

**PENGETAHUAN DAN SIKAP KEPALA KELUARGA TENTANG  
PENYAKIT *MYALGIA* DI DESA BALINGGI INDUK  
KECAMATAN BALINGGI KABUPATEN  
PARIGI MOUTONG**

---

**I Wayan Rya Artawan<sup>1</sup>, Saiful A.<sup>2</sup>**

---

**Program Studi Kesehatan Masyarakat Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Jaya Palu**

**Abstrak**

Berdasarkan data Puskesmas Balinggi mengenai jumlah kasus myalgia pada tahun 2017 terdapat 103 kasus, tahun 2018 menurun menjadi 97 kasus dan tahun 2019 meningkat kembali menjadi 168 kasus. Hasil wawancara awal yang peneliti lakukan pada 7 orang petani di Desa Balinggi Induk menunjukkan bahwa 5 dari 7 orang menjawab belum mengetahui bahwa kekurangan vitamin merupakan penyebab myalgi. 6 dari 7 menjawab belum mengetahui bahwa myalgia disebabkan karena gangguan tidur. 6 orang di antaranya merasa tidak perlu berkonsultasi pada dokter jika mengalami nyeri otot. Semuanya merasa sebaiknya memijat bagian otot yang terasa sakit atau nyeri. Tujuan penelitian ini adalah diketahuinya pengetahuan dan sikap KK tentang penyakit myalgia di Desa Balinggi Induk Kecamatan Balinggi Kabupaten Parigi Moutong.

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Variabel dalam penelitian ini adalah pengetahuan, sikap tentang penyakit myalgia. Data yang digunakan adalah primer dan sekunder. Analisa data menggunakan analisis univariat. Populasi dalam penelitian ini adalah semua petani di Desa Balinggi Induk yang berjumlah 547 orang. Sampel berjumlah 41 orang.

Hasil penelitian menunjukkan lebih banyak responden mempunyai pengetahuan yang cukup tentang myalgia yaitu 58,5% dan hanya sedikit yang mempunyai pengetahuan kurang yaitu 41,5%. Lebih banyak responden mempunyai sikap yang cukup tentang myalgia yaitu 56,1% dan hanya sedikit yang mempunyai sikap kurang yaitu 43,9%.

Kesimpulan dari penelitian ini yaitu lebih banyak Kepala Keluarga mempunyai pengetahuan dan sikap yang cukup tentang penyakit myalgia di Desa Balinggi Induk Kecamatan Balinggi Kabupaten Parigi Moutong. Saran yaitu diharapkan pada aparat desa untuk bekerjasama dengan tenaga kesehatan dalam memperbaiki perilaku kesehatan masyarakat yang ada di Desa Balinggi Induk dalam menjaga kesehatan, dengan melakukan upaya preventif dan promotif secara terpadu.

Kata kunci: Pengetahuan, Sikap, Myalgia.

**Pendahuluan**

Kesehatan ialah satu dari berbagai aspek berarti dalam kehidupan. Kesehatan bermaksud dalam tingkatan pemahaman, keinginan serta keahlian hidup segar tiap orang supaya terkabul sebagai kesehatan masyarakat yang maksimal. Bagian kesehatan yang maksimal bisa diamati dari sebagian faktor mutu hidup yakni kematian, kesakitan serta status gizi. Satu dari berbagai permasalahan kesehatan yang memberi sumbangan nilai kesakitan ialah penyakit myalgia (nyeri otot) (Hardiwinoto, 2015).

Menurut data World Health Organization (WHO) tahun 2018, prevalensi gangguan nyeri otot (myalgia) berkisar 50-62% dari total populasi di dunia dan sering menyerang pada masyarakat yang tinggal di negara-negara industri. Di Indonesia, prevalensi penderita myalgia yaitu

berkisar 45-59%. Myalgia ataupun lazim kita tahu dengan sebutan nyeri otot, ataupun spasme otot atau kram otot, muncul karena berlebihan dalam mengkonsumsi otot (Kemenkes RI, 2018). Untuk kasus myalgia di Sulawesi Tengah tahun 2018 tercatat dengan prevalensi 4,2%. Sementara prevalensi untuk gangguan nyeri otot di Kabupaten Parigi Moutong sebesar 7,3% (Dinkes Prov. Sulteng, 2018).

Myalgia merupakan satu dari berbagai keluhan yang lumayan kerap dialami orang. Ada yang hadapi cuman singkat (seperti kram otot) ataupun hanya beberapa hari, bulan bahkan adapula bertahun-tahun, hingga mengusik dengan keseriusan yang fluktuasi. Nyeri yang muncul

cuma sesingkat pasti saja tidak sampai mengganggu aktivitas hidup. Namun nyeri yang mencuat berkesinambungan bisa membuat frustrasi pada pengidap, sebab membatasi kegiatan baik dalam kaitannya mencari rezeki, rutinitas, ataupun tamasya. Alhasil pada akhirnya bisa menurunkan mutu hidup pengidap. Tidak jarang pengidap akhirnya tergiring dalam konsumsi obat pereda nyeri dalam waktu lama.

Sementara itu sudah teruji kalau seluruh obat pereda nyeri tentu mempunyai efek samping bila diminum kelewatan ataupun tanpa pengawasan dokter, misalnya dapat memunculkan gastritis, keropos tulang, serta membatasi terbentuknya sel darah (Weni, 2013).

Memakai otot yang kelewatan bisa menyebabkan otot-otot yang dipakai alami kekurangan oksigen, alhasil muncul sebuah proses oksidasi anaerob yang hendak memproduksi asam laktat, asam laktat ini yang hendak memunculkan rasa sakit ataupun nyeri (Muttaqin, 2013). Paling tidak nyaris seluruh orang dipastikan sempat merasakan nyeri otot ataupun myalgia 1 ataupun 2 kali di kehidupannya.

Permasalahan myalgia umumnya paling banyak menyerang para pekerja. Hal ini membuktikan bahwa myalgia merupakan masalah yang perlu mendapat perhatian. Pada kasus myalgia mempunyai dampak terhadap kemampuan dan produktifitas kerja. Salah satu jenis pekerjaan yang menyumbang angka kesakitan akibat myalgia adalah petani. Posisi kerja dari petani dan beban pekerjaan yang didapatkan ketika bekerja meningkatkan risiko terjadinya myalgia (Kuntono, 2015).

Kejadian myalgia terpicu karena kurangnya perhatian masyarakat untuk menanggulangi bermacam resiko yang memunculkan myalgia lewat pola hidup yang sehat. Myalgia yang muncul tanpa riwayat trauma bisa jadi diakibatkan adanya peradangan virus. Myalgia yang terjadi dalam durasi yang lama bisa menyebabkan miopati metabolik, kekurangan gizi ataupun sindrom fatigue kronik (Sloane, 2014).

Rendahnya pengetahuan dan sikap pula menjadi faktor timbulnya penyakit seperti myalgia. Sehingga dalam hal ini diperlukan pengetahuan dan sikap yang baik agar masalah myalgia dapat dicegah (Kuntono, 2012). Kesadaran yang tinggi akan pentingnya mempunyai pemahaman yang baik dalam mencegah penyakit akan menjadikan seseorang berupaya untuk memperoleh informasi mengenai kesehatan, sehingga dalam hal ini orang tersebut secara tidak langsung telah berusaha

meningkatkan derajat kesehatannya (Harrianto, 2012). Jika pengetahuan dan sikap masyarakat kurang terhadap kesehatan dan penyakit, mengakibatkan masyarakat tidak berperilaku sesuai dengan nilai-nilai kesehatan (Notoatmodjo, 2014).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Puskesmas Balinggi mengenai jumlah kasus myalgia di wilayah kerja Puskesmas Balinggi menunjukkan bahwa pada tahun 2017 terdapat 103 kasus, tahun 2018 menurun menjadi 97 kasus dan pada tahun 2019 meningkat kembali menjadi 168 kasus. Desa Balinggi menjadi satu dari berbagai desa yang berada di wilayah kerja Puskesmas Balinggi memiliki jumlah kasus myalgia tertinggi dibanding desa-desa lainnya yaitu sebanyak 37 kasus. Kejadian myalgia terbanyak sering terjadi pada petani (Puskesmas Balinggi, 2019).

Hasil wawancara awal tanggal 20 Mei 2020 yang peneliti lakukan pada 7 orang petani di Desa Balinggi Induk menunjukkan bahwa dari pertanyaan tentang "apakah vitamin merupakan penyebab myalgia?" 5 dari 7 orang menjawab belum mengetahui bahwa kekurangan vitamin merupakan penyebab myalgia. Dari pertanyaan tentang "apakah myalgia disebabkan karena gangguan tidur?" 6 dari 7 menjawab belum mengetahui bahwa myalgia disebabkan karena gangguan tidur. Dari pertanyaan tentang "apakah efek samping obat tertentu dapat menyebabkan myalgia?" 4 dari 7 menjawab belum mengetahui bahwa efek samping obat tertentu dapat menyebabkan myalgia.

Sementara sikap dari 7 orang petani tersebut menunjukkan bahwa dari pertanyaan tentang "apabila anda terserang nyeri otot (myalgia) haruskah dilakukan perawatan atau pengobatan?" 4 orang di antaranya merasa jika terserang nyeri otot (myalgia) sebaiknya diabaikan saja. Dari pertanyaan tentang "perluakah berkonsultasi pada dokter jika mengalami nyeri otot?" 6 orang di antaranya merasa tidak perlu berkonsultasi pada dokter jika mengalami nyeri otot. Dari pertanyaan tentang "saat mengalami myalgia, apakah perlu memijat bagian otot yang terasa sakit atau nyeri?" semuanya merasa sebaiknya memijat bagian otot yang terasa sakit atau nyeri.

Kepala Keluarga (KK) yang berprofesi sebagai petani di Desa Balinggi Induk lebih banyak menghabiskan waktu siang harinya di kebun atau di sawah. Petani-petani tersebut sering melakukan pekerjaan yang dapat memicu terjadinya nyeri otot, seperti mereka yang sering memikul beban, sering membungkuk saat memacul, menanam

## Metode Penelitian

Jenis penelitian yang dipakai adalah penelitian deskriptif yaitu penelitian yang diadakan pada sekumpulan subjek yang bermaksud agar melihat deskripsi peristiwa (termasuk kesehatan) yang muncul pada populasi tertentu (Notoatmodjo, 2012).

## Hasil Penelitian

### A. Karakteristik Responden

#### 1. Usia

Usia pada penelitian disini dibedakan atas empat kategori menurut kategori usia berdasarkan Depkes RI (2009) yakni 23 tahun (remaja akhir), 26-35 tahun (dewasa awal), 36-45 tahun dan 46-53 tahun, untuk lebih jelasnya bisa dilihat di Tabel 1.

Tabel 1. Distribusi Responden Menurut Umur di Desa Balinggi Induk Kecamatan Balinggi

No	Umur	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	<26 tahun	1	2,4
2.	26-35 tahun	20	48,8
3.	35-45 tahun	12	29,3
4.	46-53 tahun	8	19,5
Total		41	100

Kabupaten Parigi Moutong.

Sumber: Data Primer, 2020

Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 41 responden pada penelitian ini, lebih banyak responden dengan kelompok umur 26-35 tahun yaitu 48,8% dan yang paling sedikit responden umur < 26 tahun yaitu 2,4%.

#### 2. Pendidikan

Pendidikan pada penelitian disini dibedakan atas tiga kategori yakni Sekolah Dasar (SD), Sekolah Menengah Pertama (SMP), serta Sekolah Menengah Atas (SMA), untuk lebih jelasnya bisa dilihat di Tabel 2.

No	Pendidikan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	SD	7	17,1
2.	SMP	11	26,8
3.	SMA	23	56,1
Total		41	100

Tabel 2. Distribusi Responden Menurut Pendidikan di Desa Balinggi Induk Kecamatan Balinggi Kabupaten Parigi Moutong.

Sumber: Data Primer, 2020

Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 41 responden pada penelitian ini, lebih banyak responden berpendidikan SMA yaitu 56,1% dan yang paling sedikit responden berpendidikan SD yaitu 17,1%.

### B. Variabel Penelitian

#### 1. Pengetahuan Tentang Penyakit Myalgia

Pengetahuan pada penelitian disini dibedakan atas tiga kategori yakni kurang (jika persentase jawaban responden < 56%), cukup (jika persentase jawaban responden 56-75%) serta baik (jika persentase jawaban responden 76-100%), untuk lebih jelasnya bisa dilihat di Tabel 3.

No	Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Kurang	17	41,5
2.	Cukup	24	58,5
Total		41	100

Tabel 3. Distribusi Responden Menurut Pengetahuan Tentang Penyakit Myalgia di Desa Balinggi Induk Kecamatan Balinggi Kabupaten Parigi Moutong.

Sumber: Data Primer, 2020

Tabel 3 menunjukkan bahwa dari 41 responden pada penelitian ini, lebih banyak responden mempunyai pengetahuan yang cukup tentang myalgia yaitu 58,5% dan yang paling sedikit responden yang mempunyai pengetahuan kurang yaitu 41,5%.

#### 2. Sikap Tentang Penyakit Myalgia

Sikap pada penelitian disini dibedakan atas tiga kategori yakni kurang (jika persentase jawaban responden < 56%), cukup (jika persentase jawaban responden 56-75%) serta baik (jika persentase jawaban

No	Pengetahuan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1.	Kurang	18	43,9
2.	Cukup	23	56,1
Total		41	100

## Pembahasan

### A. Pengetahuan Kepala Keluarga Tentang Penyakit Myalgia di Desa Balinggi Induk Kecamatan Balinggi Kabupaten Parigi Moutong.

Berdasarkan hasil analisis bahwa dari 41 responden dalam penelitian disini, lebih banyak responden memiliki pengetahuan yang cukup mengenai myalgia yakni 58,5% serta yang paling sedikit responden yang mempunyai pengetahuan kurang yaitu 41,5%.

Pada penelitian ini sebagian besar responden sudah mempunyai pengetahuan cukup tentang myalgia, menurut responden bahwa salah satu jenis myalgia yaitu terjadi pada tengkuk, punggung atau pinggang, salah satu gejala myalgia yaitu amat nyeri jika ditekan namun perih yang ditimbulkan tidak menyebar, efek samping obat tertentu seperti obat penurun kadar kolesterol dapat menyebabkan myalgia, serta myalgia ataupun diucap pula nyeri otot ialah pertanda dari banyak penyakit serta kendala pada badan. Sebagian kecil responden yang memiliki pengetahuan kurang mengenai myalgia diamati dari jawaban responden, yang mana menurut responden bahwa myalgia tidak terjadi sesudah melakukan olahraga, myalgia tidak dipengaruhi oleh faktor usia, myalgia bukan disebabkan karena gangguan tidur, serta myalgia bukan disebabkan karena penggunaan otot yang salah atau otot yang terlalu tegang.

Menurut asumsi peneliti bahwa responden yang mempunyai pengetahuan cukup tentang penyakit myalgia dikarenakan pernah memperoleh informasi myalgia melalui kerabat, tenaga kesehatan yang pernah ditemui di puskesmas, maupun media massa baik yang didengar, dilihat maupun dibaca, serta pernah mengikuti pendidikan kesehatan tentang myalgia sehingga menambah pemahaman responden. Berbeda halnya yang terjadi pada responden yang mempunyai pengetahuan kurang tentang penyakit myalgia, hal ini dikarenakan menurut responden mereka belum pernah mendapat informasi lengkap mengenai myalgia, baik tentang pencegahan maupun pengobatannya. Pernah sesekali mereka mendengar tentang masalah nyeri otot di televisi, namun selama ini mereka

tidak mengetahui bahwa nama lain dari nyeri otot tersebut adalah myalgia, bahkan sampai penelitian inipun dilakukan, sebagian responden baru mengetahui myalgia itu sebenarnya adalah nyeri otot setelah peneliti mencoba untuk menjelaskan. Menurut pernyataan sebagian responden, selama ini mereka hanya menghabiskan waktu di kebun sehingga sebagian responden kurang mengikuti kegiatan sosialisasi atau pendidikan kesehatan yang dilaksanakan oleh tenaga kesehatan, hal ini yang diduga menyebabkan pengetahuan responden masih kurang tentang myalgia.

Tingkat pengetahuan responden dikarenakan pula oleh usia, kian meningkat usia responden maka pengalaman yang diperolehnyapun kian meningkat, melalui pengalaman itulah pengetahuan responden hendak meningkat. Dalam penelitian ini, responden dengan umur 36 tahun ke atas lebih banyak mempunyai pengetahuan cukup tentang myalgia dibanding responden yang berumur kurang dari 36 tahun. Selain itu menurut peneliti, pengetahuan responden dipengaruhi pula oleh tingkat pendidikan responden, dimana semakin tinggi tingkat pendidikan maka semakin bertambah pengetahuan responden tentang myalgia. Dalam penelitian ini sebagian besar responden yang mempunyai pengetahuan cukup, mempunyai tingkat pendidikan SMA. Namun pada responden yang berumur lebih muda (< 36 tahun) dan berpendidikan SD dan SMP, belum tentu semuanya berpengetahuan kurang karena sumber ilmu pengetahuan tidak hanya diperoleh dipendidikan formal saja, adanya akses internet dan kegiatan pendidikan kesehatan dapat menjadikan pengetahuan responden bertambah walaupun umurnya lebih muda dan tingkat pendidikannya hanya sebatas SD dan SMP saja.

Sejalan dengan pendapat Notoatmodjo (2014) bahwa pendidikan kesehatan (konseling kesehatan) amat berfungsi serta mempengaruhi kepada wawasan seorang sebab yang mana aktivitas pendidikan yang dilakukan dengan metode mengedarkan catatan, menancapkan keyakinan alhasil masyarakat tidak cuma sadar, tahu serta paham, namun pula ingin serta dapat melakukan sesuatu imbauan yang terdapat hubungannya dengan kesehatan.

Menurut Prabowo (2012) bahwa lingkungan ialah seluruh suatu yang terdapat di dekat orang, bagus area raga, biologis, ataupun sosial. Area mempengaruhi kepada cara masuknya wawasan ke dalam orang yang terletak dalam area itu. Perihal ini terjalin sebab terdapatnya interaksi timbal balik atau tidak yang hendak direspon bagaimana wawasan oleh tiap orang.

Kian tinggi tingkat pendidikan yang ditempuh oleh seorang, hingga terus menjadi banyak pula wawasan yang diperolehnya. Dengan pembelajaran besar, hingga seorang hendak mengarah sanggup memperoleh data yang bagus dari orang lain, ataupun dari alat massa, kebalikannya bila seorang mempunyai tingkatan pembelajaran yang kecil, hendak membatasi kemajuan pengetahuannya dalam mencari informasi (Fuadi, 2012). Tetapi butuh dipentingkan kalau seseorang yang berakal kecil tidak berarti telak berpendidikan kecil pula. Kenaikan wawasan tidak telak didapat di pembelajaran resmi, hendak namun pula bisa didapat pada pembelajaran nonformal (Notoatmodjo, 2014).

Kian dewasa usia individu maka pemikirannya pun akan lebih matang ataupun lebih bagus dalam berasumsi serta berperan. Usia pengaruhi tingkatan wawasan seorang. Usia yang terus menjadi meningkat hingga pengalaman yang dipunyai pula hendak terus menjadi banyak serta beraneka ragam (Meliono, 2012).

Penelitian disini sejalan dengan penelitian yang diadakan oleh Cahyo (2013) di Desa Hagarmanah Jatnagor, yang menemukan bahwa lebih banyak responden yang mempunyai pengetahuan cukup tentang penyakit myalgia (56,3%) dibanding pengetahuan baik (13,2%) dan kurang (30,5%).

#### B. Sikap Kepala Keluarga Tentang Penyakit Myalgia di Desa Balinggi Induk Kecamatan Balinggi Kabupaten Parigi Moutong

Berdasarkan hasil analisis menunjukkan bahwa dari 41 responden pada penelitian ini, lebih banyak responden yang mempunyai sikap cukup tentang myalgia yaitu 56,1% dan yang paling sedikit responden mempunyai sikap kurang yaitu 43,9%.

Pada penelitian ini sebagian besar responden sudah mempunyai sikap cukup

tentang penyakit myalgia, hal ini dilihat dari jawaban responden, dimana menurut responden jika terserang nyeri otot (myalgia) jangan diabaikan, sebaiknya menghindari kesalahan postur atau posisi tubuh yang dapat menimbulkan rasa nyeri, perlu berkonsultasi pada dokter jika mengalami nyeri otot, serta sebaiknya melaksanakan bimbingan peregangan serta pemanasan saat sebelum serta setelah berolahraga buat menghindari terbentuknya cidera otot. Sedangkan pada sebagian kecil responden yang mempunyai sikap kurang dilihat dari jawaban responden, dimana menurut responden bahwa ketika mengangkat beban sebaiknya tidak perlu disesuaikan dengan kemampuan otot, sebaiknya memijat bagian otot yang terasa sakit atau nyeri, serta sebaiknya tetap bekerja walaupun sudah merasa nyeri pada otot.

Menurut asumsi peneliti bahwa sebagian besar responden yang mempunyai sikap cukup tentang myalgia dikarenakan berdasarkan hasil penelitian, responden juga sudah mempunyai pengetahuan yang cukup tentang myalgia, sehingga dengan pengetahuan yang dimiliki, responden akan sadar bahwa masalah myalgia perlu untuk dicegah agar tidak mengganggu aktivitas atau menurunkan produktivitas kerja, hal ini yang berdampak pada sikap menerima dari responden. Berbeda halnya dengan responden yang mempunyai sikap kurang, hal ini sering dipengaruhi oleh pengetahuan yang masih kurang pula tentang myalgia, sehingga responden cenderung mempunyai sikap yang kurang merespon terhadap masalah myalgia.

Selain itu responden yang memiliki sikap cukup dipengaruhi juga karena tingkat pendidikan serta usia responden. Semakin tinggi pendidikan yang ditempuh oleh responden, maka akan mempengaruhi sikapnya dalam merespon masalah myalgia. Faktor umur juga dapat mempengaruhi sikap responden menjadi cukup baik, dimana pada umur yang lebih tua, cenderung mempunyai pola pikir yang lebih dewasa dibanding umur yang lebih muda, sehingga turut membentuk sikap yang merespon terhadap masalah myalgia.

Menurut Rosid (2011) yang menjelaskan bahwa sikap diturunkan dari wawasan seorang. Dengan begitu buat memastikan tindakan wajib dilandasi oleh pengetahuan dari orang tersebut. Pengetahuan

Pendapat Suryabudhi (2011) usia ialah salah satu aspek yang mempengaruhi sikap kesehatan seorang. Seorang yang menempuh hidup dengan cara wajar bisa diasumsikan kalau terus menjadi lama hidup hingga pengalaman terus menjadi banyak, wawasan terus menjadi besar, keterampilannya terus menjadi mendalam serta kearifannya terus menjadi bagus dalam pengumpulan ketetapan tindakannya.

Notoatmodjo (2014) melaporkan terdapat sebagian pandangan yang mempengaruhi status kesehatan seorang, di antara lain merupakan usia, jenis kelamin, pendidikan, pekerjaan serta sosial ekonomi. Maksudnya ke 4 pandangan sosial itu bisa mempengaruhi tindakan seorang buat hidup segar. Hendak namun seorang yang mempunyai wawasan bagus belum pasti hendak berlagak bagus meski wawasan serta tindakan dikira 2 perihal yang berkaitan.

Penelitian disini sejalan dengan penelitian yang dilaksanakan oleh Cahyo (2013) di Desa Hagarmanah Jatinagor, yang menemukan bahwa lebih banyak responden yang mempunyai sikap cukup tentang penyakit myalgia (52,4%) dibanding sikap baik (10,6%) dan kurang (37%).

### Kesimpulan Dan Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilaksanakan, maka peneliti menyimpulkan; Lebih banyak Kepala Keluarga memiliki pengetahuan yang sudah cukup tentang penyakit myalgia di Desa Balinggi Induk Kecamatan Balinggi Kabupaten Parigi Moutong.

Lebih banyak Kepala Keluarga memiliki sikap yang sudah cukup tentang penyakit myalgia di Desa Balinggi Induk Kecamatan Balinggi Kabupaten Parigi Moutong.

Disarankan bagi aparat desa untuk bekerjasama dengan tenaga kesehatan dalam memperbaiki perilaku kesehatan masyarakat yang ada di Desa Balinggi Induk dalam menjaga kesehatan, dengan melakukan upaya preventif dan promotif secara terpadu.

Bagi Peneliti Selanjutnya Diharapkan penelitian disini bisa dikembangkan menjadi penelitian analitik dengan mencari faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya myalgia.

### Daftar Pustaka

Arikunto, S. 2013. Prosedur Penelitian Suatu

Pendekatan Praktik. Rineka Cipta. Jakarta.

Azwar, S. 2011. Sikap Manusia. Teori dan Pengukurannya. Pustaka Pelajar. Yogyakarta.

Cahyo, A. 2013. Pengetahuan dan Sikap Masyarakat Terhadap Penyakit Myalgia di Desa Hagarmanah Jatinagor. Skripsi. Ubaya. Surabaya.

Depkes RI. 2009. Gambaran Kependudukan Indonesia.

<http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin-anak.pdf>. Diakses Tanggal 15 September 2019.

Dinkes Prov. Sulteng. 2018. Profil Kesehatan Sulawesi Tengah Tahun 2018. Dinas Kesehatan Provinsi Sulawesi Tengah. Palu.

Ferry, E. 2011. Keperawatan Kesehatan Komunitas Teori dan Praktik dalam Keperawatan. Salemba Medika. Jakarta.

Fuadi, A. 2012. Ilmu Pengetahuan dan Sikap. Gramedia. Jakarta.

Hardiwinoto. 2015. Ilmu Kesehatan Masyarakat: Karakteristik Individu. Rineka Cipta. Jakarta.

Harrianto R. 2012. Buku Ajar Kesehatan Kerja. EGC. Jakarta.

Kemenkes RI. 2018. Profil Kesehatan Indonesia. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. Jakarta.

Kuntono, H. 2012. Penatalaksanaan Fisioterapi pada Kondisi Myalgia. Muhamadiyah University Press. Surakarta.

Kuntono. 2015. Penatalaksanaan Fisioterapi pada Kondisi Myalgia. Jakarta. Temu Ilmiah IFI.

Kuswandi, W. 2011. Komunikasi Massa Sebuah Analisis Media Televisi. Rineka Cipta. Jakarta.

Mardiana, D. 2012. Buku Pintar Nyeri Tulang dan

- Muttaqin. 2013. Buku Ajar Asuhan Keperawatan Klien Dengan Gangguan Sistem Persyarafan. Salemba Medika. Jakarta.
- Notoatmodjo, S. 2012. Metodologi Penelitian Kesehatan. Rineka Cipta. Jakarta.
- ..... 2014. Ilmu Perilaku Kesehatan. Rineka Cipta. Jakarta.
- Panggabean P, Wartana K, Subardin, Sirait E, Rasiman N.B, Pelima R.V. 2017. Pedoman Penulisan Proposal Skripsi. STIK-IJ. Palu.
- Prabowo, M. 2012. Psikologi Sosial. Pustaka Obor Populer. Jakarta.
- Puskesmas Balinggi. 2019. Laporan Puskesmas Balinggi. Sulawesi Tengah.
- Riyanto. 2014. Kesehatan Tidur. Universitas Padjadjaran. Bandung.
- Rosid, S. 2011. Psikologi Pendidikan. PT Bumi Aksara. Jakarta.
- Sastroasmoro. 2012. Dasar-dasar Metodologi Penelitian Klinis. Sagung Seto. Jakarta.
- Sloane E. 2014. Anatomi dan Fisiologi untuk Pemula. EGC. Jakarta.
- Suni, R. 2013. Myalgia & Penyebab Utama. Nuha Medika. Yogyakarta.
- Suryabudhi, M. 2011. Psikologi Perkembangan. Pioner Jaya. Bandung.
- Watson, R. 2011. Anatomi dan Fisiologi Untuk Perawat. EGC. Jakarta.
- Weni. 2013. Nyeri Otot (Myalgia). Nuha Medika. Yogyakarta.
- WHO. 2018. Global Health Observatory (GHO) data 2018.
- [https://www.who.int/gho/publications/world\\_health\\_statistics/2018/en/](https://www.who.int/gho/publications/world_health_statistics/2018/en/). Diakses Tanggal 10 Juni 2020.