

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1.Latar Belakang Masalah

*Osteoporosis* merupakan masalah yang telah ada sejak dahulu kala, tetapi baru mendapat perhatian serius belakangan ini diakibatkan oleh karena pengabaian dampak dari *osteoporosis* ini sendiri pada awalnya sehingga menyebabkan semakin banyaknya orang yang terkena osteoporosis belakangan ini dan semakin mudanya masyarakat yang terkena osteoporosis. Data ini diperkuat oleh data dunia yang tercatat didalam buku 100 question & Answer mengenai osteoporosis dan osteopenia yang mencatat ada sekitar 200 juta masyarakat dunia yang terkena *osteoporosis* dan ada sekitar 19,7% dari masyarakat Indonesia yang terkena *osteoporosis*, terutama kota kota besar seperti Jakarta, Bandung, Semarang, Surabaya dan medan yang dapat menyentuh angka 30% dari masyarakatnya yang terkena *osteoporosis*. Salah satu kemungkinan terbesar dari *osteoporosis* ini diakibatkan oleh banyaknya gaya hidup yang salah dari masyarakatnya.

*Osteoporosis* adalah penyakit pengeroposan tulang yang biasanya terjadi pada usia lanjut. Pengeroposan ini menyebabkan tulang menjadi tipis dan bolong bolong menyerupai keju swiss yang akhirnya menyebabkan tulang menjadi kehilangan kekuatannya sehingga menjadi mudah rusak dan patah. Hal terburuk dari *osteoporosis* ini adalah terjadinya *densitas* (patah tulang) tulang, *kifosis* (tulang punggung bengkak) atau *fraktur* (patah) tulang panggul yang ketiganya dapat menyebabkan kelumpuhan parah pada tubuh. Status *osteoporosis* ini menjadi semakin serius ketika Dr. Lanny Arnold Sp.OT berkata bahwa pemulihan setelah terkena *osteoporosis* ternyata tidak dapat sempurna, hal ini dikarenakan tulang sudah terlanjur rusak.

Tidak dapat dipungkiri kalau faktor penyebab terbesar dari penyakit *Osteoporosis* ini, biasanya diakibatkan oleh faktor usia tua dan juga faktor *Menopause* yang biasanya dialami oleh seluruh kaum wanita yang berkisar pada umur 40 tahun. Dapat dikatakan kedua faktor diatas merupakan faktor primer yang dapat dikategorikan sebagai kodrat tetap setiap manusia untuk mulai lebih memperhatikan lagi kesehatan tulangnya. Tetapi bagaimana dengan faktor sekunder dari *Osteoporosis*? Ternyata faktor ini terbilang cukup berat, dikarenakan banyaknya masyarakat dewasa yang secara tidak langsung telah terlibat kedalam faktor-faktor ini tanpa mereka sadari. Seakan faktor faktor ini hanya merupakan faktor biasa dari sebuah gaya hidup yang berlangsung setiap harinya, tetapi ternyata faktor ini lah yang memulai peran pengeroposan tulang secara sedikit demi sedikit tanpa disadari oleh banyak masyarakat yang akhirnya berujung pada *Osteoporosis* yang terjadi lebih cepat dari umur semestinya. Hal ini tertulis pada buku sumber : 100 question & Answer mengenai osteoporosis dan osteopenia, 2010. Selain itu didalam buku ini juga dijelaskan bahwa pengeroposan tulang bisa terjadi diakibatkan oleh hal hal seperti merokok, teralu banyak mengkonsumsi alkohol dan protein, atau karena pola hidup sedentair (kurang gerak) terutama bagi mereka yang memiliki kelebihan pendapatan dan berada ada usia dewasa dimana pekerjaan menjadi fokus yang lebih penting dibandingkan dengan kesehatan dan akhirnya terjadi pengabaian terhadap kesehatan itu sendiri. Seperti yang dijelaskan dalam buku karangan santrock dan juga harlock yang mengatakan bahwa pada usia ini, masyarakat dewasa biasanya berada pada masa sulit diakibatkan munculnya banyak tanggung jawab baru yang mungkin akan cukup menyusahkan mereka, sehingga secara tidak langsung banyak diantara mereka yang telah melakukan perpanjangan ketergantungan mereka terhadap hal hal yang kurang sehat seperti masa ketika mereka remaja.

Berdasarkan latar belakang seperti yang telah dituangkan diatas lah maka hendaknya masyarakat dewasa dini mulai dihimbau untuk mau merubah kebiasaan buruk hidupnya guna untuk mencegah masalah osteoporosis tersebut. Melalui kampanye ini diharapkan semakin banyaknya masyarakat yang menjadi

tahu akan masalah osteoporosis ini dan menjadi tidak ragu lagi mengenai faktor faktor penyebab osteoporosis yang dihubungkan dengan masalah gaya hidup, sehingga masyarakat semakin yakin untuk merubah gaya hidupnya kearah yang lebih baik lagi.

## **1.2. Permasalahan dan Ruang Lingkup**

Berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan diatas, maka beberapa masalah dapat ditarik penulis, yaitu

- a. Bagaimana cara menginformasikan mengenai faktor faktor buruk dari gaya hidup perkotaan kepada masyarakat dewasa awal terutama yang dapat memicu terjadinya *Osteoporosis* sehingga masyarakat menjadi lebih peduli dan waspada terhadap penyakit ini?
- b. Bagaimana cara mengurangi dampak osteoporosis melalui ajakan dan penyadaran masyarakat dewasa dini untuk memiliki gaya hidup yang lebih baik lagi sebelum hari tuanya dimana tingkat pembentukan tulang sudah semakin rendah dan diperlukan gaya hidup yang baik untuk menghambat terjadinya pengeroposan tulang atau *Osteoporosis*?

Kampanye ini akan ditujukan untuk kota kota besar pada umumnya dan kota bandung pada khususnya terutama bagi mereka para masyarakat dewasa dini yang berada di sekitar umur 23 sampai 28 tahun.

## **1.3. Tujuan Perancangan**

Berdasarkan permasalahan yang didapat penulis diatas maka penulis memutuskan untuk melakukan kampanye yang bertujuan untuk :

- a. Menginformasikan melalui kampanye mengenai faktor faktor buruk gaya hidup perkotaan kepada masyarakat dewasa awal terutama yang dapat memicu terjadinya *Osteoporosis* sehingga masyarakat menjadi lebih peduli dan waspada akan penyakit ini.
- b. Mengurangi dampak buruk dari *osteoporosis* yang diakibatkan oleh gaya hidup melalui ajakan dan penyadaran masyarakat melalui kampanye sehingga dapat memiliki gaya hidup yang lebih baik lagi sebelum hari tuanya dimana

tingkat pembentukan tulang sudah semakin rendah dan diperlukan gaya hidup yang baik untuk menghambat terjadinya pengeroposan tulang atau *Osteoporosis*.

#### **1.4.Sumber dan Teknik Pengumpulan Data**

Sumber data didapat penulis dari:

a. Observasi tidak langsung

Yang dilakukan di dalam Klinik Setia Medika dengan bimbingan dari Dr. Lanny Arnold Sp.OT yang merupakan salah satu dokter yang menangani terapi *Osteoporosis* di klinik tersebut.

b. Wawancara

Yang dilakukan oleh Dr. Daniel Pratikno.SpBO dengan tujuan untuk memperoleh pembenaran teori buku yang telah dibaca oleh penulis, dan mengenai fakta yang ada dilapangannya.

c. Study pustaka

Data diambil dari berbagai macam buku yang dirangkum menjadi satu dengan tujuan untuk memperoleh teori teori yang valid mengenai osteoporosis ini dan juga teori valid mengenai media apa yang dapat dipergunakan guna untuk menyampaikan pesan dari kampanye ini sendiri.

d. Kuisisioner

Untuk mengetahui fakta yang ada dilapangan mengenai pengaruh buruk gaya hidup masyarakat dini dikota kota besar terhadap osteoporosis.

## 1.5. Skema Perancangan

