

HUBUNGAN ANTARA TINGKAT PENGETAHUAN DAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN ARTRITIS REUMATOID PADA LANSIA DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS TARUS KECAMATAN KUPANG TENGAH KABUPATEN KUPANG

Jelviyani Theresia Fernandes Maleno¹, Yohanes Dion², Balbina A.M.Wawo³

^{1,2,3}Program Studi Ners Tahap Akademik Universitas Citra Bangsa

Email : yanimaleno1206@gmail.com

ABSTRAK

Arthritis Reumatoid merupakan suatu penyakit autoimun yang menyerang persendian biasanya terdapat pada sendi tangan dan kaki secara simetris mengalami peradangan sehingga terjadi pembengkakan, nyeri dan seringkali menyebabkan kerusakan pada bagian dalam sendi yang bersangkutan. Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dan pola makan dengan kejadian arthritis reumatoid pada lansia. Jenis penelitian ini bersifat analitik korelasi dengan rancangan *Cross sectional*. Sampel dalam penelitian ini adalah lansia yang mengalami Arthritis Reumatoid di wilayah kerja puskesmas tarus. Teknik sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Acidental sampling*, dengan jumlah sampel 55 responden. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner. Uji *statistik* yang digunakan adalah uji *chi square*. Hasil penelitian: menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus sebagian besar (78,2%) baik, sebagian besar (65,5%) pola makan buruk dan sebagian besar (90,9%) menderita arthritis reumatoid. Hasil uji *chi-square* diperoleh nilai $p=0,004$ ($p \leq 0,05$) yang artinya ada hubungan antara tingkat pengetahuan dengan kejadian Arthritis Reumatoid. Sedangkan pola makan dengan kejadian arthritis reumatoid diperoleh nilai $p=0,001$ ($p \leq 0,05$) yang artinya terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian Arthritis Reumatoid. Diharapkan lansia dapat mempertahankan dan selalu memperhatikan pola makan yang lebih baik dan sehat sehingga lansia terbebas dari penyakit Arthritis Reumatoid.

Kata Kunci: *Arthritis Reumatoid, Tingkat Pengetahuan, Pola Makan.*

ABSTRACT

Rheumatoid arthritis is an autoimmune disease that attacks the joints, usually in the joints of the hands and feet which are symmetrically inflamed, causing swelling, pain and often causing damage to the inside of the joint. This study aims to determine the relationship between the level of knowledge and diet and the incidence of rheumatoid arthritis in the elderly. This type of research is analytical correlation with cross sectional design. The sample in this study was the elderly who experienced rheumatoid arthritis in the work area of the Tarus community health center. The sample technique used in this study was accidental sampling, with a sample size of 55 respondents. This research instrument using a questionnaire. The statistical test used was the chi square test. The results showed that the knowledge level of the elderly in the working area of the Tarus Public Health Center was mostly (78.2%) good, most (65.5%) had a bad diet and most (90.9%) suffered from rheumatoid arthritis. The results of the chi-square test obtained p value = 0.004 ($p \leq 0.05$), which means that there is a relationship between the level of knowledge and the incidence of Rheumatoid Arthritis. Meanwhile, the dietary pattern with the incidence of rheumatoid arthritis was obtained p value = 0.001 ($p \leq 0.05$), which means that there is a relationship between diet and the incidence of Rheumatoid Arthritis. It is hoped that the elderly can maintain and always pay attention to a better and healthier diet so that the elderly are free from Rheumatoid Arthritis disease.

Keywords: *Rheumatoid Arthritis, Knowledge Level, Diet.*

PENDAHULUAN

Artritis Reumatoid adalah suatu penyakit autoimun yang menyerang persendian (biasanya terdapat pada sendi tangan dan kaki) secara simetris mengalami peradangan sehingga terjadi pembengkakan, nyeri dan seringkali menyebabkan kerusakan pada bagian dalam sendi yang bersangkutan (1). Penyakit Artritis Reumatoid merupakan salah satu penyakit yang banyak juga diderita oleh lansia selain penyakit degeneratif seperti Hipertensi, Diabetes Melitus, Osteoporosis dan penyakit lainnya. Adapun faktor yang berhubungan dengan penyakit artritis reumatoid pada lansia diantaranya dikarenakan pengetahuan, pola makan dan banyak mitos keliru yang beredar di masyarakat yang mengatakan bahwa artritis reumatoid ini disebabkan oleh hawa dingin, seperti mandi malam sehingga masyarakat pada umumnya menganggap rematik adalah penyakit yang khas terjadi pada usia lanjut karena tidak menimbulkan kematian. Jika tidak segera ditangani dengan baik, rematik bisa membuat anggota tubuh tidak berfungsi dengan normal mulai dari sendi yang kaku, sulit berjalan bahkan menimbulkan kecacatan seumur hidup.

Data WHO (*World Health Organization*, 2017), Prevalensi artritis reumatoid di dunia sebanyak 34,2 %. Di Indonesia Prevalensi penyakit berdasarkan data (2), berdasarkan diagnosis dokter lebih dari 15 tahun didapatkan hasil bahwa pada kelompok umur 65 tahun yang menderita penyakit sendi berjumlah 56.394 orang dan berdasarkan diagnosis dokter pada umur 55 tahun sampai 75 tahun sebanyak (18,9%). Kasus artritis reumatoid paling banyak di Provinsi Aceh, yaitu 236 kasus diikuti Provinsi Sulawesi Selatan 88 kasus. Sedangkan jumlah kasus Artritis Reumatoid terendah ditemukan di Provinsi Kepulauan Riau yaitu 1 kasus (3). Menurut Badan Pusat Statistik (BPS) 2015, NTT mengalami penyakit artritis reumatoid sebanyak 3,99%, pada tahun 2016 sebanyak 4,98% dan pada tahun 2017 sebanyak 28,387% lansia yang mengalami artritis reumatoid. Berdasarkan hasil pengambilan data awal lansia yang

menderita penyakit Artritis Reumatoid pada bulan Januari-Maret 2020 di wilayah kerja Puskesmas Tarus di dapatkan data jumlah lansia sebanyak 63 orang Lansia.

Artritis reumatoid adalah penyakit inflamasi kronis dan sistemik yang simetris terutama menyerang sendi perifer, otot tendon, ligamen dan pembuluh darah di sekitarnya (4). Penyebab artritis reumatoid sendiri belum diketahui pasti namun faktor genetik, lingkungan, imunologi, faktor infeksi, gaya hidup, pola makan mungkin memainkan peranan sangat penting. Selain itu faktor hormonal dan faktor kebiasaan merokok penderita dapat memperberat gejala klinis penyakit (5). Artritis biasanya ditandai dengan gejala umum nyeri pada sendi dan disertai dengan bengkak. Pada umumnya gejala awal yang dirasakan adalah penderita merasa kaku dan nyeri sendi pada pagi hari selama kurang lebih 1 jam. Nyeri dan kekakuan tersebut berlangsung setiap hari dan sering pula disertai kemerahan pada sendi tersebut. Biasanya pasien menyadari hal ini pertama kalinya pada jari-jari tangannya. Pada tahap awal biasanya jarang terjadi pembengkakan sendi dan pembengkakan ini baru terlihat beberapa bulan setelah timbul rasa nyeri dan kaku. Apabila penyakit artritis ini terus dibiarkan, maka dampak yang akan terjadi yaitu dapat mengancam jiwa penderita, menimbulkan gangguan kenyamanan dan menimbulkan masalah seperti rasa nyeri, keadaan mudah lelah, perubahan citra diri, gangguan tidur serta beresiko terjadinya cedera.

Oleh karena itu, untuk menekan angka kejadiannya, kita dapat melakukan promosi kesehatan dengan tujuan agar masyarakat dapat meningkatkan pengetahuannya dalam mengatasi bahaya dari penyakit artritis reumatoid, dimana dalam promosi kesehatan tersebut kita memberikan pengetahuan kepada masyarakat untuk menjaga pola makan dengan cara menghindari pantangan makanan yang dapat memicu terjadinya penyakit artritis reumatoid serta memberikan pengetahuan dan menyadarkan masyarakat tentang cara-cara mencegah munculnya

penyakit artritis reumatoid Selain itu kita dapat mengajak masyarakat agar setelah merasakan tanda dan gejala tentang penyakit artritis harus segeralah memeriksakan diri ke sarana kesehatan atau puskesmas terdekat.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dan penelitian ini bersifat analitik korelasi dengan rancangan *Cross Sectional*. Yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan dan pola makan dengan kejadian artritis reumatoid pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus Kecamatan Kupang Tengah Kabupaten Kupang. Penelitian dilakukan pada bulan Juni-Juli 2020. Teknik Sampling adalah *purposive sampling* jumlah Sampel sebanyak 55 orang.

HASIL

Tabel 1 Karakteristik responden berdasarkan umur di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus.

Usia Responden	Frekuensi	Presentase (%)
45-59 Tahun	34	61,8
60-74 Tahun	17	30,9
75-90 Tahun	4	7,3
Total	55	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden 61,8% (34) berumur 45-60 tahun dan yang paling sedikit yaitu responden yang berumur 76-90 tahun 7,3% (4)

Tabel 2 Karakteristik responden berdasarkan jenis kelamin di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus

Jenis kelamin	Frekuensi	Presentase (%)
Perempuan	40	72,7
Laki-laki	15	27,3
Total	55	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden 72,7% (40) jenis kelamin perempuan sedangkan yang berjenis kelamin laki-laki sebanyak 15 orang (27,3).

Tabel 3 Karakteristik responden berdasarkan pendidikan di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus

Pendidikan	Frekuensi	Presentase (%)
Tidak Sekolah	10	18,2
SD	3	5,5
SMP	14	25,5
SMA	22	40,0
PT	6	10,9
Total	55	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden 40,0% (22) berpendidikan SMA dan yang paling sedikit yaitu responden yang berpendidikan SD 5,5% (3)

Tabel 4 Karakteristik responden berdasarkan pekerjaan di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus

Pekerjaan	Frekuensi	Presentase (%)
PNS	4	7,3
SWASTA	12	21,8
PETANI	39	70,9
Total	55	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden 70,9% (39) memiliki pekerjaan Petani dan yang paling sedikit yaitu responden yang memiliki pekerjaan PNS 7,3% (4).

Tabel 5 Karakteristik responden berdasarkan sumber informasi tentang rematik di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus

Sumber informasi tentang rematik	Frekuensi	Presentase (%)
Petugas kesehatan	30	54,5
Media cetak	2	3,6
Kader	1	1,8
Media elektronik	22	40,0
Total	55	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden 54,5% (30) mendapatkan sumber informasi melalui petugas kesehatan dan yang paling sedikit yaitu responden yang mendapatkan sumber informasi melalui kader 1,8% (1).

Tabel 6 Karakteristik responden berdasarkan ikut kegiatan posbindu di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus.

Ikut kegiatan posbindu	Frekuensi	Presentase (%)
Ya	37	67,3
Tidak	18	32,7
Total	55	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden 67,3% (37) mengikuti kegiatan posbindu dan yang paling sedikit yaitu responden yang tidak mengikuti kegiatan posbindu 32,7% (18).

Tabel 7 Tingkat Pengetahuan Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus.

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
Baik	43	78,2
Cukup	11	20,0
Kurang	1	1,8
Total	55	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden 78,2% (43) memiliki pengetahuan baik dan yang paling sedikit yaitu responden yang memiliki pengetahuan kurang 1,8% (1).

Tabel 8. Pola Makan Lansia di Wilayah KerjaPuskesmas Tarus.

Pola makan	Jumlah (orang)	Presentase (%)
Baik	19	34,5
Buruk	36	65,5
Total	55	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden 65,5% (36) memiliki pola makan yang buruk dan yang paling sedikit yaitu responden yang memiliki pola makan baik 34,5% (19).

Tabel 9 Kejadian Artritis Reumatoid Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus.

Kejadian Rematik	Jumlah (orang)	Presentase (%)
Rematik	50	90,9
Tidak Rematik	5	9,1
Total	55	100

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat bahwa sebagian besar responden 90,9% (50) mengalami Rematik dan yang paling sedikit yaitu responden yang tidak mengalami rematik 9,1% (5)

Tabel 10 Hasil Uji Statistik *chi square*

Tingkat Pengetahuan	Kejadian Rematik				Jumlah		P Value
	Rematik		Tidak Rematik		F	%	
	F	%	F	%			
Baik	39	71	4	8	43	78,1	0,004
Cukup	11	20	0	0	11	20	
Kurang	0	0	1	2	1	1,8	
Total	50	91	5	9	55	100	

Hasil tabulasi silang tingkat pengetahuan dengan kejadian Artritis Reumatoid di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus Kecamatan Kupang Tengah Kabupaten Kupang didapatkan: tingkat pengetahuan baik tentang rematik ada 43 orang (78,1%) dengan distribusi yang mengalami rematik ada 39 orang (71%) dan tidak rematik sebanyak 4 orang (8%), tingkat pengetahuan cukup tentang rematik ada 11 orang (20%) dengan distribusi yang mengalami rematik ada 11 orang (20%) dan tidak rematik 0 (tidak ada), tingkat pengetahuan kurang tentang rematik ada 1 orang (1,8%) dengan distribusi yang mengalami rematik 0 (tidak ada) dan tidak rematik ada 1 orang (2%). Hasil uji statistik chi-square didapatkan tingkat sig $P_{value}=0,004 (<0,05)$ maka H_0 di tolak dan H_1 diterima artinya ada Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Dengan Kejadian Artritis Reumatoid Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus Kecamatan Kupang Tengah Kabupaten Kupang.

Tabel 11 Hasil Uji Statistik *chi square*

Pola Makan	Kejadian Rematik		Tidak Rematik		Jumlah		P Value
	Rematik		Rematik				
	F	%	F	%	F	%	
Baik	14	25,4	5	9,0	19	34,5	0,001
Buruk	36	65,4	0	0	36	65,4	
Total	50	90,9	5	9,0	55	100	

Hasil tabulasi silang Pola Makan dengan kejadian Artritis Reumatoid di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus Kecamatan Kupang Tengah Kabupaten Kupang. di ketahui bahwa pola makan yang buruk akan terkena resiko rematik lebih tinggi di banding pola makan yang baik, sebagian responden Pola Makan buruk ada 36 orang (65,4%) dengan distribusi yang mengalami rematik ada 36 orang (65,4%) dan tidak rematik sebanyak 0 (tidak ada) dan Pola Makan Baik tentang kejadian rematik ada 19 orang (34,5%) dengan distribusi yang mengalami rematik ada 14 orang (25,4%) dan tidak rematik 5 orang (9,0%). Hasil uji statistik *chi-square* didapatkan tingkat sig $P_value = 0,001 (<0,05)$ maka H_0 di tolak dan H_1 diterima artinya ada Hubungan Antara Pola Makan Dengan Kejadian Artritis Reumatoid Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus Kecamatan Kupang Tengah Kabupaten Kupang.

PEMBAHASAN

Tingkat Pengetahuan Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar responden di puskesmas tarus memiliki tingkat pengetahuan baik sebanyak 43 responden (78,2%) dan tingkat pengetahuan kurang sebanyak 1 responden (1,8)%. Pengetahuan merupakan segala sesuatu yang diketahui oleh seseorang, dimana yang didapatkan dari hasil belajar ataupun yang didapatkan dari orang lain. Tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu pendidikan, informasi, umur, dan pengalaman (6). Hal ini diperkuat dengan teori (7) yang menyatakan bahwa tingkat pendidikan dapat meningkatkan pengetahuan seseorang tentang kesehatan.

Pendidikan dapat mempengaruhi kesehatan yang bertujuan meningkatkan potensi diri yang ada untuk memandirikan masyarakat dalam menjaga, mempertahankan dan meningkatkan kesehatannya.

Hasil penelitian ini sesuai dengan beberapa penelitian yang dilakukan oleh Ester (2015) tentang Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Usia Lanjut Dalam Mengatasi Rheumatoid Arthritis Di Kelurahan Binjai Serbangan Kecamatan Air Joman Kabupaten Asahan dengan hasil bahwa pengetahuan lansia dalam mengatasi artritis reumatoid dikategorikan baik (51,3%), Jamaluddin (2016) dalam penelitiannya dengan judul Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang Penyakit Rematik Pada Lansia di Puskesmas Gayamsari Kota Semarang diperoleh hasil bahwa pengetahuan lansia tentang penyakit rematik dikategorikan baik (44,4%)`

Peneliti berpendapat bahwa tingkat pengetahuan seseorang sangat berperan penting dalam menjaga status kesehatan. Salah satu faktor yang sangat berperan penting dalam mendukung pengetahuan seseorang adalah usia, pengalaman, informasi yang didapatkan, pendidikan, serta kemauan dari seseorang tersebut untuk meningkatkan pengetahuan yang ia miliki. Sehingga pengetahuan yang ia miliki dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari terutamanya dalam menjaga status kesehatannya agar yang sehat tetap sehat dan yang sakit menjadi sehat, terutamanya terhindar dari penyakit Artritis Reumatoid.

Pola Makan Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar responden di puskesmas tarus memiliki pola makan buruk sebanyak 36 responden (65,5%) dan pola makan baik 19 sebanyak responden (34,5%).

Pola makan adalah tingkah laku manusia atau sekelompok manusia dalam memenuhi kebutuhan akan makan yang meliputi sikap, kepercayaan dan pilihan makanan. Salah satu faktor yang menyebabkan seseorang beresiko terserang

penyakit artritis reumatoid adalah pola makan (mencakup frekuensi makan, jenis makanan, dan jumlah/porsi makan) (8). Hal ini diperkuat dengan teori (9) yang menyatakan bahwa pola makan seseorang yang tidak baik dapat mempengaruhi kadar asam urat dalam darah sebaliknya jika seseorang memiliki pola makan baik maka dapat mengurangi resiko penyakit rematik.

Hal ini sesuai dengan beberapa penelitian yang dilakukan oleh (10) tentang Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Gout Artritis Di RSUD Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango, menunjukkan hasil bahwa jumlah responden terbanyak adalah mereka yang pola makannya tidak baik yaitu sebanyak 24 orang (57,1%) dari 42 responden, Dewi (2014) menunjukkan hasil bahwa terdapat 8 responden (57%) memiliki pola makan yang kurang baik dari 14 responden, Meliny (2017) juga menunjukkan hasil bahwa terdapat 64 orang (70,3%) memiliki pola makan kurang baik.

Peneliti berpendapat bahwa pola makan yang tidak sehat yaitu kebiasaan mengkonsumsi makanan dengan tidak memperhatikan jenis dan bahannya maka dapat memicu terjadinya rematik yang dapat menimbulkan dampak buruk bagi kesehatan meskipun makanan itu merupakan makanan sehat dan Apabila pola makan dari seseorang baik maka dapat mengurangi penyakit rematik. Setiap makanan mengandung zat gizi tertentu yang berbeda kadarnya dengan makanan lain sedangkan tubuh membutuhkan serangkaian zat gizi dalam kadar tertentu. Oleh karena itu kadar zat gizi pada makanan yang dikonsumsi harus seimbang atau sesuai dengan zat gizi yang dibutuhkan tubuh. Responden yang memiliki pola makan yang buruk akan cenderung mengkonsumsi makanan-makanan yang mengandung tinggi purin yang dapat menyebabkan terjadinya penyakit rematik.

Kejadian Artritis Reumatoid Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar responden di puskesmas tarus yang menderita rematik

sebanyak 50 responden (90,9%) dan tidak menderita rematik sebanyak 5 responden (9,1%). Artritis reumatoid adalah suatu penyakit autoimun dalam hal ini persendian (biasanya terdapat pada sendi tangan dan kaki) biasanya secara simetris mengalami peradangan sehingga terjadi pembengkakan, nyeri dan seringkali akhirnya menyebabkan kerusakan bagian dalam sendi yang bersangkutan (1). faktor faktor yang menyebabkan rematik yaitu: usia, pola makan, hormon dan gaya hidup. Hal ini diperkuat dengan teori (11) yang menyatakan bahwa faktor yang menyebabkan seseorang beresiko terserang penyakit rematik adalah pola makan, usia, dan faktor resiko rematik lainnya berkaitan dengan pola/gaya hidup yang mempengaruhi kesehatan

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh (12) tentang Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Penyakit Rematik Pada Lansia Di RW 06 Kelurahan Krukut Kecamatan Lima Depok didapatkan hasil bahwa responden yang beresiko mengalami rematik sebanyak (56,6%) dan responden yang tidak beresiko mengalami rematik sebanyak (43,4%).

Peneliti berpendapat bahwa kejadian rematik umumnya terjadi akibat pola makan yang tidak sehat di mana dalam penelitian ini lansia masih mengkonsumsi makanan yang mengandung tinggi purin seperti: jeroan *seafood*, kacang-kacangan, bayam, daun singkong, kangkung dan kol. sehingga masih ada lansia yang mengalami penyakit rematik. hal ini dibuktikan dengan hasil penelitian yang dilakukan di wilayah kerja puskesmas tarus kabupaten kupang dimana 36 responden (65,5%) memiliki pola makan yang buruk diakibatkan karena kurang memperhatikan pola makan yang baik dan pola hidup yang tidak sehat.

Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Dan Pola Makan Dengan Kejadian Artritis Reumatoid Pada Lansia

Berdasarkan tabel 4.12 diketahui hasil uji statistik korelasi *Chi Square* yaitu $P\text{-Value} = 0,004 (<0,05)$ maka hipotesis diterima, artinya ada hubungan antara

tingkat pengetahuan dengan kejadian artritis reumatoid pada lansia di wilayah kerja puskesmas tarus kabupaten kupang. Dari hasil analisis diperoleh Nilai *Odds Ratio* (*OR*) menunjukkan = 6,895 yang artinya bahwa responden yang tingkat pengetahuannya baik lebih beresiko 6,8 kali untuk menderita penyakit Artritis Reumatoid dibandingkan dengan responden tingkat pengetahuannya kurang.

Pada dasarnya pengetahuan akan terus bertambah dan bervariasi sesuai dengan proses pengalaman manusia yang dialami (13) semakin baik tingkat pengetahuan seseorang maka semakin baik pula status kesehatannya begitupun sebaliknya. tetapi dalam hal ini terjadi kesenjangan, dimana pengetahuan yang didapatkan tidak berbanding lurus dengan perilaku yang dibuat. Seperti yang telah diketahui dalam (1), Penyakit Rematik terjadi karena adanya faktor kebiasaan pola makan yang kurang baik seperti mengkonsumsi makanan-makanan mengandung tinggi purin yang merupakan penyebab dari kejadian Artritis Reumatoid. Hal ini tentunya kembali lagi pada pengetahuan lansia dan bagaimana cara mengaplikasikannya dalam kehidupan sehari-hari, dimana lansia dituntut bukan hanya sebatas mengetahui tetapi juga dapat melakukannya. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (14) menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat pengetahuan dan pola makan dengan kejadian artritis reumatoid pada lansia di Puskesmas Tinooor Kecamatan Tomohon Utara.

Peneliti berpendapat bahwa, dengan semakin baiknya tingkat pengetahuan lansia dan adanya perilaku baik dalam menjaga pola makan yang sehat, akan dapat menekan angka kejadian rematik. Hal ini tentunya dibutuhkan kerja sama antara para petugas kesehatan dan kesadaran dari masing-masing lansia tidak hanya dengan mengetahui penyakit rematik tetapi juga mengetahui tentang pencegahan penyakit mulai dari menjaga pola makan dan merubah gaya hidup ke arah yang sehat. Jadi pentingnya pengetahuannya disini adalah

dapat merubah pola pikir dalam mengambil suatu tindakan. Jika hal ini mampu dilakukan dengan baik maka lansia akan mudah mengenal perkembangan kesehatannya, sehingga semakin baik pengetahuannya tentunya akan membuat angka kejadian rematik berkurang. Berdasarkan tabel 4.13 diketahui hasil uji statistik korelasi *Chi Square* yaitu *P-value*= 0,001 (<0,05) maka hipotesis diterima, artinya ada hubungan antara pola makan dengan kejadian artritis reumatoid pada lansia di wilayah kerja puskesmas tarus kabupaten kupang.

Dari hasil analisis diperoleh Nilai *Odds Ratio* (*OR*) menunjukkan = 11,609 yang artinya bahwa responden yang pola makannya buruk lebih beresiko 11,6 kali untuk menderita penyakit Artritis Reumatoid dibandingkan dengan responden yang pola makannya baik. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian (15), yang mengatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara makanan dengan Artritis Reumatoid. Berdasarkan hasil analisis didapatkan *p_value* 0,017 ini dapat berarti bahwa lansia yang mengkonsumsi makanan yang kurang baik lebih beresiko terkena Artritis Reumatoid. Dari hasil yang ditemukan dalam penelitian ini maka penulis mengasumsikan bahwa pola makan yang dimiliki oleh lansia dikategorikan buruk 36 orang (65,5%) sehingga lebih berpengaruh terhadap kejadian rematik. Dengan melakukan pola hidup sehat dan menjaga pola makan yang baik, menghindari makanan yang memicu terjadinya rematik maka angka kejadian Artritis Reumatoid akan berkurang.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan dari penelitian ini adalah sebagai berikut: Sebagian besar Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus Kecamatan Kupang Tengah Kabupaten Kupang Sebanyak (78,2%) memiliki Pengetahuan Baik. Sebagian besar Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus Kecamatan Kupang Tengah Kabupaten Kupang Sebanyak (65,5%) memiliki Pola Makan Buruk. Sebagian besar penderita Artritis Reumatoid

Pada Lansia Di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus Kecamatan Kupang Tengah Kabupaten Kupang Sebanyak (90,9) menderita Artritis Reumatoid. Ada Hubungan Yang Signifikan Antara Tingkat Pengetahuan dan Pola Makan dengan Kejadian Artritis Reumatoid Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Tarus Kecamatan Kupang Tengah Kabupaten Kupang.

Diharapkan Kepada petugas kesehatan agar tetap mempertahankan kegiatan Posbindu dengan penyuluhan kesehatan terutama tentang kesehatan rematik serta melakukan upaya-upaya preventif dan rehabilitasi dalam mengurangi terjadinya penyakit rematik.

DAFTAR PUSTAKA

1. Irianto, Koes. (2014). *Epidemiologi Penyakit Menular dan Tidak Menular Panduan Klinis*. Bandung: Alfabeta.
2. Riskesdas. (2018). *Riset Kesehatan dasar .Kementrian Kesehatan*. <http://www.depkes.google.co.id> Diakses pada tanggal 10 januari 2019 pada pukul 21.00 WITA.
3. *Kementrian Kesehatan*. (2017) <http://kesga.kemkes.go.id>. Di akses pada tanggal 24 November 2019 pada pukul 18.30 WITA
4. Stocklager, L. Jaime. (2008). *Asuhan Keperawatan Geriatrik*. Jakarta: EGC.
5. Noor Helmi, Zairin (2013). *Buku Ajar Gangguan Muskuloskeletal*. Jakarta: Salemba Medika.
6. Notoatmodjo. (2011). *Kesehatan Masyarakat Ilmu Dan Seni*. Jakarta: Rineka Cipta.
7. Perry & Potter. (2005). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan: Konsep, Proses, Dan Praktik. Edisi 4. Volume 2. Alih Bahasa: Renata Komalasari*. Jakarta: EGC
8. Sulistioningsih. (2011). *Gizi untuk Kesehatan Ibu dan Anak Edisi I*. Yogyakarta. Graha Ilmu.
9. Anies. (2018). *PENYAKIT DEGENERATIF: Mencegah dan mengatasi penyakit degeneratif dengan perilaku dan gaya hidup moderen yang sehat* . Yogyakarta: Salemba medika.
10. Tumenggung, Imran. (2015). *Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Artritis Di Rsud Toto Kabila Kabupaten Bone Bolango*. <http://kesga.kemkes.go.id>. Di akses pada tanggal 24 juli 2020 pada pukul 13.44 WITA.
11. Rahmawati. (2010). *Menu sehat asam urat*. PT Pustaka Insan Madani, anggoya IKAPI: Yogyakarta.
12. Putra. (2009). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Penyakit Rematik Pada Lansia Di RW 06 Kelurahan Krukut Kecamatan Lima Depok*. <http://kesga.kemkes.go.id>. Di akses pada tanggal 22 Agustus 2020 pada pukul 13.56 WITA.
13. Mubarak, Wahit Iqbal dkk. (2007). *Promosi Kesehatan: Sebuah Pengantar Proses Belajar Mengajar dalam Pendidikan*. Yogyakarta; Graha Ilmu.
14. Muhammad. (2017). *Hubungan pengetahuan dan pola makan dengan kejadian Gout Artritis pada lansia di puskesmas tinoor kecamatan tomohon utara kota tomohon*. <http://www.google.co.id>. Diakses pada tanggal 25 Agustus 2020 pada pukul 14.24 WITA.
15. Bawarodi. (2017). *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kekambuhan penyakit rematik di wilayah puskesmas beo kabupaten talaud*. <http://www.google.co.id>. Diakses pada tanggal 20 Agustus 2020 pada pukul 13.35 WITA.