

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Konsumsi dua gelas susu perhari akan membantu seseorang untuk memenuhi kebutuhan kalsium sehari-hari. Bagi orang dewasa kebiasaan seperti mengonsumsi dua gelas susu perhari sangat dibutuhkan. Hal ini dikarenakan memasuki usia tiga puluh tahun manusia mulai mengalami pengeroposan tulang sehingga kebutuhan kalsium dalam tubuh meningkat. Jika kondisi ini dibiarkan tanpa dicegah dengan tindakan yang benar, maka tulang tidak hanya akan mengalami kekurangan kandungannya namun juga sampai ke tahap pengeroposan atau bahkan sampai patah yang disebut dengan osteoporosis (Cosman, 2009).

Hasil analisis data dari risiko osteoporosis oleh Puslitbang Gizi depkes bekerjasama dengan Fonterra Brands Indonesia tahun 2006 menyatakan bahwa dua dari lima orang di Indonesia memiliki faktor risiko terkena osteoporosis, hasil ini lebih tinggi dari prevalensi dunia, dimana satu dari tiga orang berisiko mengalami osteoporosis. Penelitian oleh Ailinger (2005) mendapatkan bahwa perempuan lebih banyak mengalami osteoporosis jika dibandingkan dengan pria. Hasil ini juga didukung oleh pernyataan *Indonesian White Paper* yang dikeluarkan oleh perhimpunan osteoporosis Indonesia (Perosi) dalam Depkes

2009 yang menyatakan bahwa osteoporosis terjadi pada perempuan diatas 50 tahun yaitu 32,3% sedangkan pada pria mencapai 28,8%.

Osteoporosis dapat disebabkan oleh rendahnya kadar esterogen, paparan sinar matahari, rendahnya aktivitas fisik, obat-obatan dan rendahnya asupan kalsium (Sudoyo, 2007). Di Indonesia rata-rata konsumsi kalsium sangatlah rendah dari standar internasional, hanya 254 mg perhari dari 1000-1200 mg (Depkes, 2005). Bahkan Indonesia masih tertinggal dalam mengonsumsi susu perkapita jika dibandingkan dengan negara Asia Tenggara lainnya, Indonesia tahun 2012 menghabiskan 11,09 L/Kapita /Tahun yang berarti hanya separuh dari negara Asean lainnya yang berada dikisaran 20L/Kapita/Tahun (Kemenperin, 2012).

Salah satu orang yang berisiko untuk mengalami osteoporosis adalah orang yang bekerja dikantor, termasuk pegawai administrasi. Hal ini diakibatkan karena mereka lebih banyak menghabiskan waktu duduk di depan meja kerjanya sehingga kurang aktivitas fisik. Penyebab lain adalah kurangnya paparan sinar matahari yang mengandung UV B untuk pembentukan vitamin D yang berperan dalam penyerapan kalsium dan pembentukan kepadatan tulang (Holick, 2004). Hal tersebut utamanya dikarenakan jam kerja kantor dan alat transportasi yang digunakan. Alasan ini diperkuat oleh penelitian Profesor Rebeca dari University of Sydney terhadap 104 pekerja kantor yang menyimpulkan bahwa 42% para pekerja kekurangan vitamin D (Nestle Australia, 2011).

Wanita pegawai administrasi di Universitas Lampung merupakan salah satu kelompok yang memiliki risiko tinggi untuk terjadinya osteoporosis. Selain

karena jenis kelamin, aktifitas yang di dominasi di depan meja kerja membuat mereka memiliki risiko yang besar untuk terjadinya osteoporosis. Dari hasil observasi langsung wanita pegawai administrasi di Universitas Lampung bekerja dari pukul 08.00 – 16.00. Dari hasil studi pendahuluan pada wanita pegawai administrasi di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung menunjukkan 50% dari mereka tidak mengonsumsi susu.

Green menyatakan terdapat tiga faktor yang mempengaruhi terjadinya perubahan perilaku yaitu faktor *Predisposing*, *Enabling* dan *Reinforcing*. Salah satu faktor *predisposing* terjadinya perubahan perilaku adalah pengetahuan dan sikap. Menurut Notoatmodjo (2007) pengetahuan seseorang menentukan perilakunya, semakin baik pengetahuannya maka semakin baik pula perilaku seseorang. Green juga menambahkan bahwa pengetahuan adalah salah satu faktor *predisposing* terjadinya perubahan dari sikap menjadi perilaku. Dapat disimpulkan bahwa sebelum menjadi suatu perilaku akan ada perubahan sikap yang berasal dari sebuah pengetahuan. Pengetahuan dan sikap adalah dua faktor yang dapat diamati atau dinilai serta mungkin untuk diintervensi. Oleh karena itu penulis menyadari pentingnya dilakukan penelitian mengenai hubungan pengetahuan dan sikap terhadap osteoporosis dengan konsumsi susu pada wanita pegawai administrasi di Universitas Lampung.

B. Perumusan Masalah

Salah satu masalah kesehatan yang harus mendapat perhatian khusus pada lansia adalah osteoporosis (Siagian, 2004). Osteoporosis dapat disebabkan oleh rendahnya kadar estrogen, rendahnya aktivitas fisik, obat-obatan dan rendahnya

asupan kalsium (Sudoyo, 2007). Osteoporosis sebenarnya dapat dicegah atau setidaknya ditunda kejadiannya dengan menerapkan pola hidup yang sehat. Salah satu cara yang dapat dilakukan adalah dengan mengonsumsi makanan yang kaya akan kandungan kalsium seperti susu. Menurut Green perubahan perilaku berasal dari perubahan sikap yang berasal dari pengetahuan.

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dikemukakan diatas, maka yang menjadi pokok permasalahan dalam penelitian ini yaitu “apakah ada hubungan pengetahuan dan sikap terhadap osteoporosis dengan konsumsi susu pada wanita pegawai administrasi di Universitas Lampung?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap terhadap osteoporosis dengan konsumsi susu pada wanita pegawai administrasi di Universitas Lampung.

2. Tujuan Khusus

- Mengetahui gambaran pengetahuan terhadap osteoporosis pada pegawai wanita pegawai administrasi di Universitas Lampung.
- Mengetahui gambaran sikap terhadap osteoporosis pada pegawai wanita pegawai administrasi di Universitas Lampung.
- Mengetahui gambaran konsumsi susu pada wanita pegawai administrasi di Universitas Lampung.

- Mengetahui hubungan pengetahuan terhadap osteoporosis dengan konsumsi susu pada wanita pegawai administrasi di Universitas Lampung.
- Mengetahui hubungan sikap terhadap osteoporosis dengan konsumsi susu pada wanita pegawai administrasi di Universitas Lampung.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

- Bagi peneliti/penulis, menambah pengalaman dalam menulis karya ilmiah serta dapat menerapkan ilmu yang telah didapat selama perkuliahan.
- Bagi wanita pegawai administrasi di Universitas Lampung, sebagai sarana promosi kesehatan untuk pengetahuan mengenai osteoporosis.

2. Manfaat Teoritis

- Menjadi dasar pengetahuan mengenai penyakit osteoporosis dan perilaku yang baik untuk mencegah osteoporosis.
- Penelitian ini juga diharapkan dapat berguna sebagai referensi bagi penelitian selanjutnya.