 28,7% pria dan 32,3% wanita di diagnosis menderita osteoporosis (IOF, 2009). Secara keseluruhan proporsi risiko osteoporosis di tiga provinsi sebesar 22,3% dan osteopenia sebesar 32,7%. Proporsi terlihat paling tinggi di provinsi Sulawesi Utara (27,7%), kemudian Jawa Barat (22,2%), dan Yogyakarta (17,1%) (Prihartini 2010, hlm. 91).

Osteoporosis tiga kali lebih sering terjadi pada wanita dari pada pria. Wanita memiliki massa tulang puncak yang lebih rendah dan disebabkan oleh perubahan hormonal yang terjadi pada massa *menopause* (WHO, 2003). Pada wanita disebabkan oleh hormon estrogen, semakin meningkatnya umur semakin sedikit hormon estrogen yang dihasilkan, maka akan lebih cepat mengalami kehilangan massa tulang yang lama kelamaan dapat menyebabkan osteoporosis (Ganong 2008, hlm. 277).

Faktor risiko osteoporosis diantaranya adalah aktifitas fisik. Jika aktifitas fisik kurang dapat menyebabkan kepadatan massa tulang akan berkurang (Departemen Kesehatan, Pemerintah Indonesia, 2015). Klasifikasi aktifitas fisik terdiri dari: aktifitas fisik berat (misalnya mengangkat barang berat, lari cepat, dll), aktifitas fisik sedang (misalnya menyapu, mengepel, dll), dan selain kedua aktifitas fisik tersebut termasuk dalam aktifitas ringan (WHO, 2015). Di Indonesia

terdapat 22 provinsi yang penduduknya memiliki aktifitas fisik yang ringan. Lima provinsi tertinggi yang penduduknya memiliki aktifitas fisik yang ringan adalah DKI Jakarta (44,2%), Papua (38,9%), Papua Barat (37,8%), Sulawesi Tenggara (37,2%) dan Aceh (37,2%) (Departemen Kesehatan, Pemerintah Indonesia, 2015).

Menurut penelitian sebelumnya, menyatakan bahwa terdapat hubungan signifikan antara aktifitas fisik dengan kejadian osteoporosis (Kosnayani, 2007). Berdasarkan uraian diatas peneliti ingin mengetahui lebih lanjut mengenai hubungan aktifitas fisik dengan kekuatan tulang pada pasien *menopause* di Rumah Sakit Olahraga Nasional (RSON) Kemenpora tahun 2017, dikarenakan berdasarkan fakta dan data osteoporosis merupakan masalah kesehatan yang perlu mendapatkan perhatian serius dan cara pencegahannya.

I.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka pertanyaan pada penelitian ini adalah:

Apakah terdapat hubungan aktifitas fisik dengan kekuatan tulang pada pasien *menopause* di Rumah Sakit Olahraga Nasional Kemenpora tahun 2017?

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan aktifitas fisik dengan kekuatan tulang pasien *menopause* di RSON Kemenpora tahun 2017.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran aktifitas fisik pada pasien *menopause*.
- b. Mengetahui kekuatan tulang dengan pemeriksaan BMD pada pasien *menopause*.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Teoritis

Menambah wawasan tentang ilmu bidang Orthopedi, khususnya mengenai osteoporosis dan hubungan aktifitas fisik dengan kekuatan tulang pasien *menopause* di RSON Kemenpora tahun 2017.

I.4.2 Manfaat Praktis

a. Responden

Mengetahui manfaat aktifitas fisik terhadap kekuatan tulang dan bagaimana cara untuk mencegah terjadinya penurunan massa tulang, sehingga diharapkan responden dapat lebih meningkatkan aktifitas fisik dan teratur dalam menjalani pengobatan.

b. RSON Kemenpora

Dapat menjadi bahan masukan untuk RSON Kemenpora, sehingga dapat lebih meningkatkan pelayanan kesehatannya terutama dalam pencegahan terjadinya penurunan massa tulang pada pasien *menopause*.

c. FK UPN "Veteran" Jakarta

Menambah referensi penelitian ilmiah di bidang Orthopedi dan menambah sumber literatur pembelajaran dan koleksi penelitian di perpustakaan FK UPN "Veteran" Jakarta.

d. Peneliti dan Peneliti lainnya

Menambah wawasan dan pengetahuan mengenai hubungan aktifitas fisik dengan kekuatan tulang pasien *menopause*, aplikasi metodologi penelitian yang telah dipelajari dan dapat melanjutkan penelitian lebih lanjut tentang osteoporosis.