



SINOPSIS

Judul: Pengaruh Konsumsi Suplemen Vitamin D Terhadap Kesehatan Tulang pada Lansia

Peneliti: Dr. Eko Nugroho

Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi pengaruh konsumsi suplemen vitamin D terhadap kesehatan tulang pada lansia di Rumah Sakit Lansia, Jakarta. Penelitian ini melibatkan 100 lansia yang dibagi menjadi dua kelompok: kelompok yang mengonsumsi suplemen vitamin D dan kelompok kontrol yang tidak mengonsumsi suplemen. Kesehatan tulang diukur melalui densitometri tulang dan evaluasi gejala osteoporosis selama 6 bulan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kelompok yang mengonsumsi suplemen vitamin D mengalami peningkatan kepadatan tulang dan penurunan gejala osteoporosis dibandingkan dengan kelompok kontrol. Suplemen vitamin D terbukti meningkatkan penyerapan kalsium dan mendukung kesehatan tulang yang lebih baik. Penelitian ini juga mencatat pengurangan risiko patah tulang pada kelompok yang menerima suplemen.

Sebagai kesimpulan, suplemen vitamin D dapat memberikan manfaat signifikan bagi kesehatan tulang pada lansia. Penelitian ini merekomendasikan penggunaan suplemen vitamin D sebagai bagian dari strategi pencegahan osteoporosis dan manajemen kesehatan tulang pada populasi lansia. Integrasi suplemen ini dalam perawatan rutin diharapkan dapat mengurangi insiden patah tulang dan masalah tulang lainnya.

ZULFA ISNIANTO, SKM, MARS
SERDIK SPPK – POKJAR III
NO SERDIK 202409002052