

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Keberhasilan pembangunan termasuk pembangunan kesehatan telah meningkatkan status kesehatan dan gizi masyarakat antara lain meningkatnya umur harapan hidup dari tahun ke tahun. Pada tahun 2000, usia harapan hidup mencapai angka terbesar di dunia yaitu 76 tahun dan itu akan bertambah secara berarti pada tahun 2025. Di dunia, satu dari tiga wanita dan sedikitnya satu dari delapan pria yang berusia diatas 50 tahun akan mengalami osteoporosis¹.

Di Indonesia sendiri usia harapan hidupnya dari 64,71 tahun (tahun 1995-2000) menjadi 67,68 tahun (tahun 2000-2005), sehingga diperkirakan proporsi penduduk lanjut usia pada tahun 2005 akan mencapai 8,4% atau 18,4 juta jiwa. Dengan kondisi itu, Indonesia menempati urutan keempat dunia sebagai negara yang mempunyai penduduk lanjut usia paling banyak setelah China, India dan Amerika. Sebagai konsekuensinya, Indonesia menghadapi masalah-masalah penyakit yang ditimbulkan akibat lanjut usia antara lain osteoporosis².

Menurut hasil analisa data yang dilakukan oleh Departemen Kesehatan pada 14 provinsi menunjukkan bahwa masalah osteoporosis di Indonesia telah mencapai pada tingkat yang perlu diwaspadai yaitu 19,7%. Itulah sebabnya kecenderungan osteoporosis di Indonesia enam kali lebih tinggi dibandingkan dengan negeri Belanda. Lima provinsi dengan risiko osteoporosis tinggi adalah Sumatera Selatan (27,7%), Jawa Tengah (24,02%), DI Yogyakarta (23,5%), Sumatera Utara (22,82%), Jawa Timur (21,42%) dan Kalimantan Timur (10,5%)².

Penelitian lain di kota Jakarta, Bandung, Semarang, Surabaya dan Medan tahun 2002 juga makin menunjukkan bahwa osteoporosis di Indonesia sudah seharusnya diwaspadai. Dari 101.161 responden, ternyata 29% diantaranya telah menderita osteoporosis². Tingginya angka kejadian osteoporosis lebih disebabkan oleh beberapa hal, yaitu kesadaran masyarakat Indonesia mengenai osteoporosis sebagai *silent disease* masih rendah, pengetahuan masyarakat mengenai cara pencegahan penyakit ini masih rendah³.

Wanita usia 0–35 tahun, jika ia mengikuti pola hidup yang sehat, maka tubuhnya membuat simpanan massa tulang lebih banyak daripada massa tulang yang diserap tubuhnya. Tetapi mulai umur 35 tahun, pengambilan massa tulang menjadi lebih sering, sedangkan penyimpanan massa tulang tetap saja. Saat memasuki umur 35 tahun kepadatan tulang wanita menyusut 0,5%-1% setiap tahunnya. Setelah memasuki masa menopause, dimana kadar hormon estrogen menurun secara signifikan, wanita bisa kehilangan 2%-3% massa tulang setiap tahunnya dan itu berlangsung selama 10 tahun masa awal menopause. Diperkirakan selama hidupnya wanita akan kehilangan massa tulang 30%-50%, sedangkan pria hanya 20%-30%. Tapi tidak berarti semua wanita menopause akan mengalami osteoporosis. Kepadatan tulang, faktor nutrisi dan aktivitas fisik mempunyai pengaruh yang sangat besar⁴.

Wanita Indonesia rawan terkena penyakit osteoporosis, hal ini diakibatkan karena gaya hidup mereka yang tidak sehat, yaitu: minim aktivitas fisik, sedikit mengkonsumsi makanan berserat, terlalu banyak makan makanan berlemak serta tidak suka mengkonsumsi kalsium⁵. Islampun telah mengatur tata cara makan

yang sehat sesuai dengan firman Allah yang artinya: "...Makan dan minumlah tetapi janganlah melampaui batas. Maha benar Allah dengan segala firman-Nya" (QS 7:31)⁶.

Di dalam tubuh manusia terdapat kurang lebih 1 kilogram kalsium. Sembilan puluh sembilan persen dari jumlah ini berada di dalam tulang, dan hanya 1% dalam cairan intraselular dan 0,1% dalam cairan ekstraselular⁷. Penurunan konsentrasi ion kalsium hingga kadar yang rendah (hipokalsemia) dapat menyebabkan terjadinya osteoporosis. Karena itu diperlukan konsumsi kalsium yang cukup untuk mencegah terjadinya osteoporosis⁸.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka peneliti ingin mengetahui adakah hubungan status gizi pada wanita postmenopause terhadap kejadian osteoporosis.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan status gizi pada wanita postmenopause terhadap kejadian osteoporosis.

2. Tujuan Khusus

a. Mendeskripsikan kejadian osteoporosis pada wanita postmenopause.

b. Mendeskripsikan status gizi pada wanita postmenopause.

c. Menjelaskan hubungan status gizi dan kejadian osteoporosis pada

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti sendiri, ingin menerapkan ilmu metodologi pada penelitian.
2. Bagi masyarakat, sebagai informasi status gizi terhadap kejadian osteoporosis.
3. Bagi peneliti lain, sebagai bahan masukan kepada yang berminat terhadap masalah osteoporosis dan sebagai informasi bagi peneliti selanjutnya.

E. Keaslian Penelitian

Banyak penelitian tentang osteoporosis yang pernah dilakukan, salah satunya yang ditulis oleh El-Desouki (2003) dalam jurnal yang berjudul *Osteoporosis in postmenopausal Saudi women using dual x-ray bone*. Subjek penelitian adalah wanita Saudi postmenopause berusia 50-80 tahun (rata-rata usia 59 tahun) dengan keadaan amenore yang didapatkan dari tempat perawatan pertama (*primary care*), ahli kandungan (*gynecologic*) dan klinik kesehatan di Rumah Sakit Universitas King Khalid, Riyadh, Saudi Arabia untuk pengukuran densitas mineral tulang. Hanya wanita postmenopause yang dapat bergerak (*mobile*) dengan keadaan amenore, tidak mengalami penyakit kronik, tidak mengkonsumsi obat-obatan dan tidak mengalami kelainan metabolik atau tulang yang masuk dalam kriteria inklusi yang berjumlah 830 jiwa. Hasil penelitiannya adalah osteopeni dan osteoporosis biasa terjadi pada wanita Saudi postmenopause, hal ini seharusnya dipikirkan sebagai masalah kesehatan dan tingkat keparahannya