

Hubungan Tingkat Stres dengan Tingkat Risiko Stroke pada Lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin Tahun 2021

Fatma Dewi¹, Letvi Mona ², Erdanela Setiawati³

¹ Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah, Padang, Indonesia

² Bagian Dermatologi dan Venerologi, Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah, Padang, Indonesia

³ Bagian Public Health, Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah, Padang, Indonesia

ABSTRAK

Kata Kunci:

Lansia,
Tingkat Stres,
Tingkat Risiko
Stroke

Stroke memiliki prevalensi tertinggi dari kelompok penyakit tidak menular. Pada tahun 2018 di Indonesia prevalensi stroke sebesar 10,9% per mil. Angka ini mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi pada tahun 2013 yaitu sebesar 7 % per mil. Provinsi Sumatra Barat memiliki prevalensi stroke sebesar 10,8 % per mil. Tingginya prevalensi stroke di Sumatra Barat erat kaitannya dengan kebiasaan masyarakat mengkonsumsi makanan bersantan dan berminyak dalam kesehariannya. Prevalensi stroke dapat meningkat seiring bertambahnya usia. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui apakah ada hubungan antara tingkat stres dengan tingkat risiko stroke pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin Tahun 2021. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian observasional menggunakan metode penelitian analitik komparatif dengan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian adalah semua lansia yang tinggal di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021. Teknik pengambilan sampel penelitian menggunakan metode *total sampling*. Sampel penelitian sebanyak 62 sampel. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres responden pada tingkat stres sedang lebih dominan dibandingkan tingkat stres ringan dan berat, yaitu diperoleh sebanyak 53 responden dengan persentase 85.5%. Tingkat risiko stroke pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021 lebih dominan tingkat risiko stroke rendah, yaitu sebanyak 28 responden dengan persentase 45.2%. Hasil uji statistik diperoleh nilai *p value* dari hubungan tingkat stres dengan tingkat risiko stroke pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021 sebesar 0.685. Berdasarkan pertimbangan yang telah di tetapkan bahwa terdapat hubungan antar variabel apabila $P < 0,05$. Artinya, tidak terdapat hubungan tingkat risiko stroke pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021. Ha dalam penelitian ini ditolak dan H0 diterima.

Korespondensi: mletvi@yahoo.com (Letvi Mona)

ABSTRACT

Keywords:

Elderly,
Stress Level,
Stroke Risk Level

Stroke has the highest prevalence of the non-communicable disease group. In 2018 in Indonesia the prevalence of stroke was 10.9% per mile. This figure has increased compared to the prevalence in 2013 which was 7% per mile. West Sumatra Province has a stroke prevalence of 10.8% per mile. The high prevalence of stroke in West Sumatra is closely related to people's habits of consuming coconut milk and oily food in their daily lives. The prevalence of stroke may increase with age. The purpose of the study was to determine whether there was a relationship between stress levels and the level of stroke risk in the elderly at PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin in 2021. The type of research used was an observational study using comparative analysis research methods with a cross-sectional design. The population in this study were all the elderly living in PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin in 2021. The sampling technique used was the total sampling method. The research sample was 62 samples. The results showed that the stress level of respondents at moderate stress levels was more dominant than mild and severe stress levels, which was obtained as many as 53 respondents with a percentage of 85.5%. The risk level of stroke in the elderly at PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin in 2021 is more dominant with a low stroke risk level, as many as 28 respondents with a percentage of 45.2%. The results of the statistical test obtained that the p-value of the relationship between stress levels and the risk level of stroke in the elderly at PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin in 2021 was 0.685. Based on the considerations that have been determined that there is a relationship between variables if $P < 0.05$. That is, there is no relationship between the level of stroke risk in the elderly at PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin in 2021. H_0 in this study was rejected and H_1 was accepted.

PENDAHULUAN

Lanjut usia (lansia), menurut *World Health Organization* (WHO), merupakan kelompok penduduk yang telah memasuki usia 60 tahun atau lebih. Undang-Undang RI No. 13 Tahun 1998 tentang kesejahteraan lansia juga mendefinisikan lansia sebagai seseorang yang berumur 60 tahun atau lebih.¹ Lansia merupakan tahap dari seseorang telah memasuki masa penuaan dimana terdapat keterbatasan dalam melakukan aktivitas fisiknya akibat adanya kemunduran secara fisik, mental dan sosial secara berkala.²

Jumlah populasi lansia yang berusia ≥ 60 tahun secara global pada tahun 2019 mencapai 1 milyar orang. Jumlah ini diperkirakan akan terus meningkat pada tahun 2030 menjadi lebih dari 1,4 milyar, dan

pada tahun 2050 akan menjadi 2,1 milyar orang.³ Data statistik penduduk lanjut usia memaparkan bahwa Indonesia sekarang ini telah memasuki masa transisi menuju penuaan penduduk. Pada tahun 2020 jumlah populasi lansia di Indonesia telah mencapai 9,92 % yaitu sekitar 26,82 juta. Provinsi Sumatra Barat termasuk kedalam enam provinsi di Indonesia dengan fase struktur penduduk tua yaitu sebesar 10,07%. Provinsi lain yaitu Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY) sebesar 14,71%, Jawa Tengah (13,81%), Jawa Timur (13,38%), Bali (11,58%) dan Sulawesi Utara (11,51%).¹

Lansia merupakan tahap akhir dari siklus kehidupan manusia yang terjadi secara alamiah, dimulai dari sejak lahir, selanjutnya menjadi anak-anak, dewasa dan kemudian tua atau lansia. Dalam

prosesnya pun lansia mengalami proses kemunduran yang bertahap, dalam hal ini mengalami penurunan daya tahan tubuh untuk melawan rangsangan yang berasal dari dalam maupun luar tubuh.² Kemunduran atau penurunan fungsi tubuh menyebabkan lansia rentan terhadap masalah kesehatan. Penyakit tidak menular (PTM) merupakan penyakit terbanyak yang diderita lansia diantaranya hipertensi, artritis, stroke, penyakit paru obstruktif kronik (PPOK), dan diabetes melitus.⁴

WHO mendefinisikan stroke sebagai gangguan neurologis umum yang secara klinis dapat menyebabkan munculnya tanda-tanda seperti penurunan fungsi neurologi fokal dan global yang berkembang sangat cepat, dan hal ini dapat berlangsung dalam 24 jam atau lebih serta dapat menyebabkan kematian.⁵ Stroke merupakan penyakit yang diakibatkan oleh keabnormalan pada aliran darah di otak yang non-traumatik sehingga terjadi kerusakan pada otak yang muncul secara mendadak, progresif dan cepat.⁶ Apabila stroke terjadi secara kronik akan menimbulkan beberapa komplikasi seperti aspirasi pneumonia, gastritis, trombosis vena dalam dan emboli paru, kejang, dekubitus, bahkan dapat menyebabkan kematian.⁷

Data dari WHO tahun 2019 memaparkan bahwa stroke menduduki peringkat kedua penyebab kematian secara global.⁸ WHO memperkirakan satu dari enam orang akan mengalami stroke selama hidupnya, sedangkan *American Heart Association* (AHA) memperkirakan terdapat satu pasien meninggal setiap empat menitnya. AHA juga memaparkan data bahwa dalam satu tahun prevalensi kasus stroke baru atau berulang sebesar 795.000 dimana setiap 40 detik terdapat satu kasus baru stroke.⁹

Stroke memiliki prevalensi tertinggi dari kelompok penyakit tidak menular di Indonesia pada tahun 2018, yaitu sebesar 10,9% per mil. Angka ini mengalami peningkatan dibandingkan prevalensi stroke pada tahun 2013 yaitu sebesar 7 % per mil. Provinsi Sumatra Barat memiliki prevalensi stroke sebesar 10,8 % per mil.⁶ Tingginya prevalensi stroke di Sumatra Barat ini salah satunya berhubungan dengan adat dan kebiasaan masyarakat setempat

dalam mengkonsumsi makanan bersantan dan berminyak dalam kesehariannya. Prevalensi stroke juga semakin meningkat seiring bertambahnya usia. Riskesdas tahun 2018 memaparkan prevalensi stroke di Indonesia berdasarkan usia tertinggi pada usia > 75 tahun yaitu sebesar 50,2% per mil, kemudian tertinggi kedua yaitu pada usia 65-74 tahun sebesar 45,3% per mil, dan peringkat ketiga adalah usia 55-64 tahun yaitu sebesar 32,4% per mil.⁶

Faktor risiko terjadinya stroke dibagi kedalam dua kelompok yaitu faktor risiko yang dapat dikendalikan dan faktor risiko yang tidak dapat dikendalikan. Salah satu faktor risiko yang dapat dikendalikan adalah stres.⁷ Keadaan stres ini dapat merangsang kelenjar adrenal untuk memproduksi beberapa hormon salah satunya hormon adrenalin. Hormon adrenalin dapat memberikan sinyal kepada jantung untuk bekerja lebih cepat dan kuat sehingga tekanan darah meningkat dan mempersempit aliran pembuluh darah. Jika penyempitan pembuluh darah terjadi di otak maka dapat menyebabkan stroke.¹⁰

Stres merupakan suatu keadaan baik secara fisiologis maupun psikologis dimana terjadi ketidakseimbangan antara masalah yang dihadapi dengan kemampuan untuk menyelesaikan permasalahan tersebut.¹¹ Stres merupakan bentuk ketegangan yang dapat menyerang fisik, psikis, emosi maupun mental yang dapat menjadi ancaman bagi seseorang sehingga menyebabkan terjadinya cemas, depresi, gangguan dalam sosialnya bahkan bisa menimbulkan niat seseorang untuk mengakhiri hidupnya.¹²

Sumatera Barat memiliki dua panti sosial tresna werdha (PSTW) milik pemerintah diantaranya PSTW Kasih Sayang Ibu di Batu Sangkar, dan PSTW Sabai-Nan-Aluih di Sicincin. PSTW Sabai-Nan-Aluih merupakan panti sosial dibawah tanggung jawab Dinas Sosial Provinsi Sumatera Barat. Dalam survei awal yang telah dilakukan oleh peneliti, di panti ini dihuni oleh lansia yang berjumlah 110 orang yang terbagi dalam 14 wisma. Lansia yang tinggal di panti ini mulai dari usia 60 tahun sampai 105 tahun.

Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan tingkat stres dengan tingkat

risiko stroke pada lansia berdasarkan uraian diatas dengan bertempat di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui bagaimana tingkat stres dan tingkat risiko stroke pada lansia di PSTW Sicincin. Upaya pencegahan terjadinya stroke dapat dilakukan apabila tingkat stres dan risiko stroke diketahui sejak dini terutama pada seseorang dengan tingkat risiko stroke tinggi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin yang dimulai pada bulan Maret 2021 sampai Januari 2022. Jenis penelitian ini merupakan penelitian observasional menggunakan metode penelitian analitik komparatif dengan desain penelitian *cross sectional*. Populasi target dalam penelitian ini adalah semua lansia yang tinggal di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin.

Penelitian ini akan mengikutsertakan seluruh lansia yang tinggal di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin yang memenuhi Kriteria Inklusi dan Kriteria eksklusi. Penelitian ini menggunakan metode total sampling. Teknik total sampling adalah besarnya sampel dalam penelitian ini merupakan jumlah populasi yang ada di tempat penelitian yaitu di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021 yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yaitu sebesar 62 orang. Lansia yang tinggal di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021 diberi penjelasan mengenai tujuan, manfaat, dan protokol penelitian. Lansia yang memenuhi kriteria penelitian kemudian menandatangani form *informed consent*. Lansia yang telah setuju kemudian dilakukan wawancara yang terdiri dari wawancara mengenai stres dan risiko stroke.

Data hasil wawancara kemudian diolah melalui beberapa tahap pengolahan data, yaitu: editing, coding, tabulating dan cleaning. *Editing*, yaitu mengecek kembali data yang didapatkan mengenai kelengkapan, kelogisan dan kelayakan isian data. *Coding*, yaitu memberikan kode pada tiap data sesuai dengan ketentuan. Selanjutnya, *tabulating*, yaitu menyajikan data dalam bentuk tabel agar mudah

dalam menganalisis data tersebut. Tahap terakhir berupa *cleaning*, yaitu mengecek kembali data yang telah di-input ke dalam computer. Penelitian ini menggunakan dua macam analisis data, yaitu: analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan masing-masing variabel baik variabel bebas, maupun variabel terikat. Sebaliknya, analisis bivariat digunakan untuk menganalisis apakah terdapat hubungan antara tingkat stres dengan tingkat risiko stroke pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021 dengan menggunakan uji hipotesis *Chi-Square*. Apabila data tidak memenuhi syarat untuk dilakukan uji *Chi-Square* dapat dilakukan penggabungan sel menjadi tabel 2x3 dengan uji alternatifnya adalah uji *Mann-Whitney*.

HASIL PENELITIAN

Selama penelitian berlangsung di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin Tahun 2021, didapatkan 62 subjek penelitian. Data penelitian ini diambil dalam rangka pembuktian tentang hubungan antara tingkat stres dengan tingkat risiko stroke pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin Tahun 2021.

Karakteristik Demografi Lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021

Data-data demografi yang dikumpulkan dari 62 subjek penelitian adalah menyangkut: umur, suku, jenis kelamin, agama, pendidikan, pekerjaan sebelumnya dan penyakit komorbid. Distribusi data-data lansia di PSTW Sabai Nan Aluih Sicincin tersebut dapat dilihat pada Tabel 1.

Distribusi frekuensi karakteristik demografi responden berdasarkan umur, didapatkan yang terbanyak adalah kelompok umur 60-69 tahun yaitu 27 responden (43.5%). Berdasarkan suku, didapatkan yang terbanyak adalah suku Minangkabau, yaitu 57 responden (91.9%). Berdasarkan jenis kelamin didapatkan yang terbanyak berasal dari jenis kelamin pria yaitu 44 responden (71%). Berdasarkan agama didapatkan semua responden sebanyak 62 responden (100%) beragama Islam. Berdasarkan tingkat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Demografi Lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021

Karakteristik Demografi		Jumlah (n)	%
Umur	60-69 tahun	27	43.5%
	70-79 tahun	22	35.5%
	>80 tahun	13	21%
Suku	Minangkabau	57	91.9%
	Selain minangkabau	5	8.1%
Jenis Kelamin	Pria	44	71%
	Wanita	18	29%
Agama	Islam	62	100%
	Selain Islam	0	0%
Pendidikan	SD	32	51.6%
	SMP	19	30.6%
	SMA	10	16.1%
	PT	1	1.6%
Pekerjaan Sebelumnya	PNS	3	4.8%
	Pegawai Swasta	8	12.9%
	Pedagang	12	37.1%
	Petani	14	59.7%
Penyakit Komorbid	Tidak bekerja	25	40.3%
	Ada	8	12.9%
	Tidak ada	54	87.1%
	Lama di Panti Sosial	< 1 tahun	18
1-5 tahun		24	38.7%
>5 tahun		20	32.3%

pendidikan didapatkan yang terbanyak pada tingkat pendidikan SD, yaitu sebanyak 32 responden (51.6%). Berdasarkan pekerjaan sebelumnya, didapatkan lansia paling banyak tidak bekerja sebelumnya yaitu 25 responden (40.3%). Berdasarkan memiliki penyakit komorbid, didapatkan yang terbanyak adalah pada kategori tidak ada diperoleh sebanyak 54 responden (87.1%). Berdasarkan lamanya tinggal di Panti, responden terbanyak tinggal antara 1-5 tahun yaitu sebanyak 24 responden (38.7%).

Gambaran Tingkat Stres

Semua lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021 dinilai tingkat stress, yang dibagi

menjadi 3 kelompok, yaitu: ringan, sedang dan tinggi. Gambaran distribusi frekuensi tingkat stress pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021 dapat dilihat pada tabel 2.

Distribusi frekuensi tingkat stres pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021 didapatkan tingkat stres terbanyak pada tingkat stres sedang sebanyak 53 (85.5%).

Gambaran Tingkat Stroke

Semua lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021 dinilai tingkat resiko stroke, yang dibagi menjadi 3 kelompok, yaitu: resiko rendah, sedang dan tinggi. Gambaran Frekuensi tingkat

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres pada Lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021

Variabel		Jumlah (n)	%
Tingkat stres	Stres Ringan	3	4.8%
	Stres Sedang	53	85.5%
	Stres Berat	6	9.7%
Jumlah		62	100%

stroke pada lansia di PSTW Sabai Nan-Aluih Sicincin tahun 2021 dapat dilihat pada tabel 3.

Distribusi frekuensi tingkat risiko stroke pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021 didapatkan yang terbanyak pada tingkat risiko stroke rendah diperoleh sebanyak 28 responden (45.2%).

Hubungan Tingkat Stres dengan Tingkat Risiko Stroke

Penelitian ini mencari hubungan antara tingkat stres dengan tingkat risiko Stroke pada lansia di PSTW Sabai Nan-Aluih Sicincin Tahun 2021. Tingkat stres yang terbagai 2 kelompok (ringan dan sedang-berat) dikaitkan dengan tingkat resiko stroke (rendah, sedang dan tinggi). Hubungan antara kedua variabel tersebut dapat dilihat pada tabel 4.

Analisa statistik untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan tingkat risiko stroke pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021 menggunakan SPSS v. 25 dengan metode uji *Mann-Whitney*. Hasil uji statistik diperoleh nilai *P Value* dari tingkat risiko stroke pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021 sebesar 0.685. Pertimbangan yang telah di tetapkan bahwa terdapat hubungan antar variabel apabila $P < 0.05$, dengan demikian, tidak terdapat hubungan tingkat risiko stroke pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021. H_a dalam penelitian ini ditolak dan H_0 diterima.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Stroke pada Lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021

Variabel		Jumlah (n)	%
Tingkat Risiko Stroke	Risiko Rendah	28	45.2%
	Risiko Sedang	16	25.8%
	Risiko Tinggi	18	29%
Jumlah		62	100%

Tabel 4. Hubungan Tingkat Stres dengan Tingkat Risiko Stroke pada Lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin Tahun 2021

Variabel		Tingkat Risiko Stroke						<i>P Value</i>
		Risiko Rendah		Risiko Sedang		Risiko Tinggi		
		<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	<i>f</i>	%	
Tingkat Stres	Ringan	1	33.3%	1	33.3%	1	33.3%	0.685
	Sedang+ Berat	27	45.8%	15	25.4%	17	28.8%	

PEMBAHASAN

Karakteristik Demografi Lansia

Distribusi frekuensi karakteristik demografi responden berdasarkan umur, dalam penelitian ini didominasi umur 60-69 tahun yaitu sebanyak 43.5%. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Jenau di Uptd Kesejahteraan Sosial Budi Agung Kupang tahun 2021 didapatkan lansia terbanyak pada kelompok umur 60-70 tahun yaitu 53.3%.¹⁵ Penelitian Imaniyah tahun 2016 di Balai Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bisma Upakara Pematang juga menemukan bahwa umur yang dominan adalah umur 60-74 tahun yaitu 67.5 %.¹⁴

Distribusi frekuensi karakteristik demografi responden berdasarkan suku didapatkan responden dalam penelitian ini sebagian besar adalah suku Minangkabau yaitu 91.9%. Penelitian oleh Berutu di UPT Pelayanan Sosial Lanjut Usia Wilayah Binjai dan Medan tahun 2017 memiliki hasil yang berbeda dimana didapatkan responden terbanyak berasal dari Suku Jawa sebesar 48%.⁵¹ Penelitian lain yang dilakukan oleh Indarti dan Huroniyah di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember tahun 2021 juga mendapat hasil bahwa responden terbanyak berasal dari suku Jawa yaitu 83.3%.¹⁵

Distribusi frekuensi karakteristik demografi responden berdasarkan jenis kelamin terbanyak berasal dari kategori jenis kelamin pria diperoleh sebanyak 71%. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ngadiran di Panti Wreda Charitas Cimahi tahun 2019 dimana responden terbanyak berjenis kelamin laki-laki sebanyak 53.2%.¹⁶ Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Rohaedi di Panti Sosial Tresna Werdha Senja Rawi tahun 2016 responden terbanyak dari jenis kelamin perempuan sebanyak 71.5%.¹⁷

Distribusi frekuensi karakteristik demografi responden berdasarkan agama didapatkan semua responden dalam penelitian ini beragama Islam (100%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Destarina, dkk. di Panti Sosial Tresna Werdha Khusnul Khotimah Pekanbaru didapatkan semua responden beragama Islam yaitu sebanyak 39 orang (100%).¹⁸ Hasil penelitian yang hampir

sama pada penelitian yang dilakukan oleh Putri di UPT. Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai tahun 2017 didapatkan mayoritas responden beragama Islam dengan presentase sebesar 97.3%.¹⁹

Distribusi frekuensi karakteristik demografi responden berdasarkan tingkat pendidikan didapatkan pada tingkat pendidikan SD memiliki responden terbanyak yaitu 51.6%. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri di UPT. Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai tahun 2017, didapatkan tingkat pendidikan yang terbanyak adalah SD yaitu 51.4%.¹⁹ Sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Imaniyah tahun 2016, didapatkan responden paling banyak mengenyam pendidikan terakhir SD sebesar 90%.¹⁴

Distribusi frekuensi karakteristik demografi responden berdasarkan pekerjaan sebelumnya, didapatkan pekerjaan sebelumnya tertinggi adalah tidak bekerja sebanyak 40.3%. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Jenau di UPTD Kesejahteraan Sosial Budi Agung Kupang tahun 2021 didapatkan sebagian besar lansia tidak bekerja yaitu 46.7%.¹³ Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri di UPT. Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai tahun 2017 didapatkan lansia terbanyak memiliki pekerjaan sebelumnya sebagai wiraswasta sebanyak 56.8%.¹⁹

Distribusi frekuensi karakteristik demografi responden berdasarkan memiliki penyakit komorbid didapatkan sebagian besar lansia tidak memiliki penyakit komorbid dengan presentase 87.1%. Hasil penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Putri di UPT. Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai tahun 2017 dimana didapatkan sebagian besar lansia memiliki penyakit komorbid dengan presentase 86.5%.¹⁹ Penelitian oleh Indarti dan Huroniyah di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember tahun 2021 juga mendapat hasil responden terbanyak memiliki penyakit yaitu sebanyak 83.3%.²⁰

Hasil distribusi frekuensi karakteristik demografi responden berdasarkan lamanya tinggal di Panti menunjukkan bahwa responden yang tinggal 1-5 tahun lebih banyak dibandingkan dengan waktu tinggal lainnya, yaitu 38.7%. Hasil penelitian ini

sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri di Panti Sosial Tresna Werdha Di Jakarta tahun 2016 didapatkan responden paling banyak tinggal dipanti selama 1-5 tahun sebesar 56.8%.²¹ Penelitian ini juga mendukung penelitian yang dilakukan oleh Maulidiansyah Di Panti Sosial Tresna Werdha Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya tahun 2017 didapatkan responden paling banyak tinggal di Panti < 5 tahun yaitu 81.3%.²²

Gambaran Tingkat Stres

Distribusi frekuensi tingkat stres pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021 dimana tingkat stres responden dalam penelitian ini didominasi oleh tingkat stres sedang, yaitu sebanyak 85.5%. Hasil yang sama juga ditemukan oleh Santosa, dkk. dalam penelitiannya di Panti Sosial Tresna Werdha Puspakarma Mataram menemukan bahwa sebanyak 61,5% lansia mengalami stres sedang.²³ Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dewi, dkk. di Panti Sosial Tresna Werdha Jara Mara Pati Singaraja Bali tahun 2020 dimana didapatkan tingkat stres terbanyak yang dimiliki oleh lansia adalah tingkat stres sedang sebesar 40.7%.²⁴

Stres yang dialami oleh lansia dipengaruhi oleh berbagai hal seperti, perubahan-perubahan fisiologis, kesepian, rasa kecewa, kecacatan yang menyebabkan gangguan kemandirian, dan masalah dalam berhubungan sosial yang kadang lansia merasa terasingkan.²⁵ Lansia dalam menghadapi berbagai stresor membutuhkan mekanisme koping yang baik yaitu upaya dalam mengatasi dan menyesuaikan diri terhadap suatu masalah. Lansia yang mampu menyesuaikan diri terhadap sesuatu yang tidak bisa ia terima, hal ini dapat menurunkan tingkat stres yang dialaminya.²³

Mekanisme koping dapat dilakukan dengan berbagai cara salah satunya dengan pendekatan spiritual.²⁶ Pendekatan spiritual merupakan hubungan transenden antara manusia kepada Tuhan-nya. Kegiatan spiritual ini dapat menurunkan tingkat stres pada seseorang, melalui kegiatan-kegiatan seperti berdo'a, meditasi, dan membaca kitab

suci.^{27,28} Lansia yang melakukan aktivitas spiritual dengan baik menjadi lebih mendekatkan diri kepada Sang Penciptanya dan menghadapi permasalahan-permasalahan dengan lebih tenang.²⁹

Mekanisme koping pada lansia juga dapat dilakukan dengan cara *Self-efficacy* dan adanya dukungan sosial. *Self-efficacy* merupakan kepercayaan terhadap kemampuan diri sendiri, sehingga lansia tidak merasa khawatir terhadap perubahan yang terjadi pada dirinya. Dukungan sosial dengan menyelenggarakan berbagai pelatihan dalam menghadapi masa transisi yang terjadi pada lansia. Kedua hal tersebut jika berjalan dengan baik dapat menurunkan tingkat stres pada lansia, sehingga lansia dapat meningkatkan kualitas hidupnya.³⁰

Panti Sosial Tresna Werdha memiliki program yang dijalankan secara teratur salah satunya bimbingan keagamaan yang dilaksanakan dua kali dalam seminggu. Bimbingan keagamaan berupa pengajian dan wirid pada agama islam, dan acara kebaktian pada agama selain islam. Program lain, lansia juga diberikan bimbingan sosial yang dilaksanakan sekali tiap minggu. Bimbingan sosial ini dilaksanakan sebagai upaya untuk membentuk hubungan sosial antar penghuni panti sosial maupun hubungan dengan petugas panti. Kegiatan bimbingan sosial dapat diberikan dengan pemaparan materi oleh petugas panti mengenai kemampuan bersosialisasi, berkomunikasi, menjalin hubungan antar sesama, dan lain-lain. Dorongan dan semangat diberikan kepada lansia agar lansia dapat menjalani hari tuanya dengan tenang dan bahagia lahir batin.³¹

Gambaran Tingkat Stroke

Distribusi frekuensi tingkat risiko stroke pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021, didapatkan tingkat stroke terbanyak yang dialami lansia adalah tingkat risiko stroke rendah dengan persentase 45.2%. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Amila, dkk tahun 2012 di Medan, didapatkan hasil mayoritas responden memiliki tingkat risiko rendah yaitu sebanyak 50%.³² Hasil penelitian berbeda dari penelitian yang dilakukan oleh Faisal, dkk. tahun 2015 di wilayah kerja

Puskesmas Rawat Inap Cempaka dimana didapatkan tingkat risiko terbanyak yang dialami responden adalah tingkat risiko sedang sebanyak 37,5%.³³ Hasil penelitian berbeda juga didapatkan oleh Hobbs, *et. al.* Tahun 2011, dimana pada lansia dengan atrial fibrilasi yang tidak mengkonsumsi warfarin sebagian besar memiliki tingkat risiko tinggi yaitu 65-69%.³⁴

Tingkat risiko stroke dapat dipengaruhi oleh beberapa hal salah satunya pola hidup atau kebiasaan yang dijalani. Pola hidup yang baik seperti pola makan yang sehat, istirahat yang cukup, pengelolaan stres yang baik, aktivitas fisik yang cukup dan mengurangi kebiasaan yang buruk dapat menurunkan risiko stroke.⁷ Peraturan Menteri Sosial telah mengatur tentang rehabilitasi pada lansia di panti sosial yang berlaku secara nasional, dimana lansia mendapatkan pelayanan bimbingan mental spiritual, pelayanan motivasi dan diagnosis psikososial, pelatihan ketrampilan dan kewirausahaan agar lansia lebih mandiri, bimbingan fisik dan kesehatan untuk memelihara dan meningkatkan kesehatan jasmani pada lansia, dan layanan rujukan agar lansia mendapat penanganan lebih lanjut.³⁵ Bimbingan fisik yang dilakukan di panti sosial berupa olahraga kebugaran jasmani/senam yang dilakukan setiap pagi sebanyak dua kali seminggu. Panti sosial juga memiliki SOP (Standar Operasional Prosedur) untuk pelayanan pangan, dimana terdapat daftar makanan yang disusun oleh ahli gizi sesuai dengan kebutuhan lansia di panti dan disertai makanan tambahan seperti *snack* 3 kali seminggu, susu satu kali seminggu dan buah setiap hari.³⁶

Hubungan Tingkat Stres dengan Tingkat Risiko Stroke

Hasil uji statistik menjelaskan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat stres dengan tingkat risiko stroke pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021. Hasil yang sama juga ditemui dalam penelitian Ramadhani dan Andriani tahun 2015 menemukan bahwa tidak ada hubungan antara tingkat stres responden dengan kejadian stroke.⁷³ Hasil yang berbeda didapatkan oleh Suwaryono dkk tahun 2019 dalam penelitiannya, hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh stres dengan

kejadian stroke di RS PKU Muhammadiyah Sruweng. Semakin berat stres yang dialami semakin besar kemungkinan mengalami stroke berulang. Stres yang buruk dapat meningkatkan risiko stroke sebesar 3,38%.¹⁰ Hasil yang berbeda juga ditemukan oleh Giri tahun 2013 dalam penelitiannya yang berjudul Faktor Risiko Kejadian Stroke menunjukkan hasil bahwa ada hubungan antara stres dengan kejadian menderita stroke.³⁷

Stres atau ketegangan jiwa dapat merangsang kelenjar anak ginjal untuk mengeluarkan hormone adrenalin, tiroksin, dan kortisol. Adrenalin yang bekerja sinergis akan menyebabkan peningkatan denyut jantung dan tekanan darah.¹⁰ Hipertensi ini apabila berlangsung lama akan merusak dinding pembuluh darah dan memicu terbentuknya plak, dimana plak merupakan faktor penting terjadinya stroke.⁷ tekanan darah yang meningkat akan membuat kerja jantung memberat akan berakibat kepada menyempitnya pembuluh darah, dimana jika terjadi penyempitan pembuluh darah di otak dapat menyebabkan stroke.¹⁰ Stres emosional yang mendadak atau *shock*, baik positif atau negatif, jika berkombinasi dengan faktor risiko lain (misalnya, aterosklerosis berat, penyakit jantung, atau hipertensi) juga dapat memicu stroke.³⁸

Tingkat stres berat yang terjadi secara kronis dapat mempengaruhi perubahan neuroendrokin pada tubuh sehingga memperburuk risiko stroke. Stres berat mengaktifkan sumbu hipotalamus-hipofisis-adrenal, menyebabkan perubahan glukokortikoid dan peningkatan katekolamin yang bersirkulasi; mempengaruhi disfungsi endotel dan aktivasi trombosit.^{39,40} Stres sedang yang timbul sekali-kali bukan merupakan faktor risiko stroke, namun stres jangka panjang dapat menyebabkan peningkatan tekanan darah dan kadar kolesterol.³⁷ Stres sedang ini hanya terjadi selama beberapa jam sampai beberapa hari saja, sehingga apabila lansia mampu mengatasi stresor pada dirinya, stres tidak akan terjadi secara berkepanjangan dan tidak akan berpengaruh kepada fungsi tubuhnya sehingga tidak akan merusak aspek fisiologisnya.⁴¹

KESIMPULAN DAN SARAN

Hasil penelitian dan paparan pembahasan tentang hubungan antara tingkat stres dengan tingkat risiko stroke pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin Tahun 2021, dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Karakteristik demografi lansia berdasarkan umur terbanyak usia 60-69 tahun, berdasarkan suku terbanyak dari suku Minangkabau, berdasarkan jenis kelamin lansia terbanyak jenis kelamin Pria, berdasarkan agama seluruh lansia beragama islam, berdasarkan tingkat pendidikan terbanyak lansia dengan pendidikan SD, berdasarkan pekerjaan sebelumnya terbanyak lansia tidak bekerja, berdasarkan penyakit komorbid lansia terbanyak tidak memiliki penyakit komorbid, dan berdasarkan lama tinggal di panti lansia terbanyak tinggal dipanti selama 1-5 tahun.
2. Tingkat stres yang lebih dominan pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021 adalah stres sedang.
3. Tingkat risiko stroke pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021 yang lebih dominan adalah tingkat risiko stroke rendah.
4. Tidak terdapat hubungan antara tingkat stres dengan tingkat risiko stroke pada lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin tahun 2021.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut di atas, maka disarankan beberapa hal sebagai berikut:

1. Para lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin diharapkan agar lebih memberikan perhatian terhadap kesehatan masing-masing, khususnya mengenai tingkat stres yang berisiko mengalami kejadian stroke.
2. Pengurus/pengelola PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin diharapkan agar dapat mengadakan kegiatan yang dapat menurunkan tingkat stress pada lansia seperti mengadakan rekreasi ke tempat wisata dan bimbingan sosial, serta juga diharapkan agar asupan nutrisi tambahan untuk lansia seperti snack dan susu bisa ditingkatkan lagi frekuensi pemberiannya.

3. Bagi institusi pelayanan kesehatan diharapkan dapat meningkatkan kegiatan penyuluhan mengenai pentingnya mengetahui tingkat stres yang berisiko mengalami kejadian stroke kepada masyarakat luas, sehingga masyarakat sadar untuk melakukan pola hidup seimbang dan memiliki inisiatif secara rutin untuk memeriksakan keadaan dirinya agar dapat mengantisipasi terjadinya penyakit tersebut maupun deteksi dini jika sudah terkena.
4. Bagi peneliti selanjutnya, diharapkan meneliti lebih dalam lagi mengenai asupan nutrisi yang diberikan kepada lansia.

DAFTAR PUSTAKA

1. Subdirektorat Statistik Pendidikan dan Kesejahteraan Sosial. Statistik Penduduk Lanjut Usia 2020. Dwi S, Sinang R, Rachmawati Y, Santoso B, editors. Indonesia: Badan Pusat Statistik; 2020. 261 p.
2. Kholifah SN. Keperawatan Gerontik Komprehensif. 1st ed. Jakarta Selatan: Pusdik SDM Kesehatan Kemenkes RI; 2016.
3. WHO. Ageing. 2019.
4. Kementrian Kesehatan RI. Infodatin: Situasi Lanjut Usia (Lansia) di Indonesia. Jakarta Selatan; 2016.
5. Kesuma N, Dharmawan D, Heni F. Gambaran faktor risiko dan tingkat risiko stroke iskemik berdasarkan stroke risk scorecard di RSUD Klungkung. *Intisari Sains Medis*. 2019;10(3):720–9.
6. Kementrian Kesehatan RI. Laporan Nasional Risdas 2018. Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan. Jakarta; 2019. p. 198.
7. Junaidi I. Stroke Waspada! Ancamannya. Tandung, editor. Yogyakarta: CV Andi Offset; 2011.
8. The Top 10 Causes of Death. World Health Organization. 2020.
9. Mutiarasari D. Ischemic Stroke: Symptoms, Risk Factors, and Prevention. *Med Tadulako, J Ilm*

- Kedokt. 2019;1(2):36–44.
10. Suwaryo PAW, Widodo WT, Setianingsih E. Faktor Risiko Yang Mempengaruhi Kejadian Stroke. *J Keperawatan*. 2019;11(4):251–60.
 11. Rahman S. Faktor-Faktor Yang Mendasari Stres Pada Lansia. *J Penelit Pendidik*. 2016;16(1).
 12. Tabroni I. Gambaran Tingkat Stres Dan Stresor Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Negeri Riau. *J Keperawatan*. 2021;13(1):149–64.
 13. Jenau SRB. Pengaruh Meditasi Pernapasan Terhadap Tingkat Stres Lansia Selama Masa Pandemi Covid-19 Di Uptd Kesejahteraan Sosial Budi Agung Kupang. Universitas Citra Bangsa Kupang; 2021.
 14. Imaniyah N. Tingkat Kognitif Pada Lansia Di Balai Pelayanan Sosial Lanjut Usia Bisma. 2016;
 15. Berutu R. Efektivitas Pelaksanaan Model Pelayanan Reguler Bagi Lanjut Usia di Unit Pelaksana Teknis (UPT) Pelayanan Sosial Lanjut Usia Wilayah Binjai dan Medan. Univ Sumatera Utara. 2017;
 16. Ngadiran A. Hubungan Karakteristik (Umur, Pendidikan, Dan Lama Tinggal Di Panti) Dengan Tingkat Kecemasan Lansia. *J Ilmu Kesehat Immanuel*. 2020;13(2):104.
 17. Rohaedi S, Putri S, Karimah A. Tingkat Kemandirian Lansia Dalam Activities Daily Living Di Panti Sosial Tresna Werdha Senja Rawi. *Pendidik Keperawatan Indones*. 2016;2(1):16–21.
 18. Destarina V, Agrina, Dewi Y. Gambaran Spiritualitas Lansia Di Panti Sosial Tresna Werdha Khusus Khotimah Pekanbaru. *JOM PSIK*. 2015;1–8.
 19. Putri L. Gambaran Kualitas Hidup Lansia Di Upt. Pelayanan Sosial Lanjut Usia Binjai Tahun 2017. Univ Sumatera Utara. 2018;44–8.
 20. Indarti Y, Huroniyah F. Kaitan Antara Depresi Dan Status Gizi Pada Lansia Di Upt Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember. *Fenomena*. 2021;20(2):115–28.
 21. Putri SI, Fitriyani P. Gambaran Tingkat Depresi Lansia yang Melakukan Senam Di Panti Sosial Tresna Werdha di Jakarta. *J Keperawatan Indones*. 2016;19(2):92–9.
 22. Maulidiansyah M, Rachmadi F, Fahdi FK. Pengaruh terapi wudhu sebelum tidur terhadap skor kecemasan pada lanjut usia di Panti Sosial Tresna Werdha Mulia Dharma Kabupaten Kubu Raya. *J Ilmu Keperawatan*. 2017;1–13.
 23. Santosa dkk. Pengaruh Teknik Manajemen Stress Terhadap Penurunan Tingkat Stress Pada Lansia di Panti Sosial Tresna Werdha Puspakrma Mataram. *Prima*. 2016;2(2):31–44.
 24. Dewi NPRI, Lestari NKY, Dewi NLPT. Korelasi Tingkat Stres Dengan Kualitas Tidur Lansia. *Bali Med J*. 2020;7(1):61–8.
 25. Moradi Z, Far Ajallah Bike Nouri M, Mohammadi M, Esfandnia F, Taovsi P, Esfandnia A. Evaluation of stress factors among the elderly in the nursing homes for the elderly (Eram and Mother) in Kermanshah, in 2015. *J Med Life*. 2015;8(Spec Iss 3):146–50.
 26. Levak S. Commentary on “Spirituality and Stress Management in Healthy Adults.” *J Holist Nurs*. 2006;24:254–5.
 27. Potter, Perry. Buku Ajar Fundamental Keperawatan Konsep, Proses, dan Praktik. 4th ed. Adrina, editor. Jakarta: EGC; 2005.
 28. Stanley, Beare. Buku Ajar Keperawatan Gerontik. 2nd ed. Juniarti, Kurnianingsih, editors. Jakarta: EGC; 2007.
 29. Amir F, Indriyani D. Hubungan Perilaku Spiritual dengan Tingkat Stres pada Lansia di Dusun Lumbung desa Bataan Kecamatan Tenggara Bondowoso. 2011;(13):1–12.
 30. Tovel H, Carmel S. Maintaining Successful Aging: The Role of Coping Patterns and Resources. *J Happiness Stud*. 2014;15(2):255–70.
 31. Afriansyah A, Meilanny D, Santoso B. Pelayanan Panti Werdha Terhadap Adaptasi Lansia. 2019;2:190–8.

32. Amila, Sinaga J, Sembiring E. Pencegahan Stroke Berulang Melalui Pemberdayaan Keluarga Dan Modifikasi Gaya Hidup. *J Abdimas*. 2019;22(2):143–50.
33. Faisal H, Rachmawati K, Musafaah. Tingkat Faktor Risiko Stroke Dengan Pengetahuan. 2015;3(2).
34. Hobbs FDR, Roalfe AK, Lip GYH, Fletcher K, Fitzmaurice DA, Mant J. Performance of stroke risk scores in older people with atrial fibrillation not taking warfarin: Comparative cohort study from BAFTA trial. *Bmj*. 2011;343(7815):1–13.
35. Menteri Sosial. Peraturan Menteri Sosial Republik Indonesia. 5 Indonesia; 2018.
36. Dinsos NTB. SOP PSTW. 2010;
37. Udani G. Faktor Resiko Kejadian Stroke. *J Kesehat Metro Sai Wawai*. 2013;4(1):49–57.
38. Udani, Giri. Faktor resiko kejadian stroke. *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawai*, 2013. Volume 6:1.
39. McEwen BS. Brain on stress: How the social environment gets under the skin. *Proc Natl Acad Sci U S A*. 2012;109(SUPPL.2):17180–5.
40. Poitras VJ, Pyke KE. The impact of acute mental stress on vascular endothelial function: Evidence, mechanisms and importance. *Int J Psychophysiol*. 2013;88(2):124–35.
41. Priyoto. Konsep Manajemen Stress. Yogyakarta: Nuha Medika; 2014.