

## Pengukuran Densitas Tulang dengan Achilles Express Lunar pasca Senam Pencegahan Osteoporosis

Jo Yenny Lindoyo, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=9999920551412&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Latar Belakang : Senam Pencegahan Osteoporosis (SPO) telah disosialisasikan sampai ke daerah-daerah DT II di Indonesia. Untuk mengetahui evaluasi hasil SPO dengan menggunakan alat DEXA tidak dapat dilakukan di setiap kota karena tidak tersedianya alat tersebut. Cara pengukuran lain yang aman, relatif lebih mudah pengoperasiannya, dapat dipindahtempatkan serta mulai banyak digunakan adalah Quantitative Ultra Sound dimana salah satu merek adalah Achilles Express Lunar (AEL). Di Perjan RS dr. Hasan Sadikin Bandung belum ada penelitian mengenai evaluasi hasil SPO dengan menggunakan AEL.

Tujuan : Untuk mengetahui peningkatan massa tulang pasca SPO pada minggu ke-12,16 yang diukur dengan AEL.

Disain : Kuasi eksperimental dengan rancangan pre dan pasca perlakuan

Tempat penelitian : Bagian Ilmu Kedokteran Fisik dan Rehabilitasi Perjan RS. Dr. Hasan Sadikin Bandung  
Pasien dan Cara Kerja : 36 subyek penelitian yang telah diperiksa massa tulang dengan AEL dan memenuhi kriteria penerimaan. 20 orang subyek mengikuti SPO (kelompok I) dan 16 orang subyek tidak mengikuti SPO (kelompok II) selama 16 minggu. Kedua kelompok mendapat edukasi setiap 1 bulan sekali. Dilakukan pemeriksaan ulang AEL pasca SPO minggu ke-12,16.

Hasil: Terdapat peningkatan massa tulang dengan AEL

Kesimpulan : SPO meningkatkan massa tulang dan dapat diukur dengan AEL pasca minggu ke-16.