

ABSTRAK

Judul : Hubungan Gaya Hidup dan Pengetahuan Mengenai Osteoporosis Pada Umur 45-70 Tahun
Penyusun : Keiza Kamilah Deandra Batubara
NIM : 213307010068
Fakultas/Program Studi : Fakultas Kedokteran, Kedokteran Gigi dan Ilmu Kesehatan/Program Studi Kedokteran
Dosen Pembimbing : dr. Rico Alexander, M. Kes., Sp. OT.

Osteoporosis adalah kelainan yang menyebabkan tulang melemah dan mudah patah dengan ciri-ciri berkurangnya massa tulang dan perubah mikroarsitektur jaringan tulang. Penelitian ini bertujuan untuk menilai gaya hidup dan pengetahuan tentang osteoporosis pada lansia. Metodologi yang digunakan adalah studi observasional *cross-sectional* yang menggunakan prosedur pengambilan sampel acak dasar. Partisipan dalam penelitian ini adalah orang tua dengan rentang usia 45-70 tahun di Medan Tuntungan dan dilakukan pada bulan April 2024, jumlah sampel yang didapatkan dari hasil penyebaran kuesioner sebanyak 62 responden. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir sebagian responden 26 (41,9%) memiliki tingkat pengetahuan dalam kategori kurang mengenai osteoporosis. Sebagian besar responden 30 orang (48,4%) memiliki gaya hidup kurang, terdapat hubungan yang bermakna antara gaya hidup dan tingkat pengetahuan mengenai osteoporosis. Disarankan kepada petugas kesehatan agar dapat meningkatkan informasi dan kesadaran mengenai osteoporosis kepada orang tua, memberikan edukasi dan untuk menjaga pola hidup agar mencegah terjadinya osteoporosis dan meningkatkan pengetahuan terhadap orang tua.

Kata Kunci: Osteoporosis, lansia, gaya hidup, pengetahuan

ABSTRACT

Title : Relationship between Lifestyle and Knowledge about Osteoporosis in 45-70 Year Olds

Author : Keiza Kamilah Deandra Batubara

NIM : 213307010068

Faculty/Study Program : Faculty of Medicine, Dentistry and Health Sciences/Medicine Study Program

Supervisor : dr. Rico Alexander, M. Kes., Sp. OT.

Osteoporosis is a disorder that causes bones to weaken and break easily with characteristics of reduced bone mass and changes in the. This study aims to assess lifestyle and knowledge about osteoporosis in the elderly. The methodology used was a cross-sectional observational study using random sampling procedures. The participants in this study were elderly people with an age range of 45 to 70 years in Medan Tuntungan and were conducted in April 2024, the number of samples obtained from the distribution of questionnaires was 62 respondents. The results showed that almost half of the respondents 26 (41.9%) had a level of knowledge in the category of less about osteoporosis. Most of the respondents 30 people (48.4%) had a poor lifestyle, there was a significant relationship between lifestyle and level of knowledge about osteoporosis. It is recommended to health workers to increase information and awareness about osteoporosis to parents, provide education and to maintain a lifestyle to prevent osteoporosis and increase knowledge of parents.

Keywords: Osteoporosis, elderly, lifestyle, knowledge