

EDUKASI KESEHATAN DENGAN MEDIA BOOKLET TERHADAP PENGETAHUAN DAN SIKAP PENCEGAHAN OSTEOPOROSIS PADA WANITA BERISIKO

Camalia Suhertini Sahat¹, Yuliasati², Atik Hodikoh³

^{1,2,3}Poltekkes Kemenkes Bandung Kampus Bogor

[¹hertinsuhe@gmail.com](mailto:hertinsuhe@gmail.com)

Abstrak: Osteoporosis merupakan kelainan dimana terjadi penurunan massa tulang dan sering terjadi pada wanita yang berusia diatas 50 tahun. Hasil penelitian Persatuan Osteoporosis Indonesia (PEROSI) tahun 2016 menemukan bahwa sekitar 80% penderita penyakit osteoporosis adalah wanita, hal ini disebabkan pengaruh hormon estrogen yang mulai menurun kadarnya dalam tubuh sejak usia 35 tahun. Permasalahan mitra Masyarakat di kelurahan Bubulak belum mengetahui tentang penyakit osteoporosis serta pencegahannya Di Kelurahan Bubulak belum pernah di lakukan kegiatan edukasi tentang osteoporosis dan cara pencegahannya. **Tujuan** kegiatan PKM adalah meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang pencegahan osteoporosis melalui edukasi dengan media booklet pada wanita beresiko osteoporosis. Peserta PKM kader dan wanita yang beresiko osteoporosis 40 orang. **Hasil kegiatan PKM** ini adalah tingkat pengetahuan kader dan wanita beresiko osteoporosis sebelum edukasi sebagian besar kurang, setelah edukasi berubah menjadi sebagian besar baik. Sikap kader dan wanita beresiko osteoporosis terhadap osteoporosis dan pencegahannya sebelum edukasi sebagian besar bersikap negatif dan setelah edukasi sebagian besar bersikap positif. **Luaran yang dihasilkan** adalah Booklet tentang panduan praktis pencegahan Osteoporosis dan adanya HKI Booklet tentang panduan praktis pencegahan Osteoporosis. **Kata Kunci:** Booklet, Edukasi, Osteoporosis, Pengetahuan, Sikap

Abstract: Osteoporosis is a disorder where there is a decrease in bone mass and often occurs in women over 50 years of age. The results of research by the Indonesian Osteoporosis Association (PEROSI) in 2016 found that around 80% of osteoporosis sufferers are women, this is due to the influence of the estrogen hormone which begins to decrease in levels in the body from the age of 35 years. Partner problems: The community in Bubulak sub-district does not know about osteoporosis and how to prevent it. In Bubulak sub-district, educational activities have never been carried out about osteoporosis and how to prevent it. The aim of PKM activities is to increase knowledge and attitudes about preventing osteoporosis through education using booklets for women at risk of osteoporosis. 40 PKM cadre participants and women are at risk of osteoporosis. The results of this PKM activity were that the level of knowledge of cadres and women at risk of osteoporosis before education was mostly poor, but after education it changed to mostly good. The attitudes of cadres and women at risk of osteoporosis towards osteoporosis and its prevention before the education were mostly negative and after the education the majority were positive. The output produced is a booklet about practical guidelines for preventing osteoporosis and an HKI booklet about practical guidelines for preventing osteoporosis.

Keywords: Attitude, Booklet, Education, Knowledge, Osteoporosis

A. PENDAHULUAN

Osteoporosis merupakan kelainan dimana terjadi penurunan massa tulang dan sering terjadi pada wanita yang berusia diatas 50 tahun (Smeltzer & Bare, 2002). Pada osteoporosis terjadi perubahan pergantian tulang homeostasis normal, kecepatan resorpsi tulang lebih besar dari kecepatan pembentukan tulang, mengakibatkan penurunan massa tulang

(Smeltzer & Bare, 2002). Penurunan massa tulang mengakibatkan tulang secara progresif menjadi rapuh dan mudah mengalami fraktur (Spencer & Brown, 2007).

Hasil penelitian Persatuan Osteoporosis Indonesia (PEROSI) tahun 2016 menemukan bahwa sebanyak 38% pasien yang datang untuk memeriksakan densitas tulang mereka di Poli klinik Makmal Terpadu FKUI Jakarta dan 14,7% diantaranya terdeteksi menderita osteoporosis. Sekitar 80% penderita penyakit osteoporosis adalah wanita, hal ini disebabkan pengaruh hormon estrogen yang mulai menurun kadarnya dalam tubuh sejak usia 35 tahun. (Spencer & Brown, 2007). Pada usia 75-85 tahun, wanita memiliki risiko 2 (dua) kali lipat dibandingkan pria dalam mengalami kehilangan tulang trabekular karena proses penuaan. Pada usia tersebut terjadi penyerapan kalsium yang menurun tetapi fungsi hormon paratiroid meningkat. Hormon paratiroid yang meningkat mengakibatkan kalsium dilepas dari dalam darah. Faktor-faktor penyebab osteoporosis adalah riwayat keluarga, gaya hidup seperti (merokok, alkohol, aktivitas fisik), konsumsi obat-obatan, dan kondisi penyakit.

Menurut Bambang (2006) risiko osteoporosis di negara kita termasuk tinggi karena rendahnya pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang cara pencegahan osteoporosis. Hal ini berdasarkan hasil penelitian Pusat Penelitian dan Pengembangan Gizi dan Makanan Departemen Kesehatan RI di 16 wilayah Indonesia tahun 2005. penelitian ini menunjukkan konsumsi rata-rata kalsium penduduk Indonesia masih rendah, yakni hanya 254 mg atau seperempat dari standar internasional 1.000-1.200 mg/hari untuk orang dewasa. Hasil penelitian Oemardi (2002) menunjukkan wanita berusia 45 -55 tahun yang masih aktif dan mandiri, diketahui 50% di antaranya mengalami kekurangan vitamin D. Hal ini menurut Oemardi karena gaya hidup terutama pada wanita yang cenderung menjauhi sinar matahari diduga sebagai penyebab terjadinya kekurangan vitamin D.

Keberhasilan pendidikan dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain: faktor metode, materi atau pesannya, petugas atau pendidik yang melakukannya dan alat bantu atau media yang dipakai harus disesuaikan dengan sasaran (Syah, 2004). Untuk memperoleh hasil yang efektif dalam memberikan edukasi pada individu lanjut usia, faktor alat bantu dirancang sedemikian rupa sehingga sesuai dengan materi dan subjek belajar. Media pembelajaran membantu menegaskan pengertian yang diperoleh. Didalam menerima sesuatu yang baru, manusia mempunyai kecenderungan untuk lupa terhadap pengertian yang diterima (Notoatmodjo, 2005). Untuk mengatasi hal ini alat bantu akan membantu menegaskan pengetahuan-pengetahuan yang telah diterima sehingga apa yang diterima akan lebih lama tersimpan didalam ingatan. Salah satu media yang sering digunakan dalam edukasi adalah penggunaan buku panduan/ booklet. Media booklet biasanya dikombinasikan dengan metode ceramah, karena media ini dapat dibaca dan dipelajari oleh peserta didik setelah pulang kerumah.

Beberapa penelitian telah dilakukan untuk mengkaji tentang metode belajar. Salamah (1995) meneliti penggunaan metode pengembangan ketrampilan dan metode ceramah dalam penyuluhan AIDS terhadap pengetahuan dan pencegahan AIDS pada siswa SLTA. Hasilnya menunjukkan bahwa metode pengembangan ketrampilan dan metode ceramah meningkatkan pengetahuan secara bermakna. Disamping itu Hodikoh (2003) meneliti tentang efektifitas edukasi post natal dengan metode ceramah dan media booklet terhadap

peningkatan pengetahuan, dan perilaku ibu tentang ASI dan menyusui dalam konteks keperawatan maternitas. Hasilnya menyatakan bahwa kelompok yang mendapat metode ceramah dan media booklet mempunyai skor yang lebih tinggi dibandingkan dengan kelompok yang hanya mendapat ceramah.

Kelurahan Bubulak Kecamatan Bogor Barat Kota Bogor, merupakan salah satu kelurahan yang sangat aktif dalam kegiatan-kegiatan bidang kesehatan. Kelurahan Bubulak terdiri dari 13 RW di bawah wilayah kerja Puskesmas Sindang Barang. Di Kelurahan Bubulak mempunyai Kader posbindu sebanyak 15 orang dan aktif mengikuti semua kegiatan yang di laksanakan oleh Puskesmas. Kegiatan tersebut antara lain adalah kegiatan program pelayanan penyakit tidak menular seperti konseling kegiatan penyuluhan kesehatan juga sering dilakukan. Kegiatan edukasi di laksanakan satu bulan sekali dengan Kegiatan penyuluhan, Screening penyakit lansia seperti hipertensi, DM, dan penyakit kronis lainnya.

Di Kelurahan Bubulak belum pernah dilakukan kegiatan edukasi tentang pencegahan osteoporosis sehingga masyarakat kurang terpapar informasi tentang pencegahan osteoporosis. Peran perawat terutama di puskesmas sangat diperlukan di sini khususnya dalam memberikan informasi dan edukasi pada masyarakat.

Untuk meningkatkan pemahaman individu tentang materi yang akan diberikan, petugas kesehatan dapat menggunakan berbagai metode pembelajaran dalam konteks pendidikan. Seperti ceramah, diskusi, curah pendapat, studi kasus dll. Untuk meningkatkan motivasi belajar dan mempermudah pemahaman materi perlu media pembelajaran. Pada penelitian ini menggunakan media Booklet pencegahan osteoporosis sebagai alat bantu pembelajaran. Pada hasil penelitian terlihat peningkatan pengetahuan pada kelompok intervensi hal ini di dukung oleh media pembelajaran yang dapat membantu menambah pemahaman tentang materi pencegahan osteoporosis.

Tujuan PKM meningkatkan pengetahuan dan sikap tentang pencegahan osteoporosis melalui edukasi dengan media booklet pada wanita yang beresiko terjadi osteoporosis. Manfaat PKM ini adalah Dapat menerapkan pola hidup, aktivitas dan olahraga yang dapat mencegah terjadinya osteoporosis, dapat meningkatkan peran kader dalam penyebaran informasi tentang pencegahan Osteoporosis, dapat meningkatkan jejaring mitra kerjasamadalam mendapatkan informasi tentang kesehatan, peningkatan upaya pencegahan kesehatan.

B. METODE

Metode pelaksanaan kegiatan pengabdian masyarakat tentang Pemberdayaan kesehatan melalui edukasi dengan media Booklet tentang Pencegahan osteoporosis terhadap pengetahuan dan sikap wanita yang beresiko osteoporosis di Kota Bogor adalah mulai dari tahap persiapan, pelaksanaan dan tahap evaluasi.

Tahap Persiapan Menyusun usulan PKM ke Poltekkes Kemenkes Bandung, tahap awal melakukan analisis situasi dengan mengidentifikasi lokasi untuk kegiatan di Kota Bogor yang memadai dan terjangkau, menyusun rencana kerja dan Booklet Pencegahan Osteoporosis pada wanita yang beresiko mengalami osteoporosis, mengurus surat ijin pelaksanaan PKM ke Kantor Kesbangpol dan Dinas Kesehatan Kota Bogor dan

berkoordinasi dengan Kepala Kelurahan Bubulak dan Ketua Kader Kesehatan Kelurahan Bubulak Kota Bogor.

Tahap Pelaksanaan, kegiatannya terdiri dari melakukan sosialisasi kegiatan pengabdian masyarakat kepada kader kesehatan di kelurahan Bubulak Kota Bogor, berkoordinasi dengan kader untuk menjaring wanita yang beresiko mengalami osteoporosis sesuai kriteria sebanyak 40 orang, melaksanakan pre test tentang pencegahan osteoporosis pada kader kesehatan, pelaksanaan kegiatan edukasi kesehatan tentang pencegahan osteoporosis kepada kader kesehatan Kelurahan Bubulak, pengenalan senam pencegahan osteoporosis, pelaksanaan post test tentang pencegahan osteoporosis pada kader kesehatan, pelaksanaan pre test tentang pencegahan osteoporosis pada wanita yang beresiko osteoporosis, pelaksanaan kegiatan edukasi kesehatan tentang pencegahan osteoporosis kepada wanita yang beresiko osteoporosis Kelurahan Bubulak, pengenalan senam pencegahan osteoporosis, kegiatan evaluasi Post test

Tahap Monitoring dan Evaluasi terdiri dari Selama kegiatan semua peserta mengisi daftar hadir, terminasi dengan peserta setelah selesai kegiatan, penyusunan laporan PKM, pembuatan HKI dan Publikasi Hasil PKM, partisipasi dan keterlibatan masyarakat, kegiatan pengabdian masyarakat ini mengikut sertakan partisipasi dan keterlibatan masyarakat, khususnya mitra yaitu kader Kesehatan dapat membantu, mendampingi dan memantau kegiatan edukasi pencegahan osteoporosis pada wanita yang beresiko mengalami osteoporosis, wanita yang beresiko mengalami osteoporosis di Kelurahan Bubulak Kota Bogor sesuai kriteria.

Lokasi dan Waktu Pelaksanaan, Lokasi Pengabdian Kepada Masyarakat ini dilaksanakan di Kelurahan Bubulak Kecamatan Bogor Barat Kota Bogor. Waktu Pengabdian Kepada Masyarakat dilaksanakan selama 8 bulan mulai dari tahap persiapan sampai tahap evaluasi atau presentasi laporan dan penyerahan laporan kegiatan. Dalam Kegiatan PKM ini Tim melibatkan 3 orang mahasiswa yang membantu dari mulai persiapan pembuatan Booklet, menyiapkan soal Pre dan Post test, membantu dalam pelaksanaan kegiatan seperti membantu pengisian presensi peserta, membantu memberikan soal pre dan post test, membagikan konsumsi dan membantu evaluasi kegiatan. seperti membantu pengolahan data.

Penyajian Data

Pelaksanaan Edukasi Pencegahan Osteoporosis dengan sasaran kader kesehatan di kelurahan Bubulak sebanyak 40 Pelaksanaan Edukasi Pencegahan Osteoporosis dengan sasaran kader kesehatan di kelurahan Bubulak sebanyak 20 orang. Kegiatan dilaksanakan di balai pertemuan warga RW 04. Pembukaan Perkenalan tim Pengmas yang dibantu oleh 2 orang mahasiswa, didampingi oleh kader kesehatan. Kegiatan selanjutnya adalah kegiatan Pre test tentang Pengetahuan dan sikap Pencegahan Osteoporosis dilanjutkan pemberian booklet tentang pencegahan osteoporosis dan pemberian Edukasi tentang materi osteoporosis kepada kader kesehatan dilanjutkan dengan diskusi dan Tanya jawab.

Pertemuan selanjutnya adalah pemberian Edukasi tentang pencegahan terjadinya osteoporosis dilanjutkan dengan diskusi dan Tanya jawab. Pemberian edukasi ini menggunakan media power point dan media Booklet. Pertemuan selanjutnya pengenalan

Senam Osteoporosis melalui video senam pencegahan osteoporosis. Pertemuan selanjutnya adalah post-test dan penutupan kegiatan PKM orang. Kegiatan dilaksanakan di balai pertemuan warga RW 04. Pembukaan Perkenalan tim Pengmas yang dibantu oleh 2 orang mahasiswa, didampingi oleh kader kesehatan. Kegiatan selanjutnya adalah kegiatan Pre test tentang Pengetahuan dan sikap Pencegahan Osteoporosis dilanjutkan pemberian booklet tentang pencegahan osteoporosis dan pemberian Edukasi tentang materi osteoporosis kepada kader kesehatan dilanjutkan dengan diskusi dan Tanya jawab.

Pertemuan selanjutnya adalah pemberian Edukasi tentang pencegahan terjadinya osteoporosis dilanjutkan dengan diskusi dan Tanya jawab. Pemberian edukasi ini menggunakan media power point dan media Booklet. Pertemuan selanjutnya pengenalan Senam Osteoporosis melalui video senam pencegahan osteoporosis. Pertemuan selanjutnya adalah post-test dan penutupan kegiatan PKM.

Tabel I

Rata-Rata Usia Kader Kesehatan dan Wanita Berisiko Osteoporosis di Kelurahan Bubulak Kota Bogor

No	Responden	Rata-rata Usia
1	Kader	51 Tahun
2	Wanita Berisiko Osteoporosis	58 Tahun

Dari tabel 1 di atas terlihat bahwa rata-rata usia kader kesehatan yang mengikuti kegiatan PKM adalah 51 tahun dan rata-rata usia wanita yang berisiko osteoporosis adalah 58 tahun.

Tabel II

No	Responden	Rata-rata Tingkat Pendidikan
1	Kader	55% (SMA)
2	Wanita Berisiko Osteoporosis	66,7% (SD)

Dari tabel 2 di atas dapat terlihat bahwa pendidikan Kader yang mengikuti PKM sebagian besar adalah lulusan SMA, (55%) sedang pendidikan wanita yang berisiko osteoporosis sebagian besar adalah SD. (66,7 %).

Tabel III

Status Pekerjaan Kader Kesehatan dan wanita berisiko osteoporosis di Kelurahan Bubulak Kota Bogor

No	Responden	Status Pekerjaan
1	Kader	Bekerja (72%)
2	Wanita Berisiko Osteoporosis	Tidak Bekerja (75%)

Dari tabel 3 di atas terlihat bahwa kader yang mengikuti PKM sebagian besar bekerja (72%) dan wanita yang berisiko osteoporosis sebagian besar tidak bekerja (75%)

Tabel IV

Tingkat Pengetahuan dan Sikap Kader tentang Pencegahan osteoporosis Sebelum dan sesudah Edukasi Pencegahan Osteoporosis Melalui Media Booklet

Variabel	Waktu	Nilai	
Pengetahuan	Sebelum	Baik	23,9%
		Cukup	42,8%
		Kurang	33,3%
	Setelah	Baik	85,7%
		Cukup	1,3%
		Kurang	0%
Sikap	Sebelum	Positif	52,4%
		Negatif	47,6%
	Setelah	Positif	66,4%
		Negatif	33,6%

Dari tabel 4 di atas terlihat tingkat pengetahuan kader peserta PKM sebelum edukasi yang mendapatkan nilai kurang sebanyak 33,3%, cukup 42,8% dan Baik 23,9%, setelah dilaksanakan kegiatan edukasi nilai pengetahuan kader menjadi nilai kurang tidak ada 0%, cukup 1,3% dan baik 85,7%. Dari variabel sikap terlihat juga terlihat bahwa sikap kader peserta PKM terhadap pencegahan osteoporosis sebelum edukasi adalah sikap negatif 47,6% dan sikap positif 52,4%, setelah diberikan edukasi yang sikapnya negatif 33,6% dan yang sikap positif 66,4%.

Tabel V

Tingkat Pengetahuan dan Sikap wanita Beresiko Osteoporosis tentang Pencegahan osteoporosis Sebelum dan sesudah Edukasi Pencegahan Osteoporosis Melalui Media Booklet

Variabel	Waktu	Nilai	
Pengetahuan	Sebelum	Baik	0%
		Cukup	15%
		Kurang	85%
	Setelah	Baik	72,3%
		Cukup	28,7 %
		Kurang	0%
Sikap	Sebelum	Positif	50 %
		Negatif	50 %
	Setelah	Positif	85 %
		Negatif	15%

Dari tabel 6 di atas dapat diketahui bahwa tingkat pengetahuan wanita yang beresiko osteoporosis sebelum dilaksanakan edukasi tentang pencegahan osteoporosis adalah nilai yang kurang sebanyak 85%, cukup 15% dan baik 0%. Setelah dilaksanakan edukasi tentang pencegahan osteoporosis nilai pengetahuan yang kurang adalah 0%, yang cukup 28,7% dan yang baik 72,3%. Dari tabel di atas juga terlihat bahwa sikap wanita yang beresiko osteoporosis sebelum edukasi pencegahan osteoporosis yang bersikap negatif adalah 50%

dan yang bersikap positif juga 50%, setelah diberikan edukasi pencegahan osteoporosis terlihat bahwa yang bersikap negatif 15% dan yang bersikap positif 85%.

C. HASIL PEMBAHASAN

Program PkM di Kelurahan Bubulak tentang pemberdayaan kesehatan melalui edukasi dengan media booklet tentang pencegahan osteoporosis terhadap pengetahuan dan sikap wanita yang beresiko osteoporosis di kota Bogor, yang mana sarannya adalah kader pos bindu kelurahan bubulak dan wanita beresiko osteoporosis sebanyak 41 orang. edukasi tentang penyakit osteoporosis diberikan melalui metode ceramah, diskusi, tanya jawab dan dengan bantuan media power point dan booklet panduan praktis pencegahan osteoporosis. selama proses edukasi baik kader maupun wanita beresiko osteoporosis dapat mengikuti proses kegiatan pkm ini dengan serius, pada saat pemberian materi banyak yang bertanya tentang keluhan-keluhan penyakit mereka sekitar nyeri pada tulang, otot dan sendi. mereka bertanya tentang penanganan keluhan dan cara pencegahannya. selain pemberian materi, diberikan juga booklet panduan praktis pencegahan osteoporosis, sehingga para peserta dapat lebih memahami tentang osteoporosis dan pencegahannya. dari hasil pre test dan post test baik pengetahuan maupun sikap tentang osteoporosis dan pencegahannya, dapat terlihat terdapat peningkatan pengetahuan dan sikap baik kader maupun wanita yang beresiko osteoporosis. pada peserta kader terlihat nilai pengetahuan sebelum edukasi sebagian ada dinilai kurang dan cukup setelah edukasi nilai mereka meningkat menjadi sebagian kecil cukup dan sebagian besar meningkat. sedangkan untuk wanita yang beresiko osteoporosis sebelum edukasi sebagian besar nilainya kurang, dan setelah edukasi sebagian besar nilainya menjadi baik. sedangkan untuk sikap kader sebelum edukasi kurang dari setengahnya bersikap negatif dan lebih dari setengahnya bersikap positif. setelah edukasi terdapat peningkatan dimana yang sebagian kecil bersikap negatif dan sebagian besar bersikap positif. untuk sikap wanita yang beresiko osteoporosis sebelum edukasi setengahnya bersikap negatif dan setengahnya bersikap positif, setelah edukasi sebagian kecil bersikap negatif dan sebagian besar bersikap positif.

Pendidikan kesehatan merupakan pemberian pengalaman tentang kesehatan yang diperlukan untuk meningkatkan kemampuan individu dan masyarakat untuk hidup sehat. kegiatan pendidikan kesehatan diharapkan dapat membantu tercapainya program pengobatan, rehabilitasi, pencegahan penyakit dan peningkatan kesehatan, pender (2013). pendidikan kesehatan bertujuan untuk mengubah perilaku individu atau masyarakat dari perilaku yang tidak sehat menjadi sehat (who, 2018). untuk meningkatkan pemahaman individu tentang materi yang akan diberikan, petugas kesehatan dapat menggunakan berbagai metode pembelajaran dalam konteks pendidikan. menurut sarwono dkk (2014). metode yang dapat digunakan dalam memberikan pendidikan kesehatan antara lain: ceramah adalah pidato yang disampaikan oleh seorang pembicara di depan sekelompok pendengar, dapat ditujukan pada sasaran dengan pendidikan tinggi atau rendah). kelebihan metode ceramah antara lain dapat dipakai pada orang dewasa, dapat dipakai pada kelompok besar, tidak banyak melibatkan alat bantu (notoatmodjo, 2013). booklet merupakan salah satu media cetak untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan dalam bentuk buku, baik

berupa tulisan maupun gambar (notoadmodjo, 2013). bentuk booklet biasanya lebih tipis dari buku cetak dan isinya merupakan kombinasi tulisan dan gambar sebagai sarana untuk memperjelas pesan yang disampaikan.

Pengetahuan dipengaruhi oleh usia, pendidikan, lingkungan tempat tinggal yang tidak mungkin terjadi perubahan perilaku, disamping pengaruh kondisi fisik dan psikologis. siagian, (2011) menyatakan terdapat hubungan antara pertambahan umur dengan kematangan pengambilan keputusan. dengan semakin meningkatnya umur diharapkan pemberian edukasi dapat ditransformasi secara optimal. seseorang dengan pendidikan tinggi mempunyai tujuan, harapan dan wawasan untuk meningkatkan kemampuan melalui perilaku yang optimal. usia kader rata-rata 51 tahun dan wanita beresiko osteoporosis rata-rata usianya 58 tahun. untuk tingkat pendidikan kader sebagian besar sma dan wanita yang beresiko osteoporosis sebagian besar sd. status pekerjaan tidak mempengaruhi seseorang beresiko osteoporosis atau tidak, yang berpengaruh adalah aktivitasnya, wanita yang bekerja bisa saja beresiko osteoporosis jika pekerjaannya banyak dibelakang meja, sebaliknya wanita yang tidak bekerja tidak beresiko osteoporosis jika banyak melakukan aktivitas atau olah raga di rumahnya.

Sikap merupakan suatu pernyataan evaluatif yang dibuat manusia terhadap diri sendiri, orang lain, obyek atau isu-isu. sikap seseorang terhadap obyek adalah perasaan mendukung atau tidak mendukung atau memihak, maupun perasaan tidak mendukung atau memihak pada suatu obyek.. sikap merupakan hal yang tertutup bukan hal yang terbuka. merupakan kumpulan gejala dalam merespon stimulus atau obyek sehingga melibatkan pikiran, perasaan, perhatian dan gejala kejiwaan (notoatmojo, 2013). sikap dipengaruhi oleh pengalaman pribadi, media massa, lembaga pendidikan atau agama, pengaruh orang lain yang penting (azwar, 2013). sikap kader dan wanita osteoporosis sebelum dan sesudah edukasi terlihat ada peningkatan, selain karena pengetahuannya bertambah juga ada motivasi dari para kader dan tim pkm.

Pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini tidak ada kendala mulai dari perijinan, sampai pelaksanaan berjalan dengan lancar. koordinasi dengan kader juga tidak ada kendala semua dapat bekerja sama. yang menjadi kendala adalah waktu pelaksanaan yang sering bentrok dengan kegiatan kader seperti pos yandu, dan kegiatan lainnya.

D. SIMPULAN

Kegiatan PKM di Kelurahan Bubulak Bogor Barat Kota Bogor sudah terlaksana dari bulan Juni Tahun 2023. Adapun kegiatan yang dilaksanakan diikuti oleh 21 orang kader kesehatan dan 20 orang wanita yang beresiko osteoporosis. Kegiatan yang sudah dilaksanakan adalah edukasi tentang osteoporosis dan pencegahannya dengan penyampaian ceramah dan dibantu dengan media Booklet panduan praktik pencegahan osteoporosis.

Dari hasil kegiatan tersebut rata-rata umur kader adalah 51 tahun dan rata-rata usia wanita beresiko osteoporosis 58 tahun. Tingkat pendidikan kader sebagian besar SMA dan wanita yang beresiko osteoporosis sebagian besar SD. Status pekerjaan kader sebagian besar masih bekerja, dan wanita yang beresiko osteoporosis sebagian besar tidak bekerja.

Tingkat pengetahuan kader dan wanita beresiko osteoporosis sebelum edukasi sebagian kurang, setelah edukasi berubah menjadi sebagian besar baik. Sikap kader dan wanita beresiko osteoporosis terhadap osteoporosis dan pencegahannya sebelum edukasi sebagian besar bersikap negatif dan setelah edukasi sebagian besar bersikap positif.

Luaran yang dihasilkan dari kegiatan PKM ini adalah Terlaksananya kegiatan edukasi tentang Osteoporosis dan pencegahannya pada Kader dan wanita yang beresiko osteoporosis. Adanya Power point tentang materi osteoporosis dan pencegahannya, tersedianya Booklet tentang panduan praktis pencegahan Osteoporosis dan adanya HKI Booklet tentang panduan praktis pencegahan Osteoporosis.

E. UCAPAN TERIMA KASIH

Pada Kesempatan ini penulis mengucapkan kepada Kepala kelurahan Bubulak Kota Bogor, Kader kesehatan, wanita yang beresiko osteoporosis, Direktur Poltekkes Kemenkes Bogor. Kepala Pusat Penelitian dan Pengabdian Kepada Masyarakat Poltekkes Kemenkes Bandung. Rekan-rekan tim pengabdian kepada masyarakat dan mahasiswa Poltekkes Kemenkes Bandung yang sudah membantu kegiatan PKM ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsini. (2002). *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktek*, edisi revisi V, cet ke-12. PT.Rineka Cipta, Jakarta
- Ariawan, Iwan. (1998). *Besar dan metode sampel pada penelitian kesehatan*. Depok-Jawa Barat: Jurusan Biostatistik dan Kependudukan, FKM-UI
- Bambang, (2006), *Nutrisi lengkap perangi osteoporosis*, <http://www.suaramerdeka.com>, diperoleh pada tanggal 1 November 2007).
- Berarducci, A. (2001). *Osteoporosis : Clinical issues, detection and treatment strategies*. A Continuing Education self Study program for nurses Practitioner. Tanpa, F.L : Florida Osteoporosis Board.
- Berarducci, A. (2004). *Osteoporosis education : A health promotion mandate for nurses*. <http://www.nof.org/osteoporosis/stats.htm>. diperoleh 16 Februari 2008.
- Black, J.M. & Jacobs, E.M. (1997). *Medical surgical nursing: clinical management for continuity of care*, 5th ed. Philadelphia: W.B. Saunders Company.
- Brunner & Suddarth (2002). *Buku ajar keperawatan medikal bedah volume 1*. Jakarta: Penerbit Buku, EGC, Jakarta.
- Budiharto (1999). *Metodologi penelitian* (dengan contoh dibidang ilmu kedokteran gigi, Universitas Indonesia)
- Consensus development conference (1993). *Prophylaxis and treatment of osteoporosis*. American journal of medicine, 94, 646-650.
- Craven, RF., & Hirnle, CJ. (2007). *Fundamental of nursing : Human health and fuction*, fifth edition, Philadelphia: Lippincott Williams Raven
- Departemen kesehatan RI. (2000), *Pedoman pembinaan kesehatan usia lanjut bagi petugas kesehatan, I dan II*, Jakarta.
- Gulo, W (2000), *Strategi belajar mengajar*, Grasindo, Jakarta.
- Herawani,dkk. (2000). *Pendidikan kesehatan dalam keperawatan*, EGC, Jakarta.



- Hodikoh, A.(2003) *Efektifitas edukasi post natal dengan metode ceramah dan media booklet terhadap peningkatan pengetahuan, dan perilaku ibu tentang ASI dan menyusui dalam konteks keperawatan maternitas*, tesis tidak dipublikasikan.
- Notoatmodjo, S. (2013). *Promosi kesehatan & ilmu perilaku*, edisi revisi, Rineka Cipta, Jakarta.
- Pender, Nola J. (1996). *Health promotion in nursing practice*. Stamford, Connecticut: Appleton & Lange. Pender, (2003), *Most frequently ask question about the health promotion models and my professional work and career*, [http://www. Nursing theory.net](http://www.Nursingtheory.net) diperoleh tanggal 4 Januari 2008).