

HUBUNGAN ANTARA GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN STROKE ISKEMIK DI RSUD A. TENRIAWARU BONE TAHUN 2023

Fitriah^{1*}, Achmad Harun Muchsin², Wahida Ratnawati³, Hasmawati Basir⁴, Asrini Safitri⁵

Program Studi Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia¹

Departemen Neurologi Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia^{2,3,4}

Departemen Ilmu Gizi Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia⁵

*Corresponding Author : fijefii@gmail.com

ABSTRAK

Stroke merupakan salah satu jenis penyakit tidak menular dan penyebab kematian nomor dua di seluruh dunia. Peningkatan signifikan terhadap jumlah pasien stroke iskemik selama tiga bulan berturut-turut terjadi di rawat jalan di RSUD A. Tenriawaru Bone. Fokus riwayat medis pada pasien dengan stroke iskemik diawali dari pola hidup yang tidak sehat (pola makan, kebiasaan merokok, tingkat stres). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara gaya hidup dengan kejadian stroke iskemik di RSUD A. Tenriawaru Bone tahun 2023. Penelitian ini menggunakan studi analitik dengan metode *cross sectional* dengan menggunakan data primer yang diambil dari RSUD A. Tenriawaru Bone, Kabupaten Bone, Provinsi Sulawesi Selatan dan dianalisis menggunakan uji *chi-square* untuk bivariat dan uji regresi logistik berganda untuk multivariat. Berdasarkan hasil analisis data, diperoleh pola makan yang buruk memiliki hubungan yang bermakna terhadap kejadian stroke iskemik dengan risiko 2,7 kali lebih besar dibandingkan yang memiliki pola makan baik, kebiasaan merokok berat memiliki hubungan yang bermakna terhadap kejadian stroke iskemik dengan risiko 11,44 kali lebih besar dibandingkan yang tidak merokok, dan tingkat stres parah memiliki hubungan yang bermakna terhadap kejadian stroke iskemik dengan risiko 3,26 kali lebih besar dibandingkan yang tidak stres. Terdapat hubungan yang bermakna antara gaya hidup dengan kejadian stroke iskemik di RSUD A. Tenriawaru Bone Tahun 2023.

Kata kunci : merokok, pola makan, stres, stroke

ABSTRACT

Stroke is a type of non-communicable disease and the second leading cause of death worldwide. A significant increase in the number of ischemic stroke patients for three consecutive months occurred in outpatient care at A. Tenriawaru Bone Regional Hospital. The focus of medical history in patients with ischemic stroke begins with unhealthy lifestyle patterns (eating patterns, smoking habits, stress levels). This study aims to determine the relationship between lifestyle and the incidence of ischemic stroke in RSUD A. Tenriawaru Bone in 2023. This research uses an analytical study with a cross sectional method using primary data taken from RSUD A. Tenriawaru Bone, Bone Regency, South Sulawesi Province and analyzed using the chi-square test for bivariate and multiple logistic regression test for multivariate. Based on the results of data analysis, it was found that poor eating patterns had a significant relationship to the incidence of ischemic stroke with a risk 2.7 times greater than those who had a good diet, heavy smoking habits had a significant relationship to the incidence of ischemic stroke with a risk of 11.44 times. greater than those who do not smoke, and the level of severe stress has a significant relationship to the incidence of ischemic stroke with a risk of 3.26 times greater than those who are not stressed. There is a significant relationship between lifestyle and the incidence of ischemic stroke at A. Tenriawaru Bone Hospital in 2023.

Keywords : smoking, diet, stress, stroke

PENDAHULUAN

Stroke merupakan salah satu jenis penyakit tidak menular dan penyakit degeneratif, yang didefinisikan sebagai gangguan neurologis yang berkaitan dengan cedera vaskular dari sistem

saraf pusat(Wijianto and Yuda, 2023). Stroke iskemik disebabkan oleh kekurangan suplai darah dan oksigen ke otak. Oklusi iskemik berkontribusi pada sekitar 85% dari korban pada pasien stroke yang menghasilkan kondisi trombotik dan emboli di otak. (Kuriakose and Xiao, 2020). Fokus riwayat medis pada pasien dengan stroke iskemik adalah faktor risiko atherosklerotik dan penyakit jantung, meliputi hipertensi, diabetes mellitus, merokok, dyslipidemia, riwayat penyakit arteri coroner yang semuanya diawali dari pola hidup yang tidak sehat (Ramdany, 2022).

Berdasarkan hasil Risesdas tahun 2018 prevalensi stroke di Indonesia meningkat seiring meningkatkan usia. Daerah Sulawesi Selatan juga menunjukkan adanya peningkatan kejadian stroke dan menduduki posisi ke-3 di provinsi Sulawesi dengan prevalensi stroke 10.6% (Kementerian Kesehatan RI, 2018). Kabupaten Bone merupakan salah satu kabupaten yang berada di pesisir timur Sulawesi Selatan yang mempunyai garis pantai sepanjang 138 Km yang memanjang dari Utara ke Selatan di pesisir Teluk Bone (Pemerintah Kabupaten Bone, 2022). Faktor lingkungan yang berbatasan langsung dengan laut, dan kurangnya kesadaran diri membuat masyarakat terancam menderita hipertensi yang merupakan faktor pemicu terjadinya penyakit stroke (Ali, Hiola and Tumulo, 2021).

Peningkatan signifikan terhadap jumlah pasien stroke iskemik selama tiga bulan berturut-turut terjadi di rawat jalan di RSUD A. Tenriawaru Bone. Pada penelitian yang dilakukan oleh (Ramdany, 2022) ditemukan bahwa gaya hidup seperti pola makan dan merokok memiliki hubungan yang bermakna sebagai faktor risiko terhadap kejadian penyakit stroke di RSUD A. Tenriawaru Bone. Beberapa peneliti juga menyebutkan adanya hubungan resiko penyakit stroke dan stres dalam kehidupan seseorang. Stres merupakan penyebab pelepasan hormon adrenalin dan pemacu jantung untuk berdetak lebih cepat, sehingga tekanan darah meningkat. Upaya penanganan stres dapat mempengaruhi hal lainnya termasuk resiko terjadinya hipertensi, penyakit jantung dan stroke (Financia, 2020).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara gaya hidup dengan kejadian stroke iskemik di RSUD A. Tenriawaru Bone tahun 2023.

METODE

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif observasional menggunakan analitik dengan metode pendekatan cross-sectional. Penelitian ini dilakukan pada bulan Desember 2023 di RSUD A. Tenriawaru Bone. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh pasien rawat jalan yang terdiagnosa menderita penyakit stroke iskemik pada bulan Juni – Desember 2022 dan terdata di bagian rekam medik RSUD A. Tenriawaru Bone. Sampel dalam penelitian ini dibagi dalam dua kelompok, yaitu kelompok kasus dan kelompok kontrol. Kelompok kasus adalah pasien yang terdiagnosa menderita penyakit stroke iskemik dan kelompok kontrol adalah pasien yang terdiagnosa bukan stroke, hipertensi, dan DM yang menjalani rawat jalan di RSUD A. Tenriawaru Bone dengan menggunakan teknik *simple random sampling*. *Simple random sampling* atau sampel acak sederhana merupakan teknik pengambilan sampel yang memberikan kesempatan yang sama kepada populasi untuk dijadikan sampel. Jumlah sampel masing-masing 103 kasus dan 103 kontrol dengan perbandingan 1:1, sehingga jumlah keseluruhan sampel sebanyak 206 orang.

Penelitian dilakukan dengan cara wawancara menggunakan kuesioner untuk mendapatkan data tentang pola makan, perilaku merokok, dan tingkat stres pada pasien stroke iskemik di RSUD A. Tenriawaru Bone, Kabupaten Bone, Provinsi Sulawesi Selatan. Variabel penelitian meliputi pola makan, kebiasaan merokok dan tingkat stress. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji statistik *Chi Square* dengan tingkat kemaknaan $\alpha < 0.05$ untuk bivariat dan uji regresi logistik berganda untuk multivariat. Penelitian ini telah disetujui oleh Komite Etik Penelitian Fakultas Kedokteran Universitas Muslim Indonesia.

HASIL

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara gaya hidup dengan kejadian stroke iskemik di RSUD A. Tenriawaru Bone tahun 2023 berdasarkan pola makan, kebiasaan merokok dan tingkat stres. Penelitian dilaksanakan di RSUD A. Tenriawaru Bone dengan data primer berupa kuisioner yang dibagikan dari 206 sampel yang terpilih.

Analisis Univariat**Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden di RSUD A. Tenriawaru Bone tahun 2023**

Karakteristik		Sampel				Jumlah	
		Kasus		Kontrol		N	%
		N	%	N	%		
Jenis Kelamin	Laki - Laki	52	50,5	48	46,6	100	48,6
	Perempuan	51	49,5	55	53,4	106	51,4
Umur	< 40 Tahun	3	2,9	4	3,9	7	3,4
	41 – 60 Tahun	58	56,3	57	55,3	115	55,8
	> 60 Tahun	42	40,8	42	40,8	84	40,8
Total		100	103	103	100	206	100

Berdasarkan tabel 1 distribusi karakteristik responden menunjukkan bahwa dari 206 responden yang diwawancarai, proporsi tertinggi berdasarkan jenis kelamin ditemukan pada jenis kelamin perempuan yaitu sebanyak 106 orang (51,4%). Selain itu, sebagian besar responden berada pada rentang usia 41 – 60 tahun yaitu sebanyak 115 orang (55,8%).

Analisis Bivariat**Tabel 2. Hubungan Antara Gaya Hidup dengan Kejadian Stroke Iskemik di RSUD A. Tenriawaru Bone tahun 2023**

Variabel	Kategori	Sampel				Jumlah		P value
		Kasus		Kontrol		N	%	
		N	%	N	%			
Pola makan	Baik	34	33,0	57	55,3	91	44,1	0,002
	Buruk	69	67,0	46	44,7	115	55,9	
Kebiasaan merokok	Tidak merokok	55	53,4	77	74,8	132	64,1	0,003
	Ringan	7	6,8	8	7,7	15	7,3	
	Sedang	26	25,2	14	13,6	40	19,4	
	Berat	15	14,6	4	3,9	19	9,2	
Tingkat Stres	Normal	39	37,8	62	60,2	101	49,0	0,013
	Ringan	22	21,4	17	16,5	39	19,0	
	Sedang	25	24,3	15	14,6	40	19,4	
	Berat	17	16,5	9	8,7	26	12,6	

Tabel 2 menunjukkan bahwa responden yang pola makannya baik namun mengalami stroke iskemik sebanyak 34 responden (33%) dan responden yang pola makannya baik serta tidak mengalami stroke iskemik sebanyak 57 responden (55,3%) sedangkan responden yang pola makannya buruk serta mengalami stroke iskemik sebanyak 69 responden (67%) dan responden yang pola makannya buruk namun tidak mengalami stroke iskemik sebanyak 46 responden (44,7%). Dari hasil uji *Pearson Chi-Square* SPSS versi 16,0, di dapatkan nilai $p=0,002$ dengan tingkat kemaknaan $\alpha < 0,05$ hal ini membuktikan bahwa nilai $p < \alpha$ berarti ada hubungan antara kebiasaan pola makan dengan kejadian stroke iskemik.

Selanjutnya berdasarkan variabel kebiasaan merokok, responden yang memiliki kebiasaan merokok ringan serta mengalami stroke iskemik sebanyak 7 responden (6,8%) dan responden yang memiliki kebiasaan merokok ringan namun tidak mengalami stroke iskemik sebanyak 8 responden (7,7%). Responden yang memiliki kebiasaan merokok sedang serta mengalami stroke iskemik sebanyak 26 responden (25,2%) dan responden yang memiliki kebiasaan merokok sedang namun tidak mengalami stroke iskemik sebanyak 14 responden (13,6%). Responden yang memiliki kebiasaan merokok berat serta mengalami stroke iskemik sebanyak 15 responden (14,6%) dan responden yang memiliki kebiasaan merokok berat namun tidak mengalami stroke iskemik sebanyak 4 responden (3,9%). Sedangkan responden yang tidak merokok namun mengalami stroke iskemik sebanyak 55 responden (53,4%) dan responden yang tidak merokok serta tidak mengalami stroke iskemik sebanyak 77 responden (74,8%). Dari hasil uji *Pearson Chi-Square* SPSS versi 16,0, di dapatkan nilai $p=0.003$ dengan tingkat $\alpha < 0,05$ kemaknaan hal ini membuktikan bahwa nilai $p < \alpha$ berarti ada hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian stroke iskemik.

Sementara itu untuk variabel tingkat stres, diperoleh hasil analisa yaitu 101 responden tidak stres (normal) dimana 62 responden (60,2%) tidak mengalami kejadian stroke iskemik dan 39 responden (37,8%) mengalami kejadian stroke iskemik. Sedangkan responden yang memiliki tingkat stres ringan serta mengalami stroke iskemik sebanyak 22 responden (21,4%) dan responden yang memiliki tingkat stres ringan namun tidak mengalami stroke iskemik sebanyak 17 responden (16,5%). Responden yang memiliki tingkat stres sedang serta mengalami stroke iskemik sebanyak 25 responden (24,3%) dan responden yang memiliki tingkat stres sedang namun tidak mengalami stroke iskemik sebanyak 15 responden (14,6%). Responden yang memiliki tingkat stres parah serta mengalami stroke iskemik sebanyak 17 responden (16,5%) dan responden yang memiliki tingkat stres parah namun tidak mengalami stroke iskemik sebanyak 9 responden (8,7%). Dari hasil uji *Pearson Chi-Square* SPSS versi 16,0, di dapatkan nilai $p=0.013$ dengan tingkat $\alpha < 0,05$ kemaknaan hal ini membuktikan bahwa nilai $p < \alpha$ berarti ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian stroke iskemik.

Analisis Multivariat

Analisis multivariat ini dilakukan dengan analisis regresi logistik ganda dengan model determinan. Pemodelan ini bertujuan untuk memperoleh model yang terdiri dari beberapa variabel independen yang dianggap terbaik untuk memprediksi kejadian variabel dependen. Dari hasil analisis dengan multivariat dengan regresi logistik menghasilkan p value masing - masing variabel. Variabel yang p value $> 0,05$ ditandai dan dikeluarkan satu- persatu dari model, hingga seluruh variabel yang p value $> 0,05$ hilang dan didapatkan hasil sebagai berikut

Tabel 3. Pemodelan Akhir Regresi Logistik Ganda

Variabel	Unstandardized Coefficients		Wald	df	Pvalue	Exp(B)	95%CI
	B	S.E.					
Pola Makan (Buruk)	0,99	0,32	9,58	1	0,002	2,7	1,44 -5,07
Merokok Sedang	1,86	0,82	5,17	1	0,023	6,48	1,29 -32,4
Merokok Berat	2,43	0,72	11,26	1	0,001	11,44	2,75 -47,53
Stres Parah	1,18	0,49	5,76	1	0,016	3,26	1,24 -8,55

Pola Makan

Hasil analisis didapatkan Odds Ratio dari variabel kebiasaan pola makan buruk adalah 2,7 artinya responden yang memiliki pola makan buruk memiliki risiko 2,7 kali untuk mengalami kejadian stroke iskemik dibandingkan responden yang memiliki pola makan baik, dimana p

value $0,002 < 0,05$ yang berarti ada hubungan antara pola makan buruk dengan kejadian stroke iskemik.

Kebiasaan Merokok

Hasil analisis didapatkan Odds Ratio dari variabel kebiasaan merokok sedang adalah 6,48 artinya responden yang memiliki kebiasaan merokok sedang memiliki risiko 6,48 kali untuk mengalami kejadian stroke iskemik dibandingkan responden yang tidak merokok, dimana *p value* $0,023 < 0,05$ yang berarti ada hubungan antara kebiasaan merokok sedang dengan kejadian stroke iskemik. Sementara itu untuk variabel kebiasaan merokok berat dari hasil analisis didapatkan Odds Ratio dari variabel kebiasaan merokok berat adalah 11,44 artinya responden yang memiliki kebiasaan merokok berat memiliki risiko 11,44 kali untuk mengalami kejadian stroke iskemik dibandingkan responden yang tidak merokok, dimana *p value* $0,001 < 0,05$ yang berarti ada hubungan antara kebiasaan merokok berat dengan kejadian stroke iskemik.

Tingkat Stres

Hasil analisis didapatkan Odds Ratio dari variabel tingkat stres parah adalah 3,26 artinya responden yang memiliki tingkat stres parah memiliki risiko 3,26 kali untuk mengalami kejadian stroke iskemik dibandingkan responden yang tidak stres, dimana *p value* $0,016 < 0,05$ yang berarti ada hubungan antara tingkat stres parah dengan kejadian stroke iskemik.

PEMBAHASAN

Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Stroke Iskemik

Dari hasil uji regresi logistik ganda, di dapatkan responden yang memiliki pola makan buruk memiliki risiko 2,7 kali untuk mengalami kejadian stroke iskemik dibandingkan responden yang memiliki pola makan baik. Menurut peneliti, sebagian besar responden memiliki pola makan buruk disebabkan sebagian besar responden kemungkinan belum memahami betapa pentingnya menjaga pola makan. Berdasarkan jawaban hasil wawancara terhadap responden kebanyakan responden mengkonsumsi bahan makanan yang mengandung tinggi garam, tinggi gula, tinggi lemak dan kolesterol dalam kategori sering yaitu 3- 6 kali perminggu dimana hal tersebut berhubungan dengan beberapa faktor risiko stroke seperti hipertensi yang merupakan salah satu faktor risiko paling tinggi penyebab serangan stroke. Hal tersebut disebabkan selain karena responden kurang membatasi konsumsi makan makanan yang mengandung kolesterol dan tinggi garam seperti ikan asin, jeroan, seafood, ataupun makanan yang siap saji dan makanan yang diolah dengan cara di goreng atau makanan yang bersantan, bahan makanan tersebut juga murah dan mudah ditemukan atau dijangkau oleh masyarakat sehingga membuat frekuensi konsumsi makanan tinggi garam dan tinggi lemak menjadi tinggi. Dalam penelitian ini, perilaku konsumsi responden juga didasari oleh kondisi geografis dari Kabupaten Bone yang berbatasan dengan laut sehingga membuat masyarakat dalam kehidupan sehari-hari sering mengkonsumsi makanan hasil laut.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Novita Cahyani dkk tahun 2020 yang menyatakan bahwa responden yang memiliki pola makan tidak sehat lebih banyak mengalami stroke non hemoragik dibandingkan dengan yang mengalami stroke hemoragik. Novita mengatakan hal tersebut disebabkan banyak responden mengatakan tidak mengatur pola makanya dan makan dalam jumlah banyak dan tidak ada pantangan memakan makanan yang di inginkan seperti daging dan gorengan (Cahyani, Hasriana and Anisa, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian juga diperoleh sebagian responden dengan pola makan baik namun mengalami kejadian stroke iskemik sebanyak 24 orang (23,3%). Hal ini dapat disebabkan karena stroke dapat disebabkan oleh faktor lain selain pola makan, misalnya

aktivitas fisik yang kurang sehingga menyebabkan risiko obesitas, hipertensi dan stroke. Selain itu terdapat sebagian responden dengan pola makan buruk namun tidak mengalami kejadian stroke iskemik yaitu sebanyak 36 orang (35%). Hal ini dapat disebabkan karena walaupun responden memiliki pola makan yang buruk namun selalu rutin melakukan kegiatan fisik sehingga tekanan darah terkontrol dan menjadi tidak berisiko mengalami kejadian stroke iskemik. Hal ini sesuai dengan pendapat (Ekawati *et al.*, 2021) bahwa beberapa studi menunjukkan bahwa pengendalian faktor risiko akan menurunkan angka kejadian stroke. Faktor penyebab stroke yang dapat dimodifikasi antara lain adalah pola makan atau diet yang tidak sehat.

Sama halnya dengan penelitian (Buwani and Suryanti, 2018) yang juga menyatakan bahwa pola makan yang buruk memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian stroke serta memiliki peluang 9,6 kali lebih besar untuk terkena stroke dibandingkan orang yang memiliki pola makan sehat.

Pada penelitian ini juga didapatkan hasil proporsi responden dengan pola makan baik, sebagian besar cenderung tidak mengalami kejadian stroke iskemik sebanyak 67 orang (65%). Konsumsi makanan yang mengandung lemak berlebihan akan menyebabkan penimbunan kolestererol dimana kadar kolesterol lama kelamaan akan meningkat di dalam darah. Kadar kolesterol darah yang tinggi dapat mengakibatkan terjadinya endapan kolesterol dalam dinding pembuluh darah. Penimbunan dari endapan kolesterol tersebut apabila terakumulasi akan mempersempit lumen pembuluh darah dan menyebabkan tekanannya menjadi tinggi. Sedangkan mengkonsumsi makanan dengan kandungan garam yang tinggi dapat meretensi cairan didalam vaskuler. Meningkatnya cairan di dalam sistem pembuluh akan mengakibatkan jantung harus bekerja lebih kuat yang berarti jantung harus memompa lebih giat sehingga tekanan darah akan naik. Tingginya tekanan darah dan juga risiko sumbatan dari endapan kolesterol akan menyebabkan risiko kejadian stroke.

Menjaga pola makan dengan baik sangat penting untuk mencegah risiko terjadinya stroke. Untuk itu diperlukan peningkatan pengetahuan bagi masyarakat tentang bagaimana mengatur pola makan yang baik tersebut dengan peran serta dari petugas kesehatan melalui tindakan preventif yaitu penyuluhan kesehatan khususnya kepada penderita stroke (Trismiyana and Sari, 2021).

Namun (Maukar, Ismanto and Kundre, 2016) berpendapat pola makan baik juga masih memiliki kemungkinan besar terjadinya stroke non hemoragik, disebabkan oleh faktor kombinasi. Hal ini menunjukkan bahwa stroke non hemoragik merupakan penyakit yang mempunyai banyak penyebab (*multifactorial cause*). Semakin banyak faktor resiko yang dipunyai, semakin tinggi kemungkinan mendapatkan stroke non hemoragik. Hipertensi merupakan faktor resiko yang paling penting terhadap stroke, baik stroke hemoragik maupun stroke non hemoragik. Kurang olahraga juga bisa mengakibatkan stroke non hemoragik karena kurang olahraga beresiko terkena penyakit jantung dan stroke meningkat sebesar 50 persen. Serta riwayat keturunan juga mempengaruhi terkena stroke karena secara genetis terdapat peningkatan resiko jantung dan stroke bila ada penderita dari keluarga dengan hubungan darah langsung.

Hubungan Kebiasaan Merokok dengan Kejadian Stroke Iskemik

Berdasarkan hasil analisis uji regresi logistik ganda di dapatkan responden yang memiliki kebiasaan merokok sedang memiliki risiko 6,48 kali (p value $0,023 < 0,05$) untuk mengalami kejadian stroke iskemik. Sementara itu, pada variable kebiasaan merokok berat memiliki risiko 11,44 kali untuk mengalami kejadian stroke iskemik dibandingkan responden yang tidak merokok, dimana p value $0,001 < 0,05$. Hasil penelitian ini mencerminkan suatu hubungan yang berbanding lurus yang berarti semakin buruk kebiasaan merokok seseorang maka semakin berpeluang orang tersebut untuk mengalami kejadian stroke iskemik. Sehingga

variabel kebiasaan merokok berat merupakan variabel yang paling besar pengaruhnya terhadap kejadian stroke iskemik di RSUD A.Tenriawaru Bone tahun 2023.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Ramdany, 2022) yang juga melakukan penelitiannya di RSUD A. Tenriawaru Bone dan mendapatkan hasil bahwa kebiasaan merokok memiliki hubungan yang bermakna sebagai faktor risiko terhadap kejadian penyakit stroke dengan risiko 2,275 kali lebih besar dibandingkan yang tidak merokok. Orang yang memiliki perilaku merokok lebih besar kemungkinannya untuk terkena stroke karena kadar kandungan dalam asap rokok dapat menyebabkan kerusakan endotelial pembuluh darah. Hal ini sejalan dengan penelitian (Sampebulu, Sudiro and Zamrud, 2020) menyatakan dari 20 responden (30,8 %) terdapat 13 orang (20 %) yang merupakan perokok berat dan mengalami stroke.

Kejadian stroke dapat disebabkan oleh gaya hidup yang kurang baik seperti pola makan tidak teratur atau kurang baik, merokok, kurang aktifitas dan lain sebagainya. (Simbolon, Simbolon and Siringo-ringo, 2018) dalam penelitiannya mendapatkan hubungan antara faktor merokok dengan kejadian stroke berulang dan serangan stroke pertama sekali juga disebabkan oleh karena banyaknya jumlah rokok yang dihisap setiap hari.

Menurut (Shagnez Dwi Putri, 2018) pasien stroke iskemik dengan kebiasaan merokok memiliki kemungkinan 4,5 kali lebih besar untuk menderita stroke derajat sedang-berat dibandingkan dengan pasien stroke iskemik yang tidak merokok. berhenti merokok terbukti menurunkan insiden stroke. Selain itu, merokok bisa mengurangi kadar HDL dan meningkatkan kadar LDL, sehingga pengaruh merokok terhadap stroke tidak terjadi secara langsung, melainkan melalui peningkatan kadar kolesterol darah. Hal ini yang memungkinkan adanya keterkaitan secara tidak langsung antar merokok dengan angka terjadi stroke hemoragik maupun stroke non hemoragik (Utomo, 2022).

Namun (Wibowo, An and Yanti, 2019) menemukan hasil yang berbeda. Uji statistik menunjukkan tidak terdapat hubungan antara derajat merokok dengan kejadian stroke di RSUD Abdul Azis Singkawang ($p=0.689$) hal ini dikarenakan bahwa merokok tidak hanya terkait dengan resiko stroke, tetapi juga merupakan faktor resiko penyakit vaskular lainnya.

Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Stroke Iskemik

Pada penelitian ini diperoleh hasil dari hasil uji regresi logistic ganda responden yang memiliki tingkat stres parah memiliki risiko 3,26 kali untuk mengalami kejadian stroke iskemik dibandingkan responden yang tidak stres, dimana $p\ value\ 0,016 < 0,05$ yang berarti ada hubungan antara tingkat stres parah dengan kejadian stroke iskemik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Buwani and Suryanti, 2018) yang mendapatkan hasil bahwa responden yang stres mengalami kejadian stroke sebanyak 94,7%. Responden yang mengalami stres disebabkan karena beban kerja yang berlebihan, kurang berpikir positif terhadap dirinya sendiri. Responden yang stres berpeluang 25,2 kali untuk kejadian stroke dibandingkan responden yang tidak stres. Semakin berat tingkat stres seseorang maka perilaku pencegahan stroke seseorang akan menjadi semakin kurang. Stres yang berkepanjangan dapat membuat seseorang memilih coping yang tidak sehat, seperti istirahat yang tidak cukup, diet yang tidak benar, penggunaan tembakau, mengkonsumsi alkohol, kafein dan lain sebagainya. Stres juga dapat menyebabkan seseorang mengabaikan tanda peringatan penyakit dan kegagalan mengikuti pengobatan atau terapi yang dianjurkan (Sukma, Aminah and Koswara, 2020).

Menurut (Setiawan, 2018) terdapat hubungan antara tingkat stres terhadap kejadian stroke non hemoragik dimana responden yang mengalami stress memiliki 6,476 kali resiko untuk mengalami kejadian stroke. Hal ini disebabkan pada orang stres sangat mempengaruhi terjadinya stroke akibat stresor dan respons fisiologis tidak baik. Hasil yang sama juga ditemukan oleh (Masriana, Muammar and Yahya, 2021) yang memperoleh nilai $p\ 0,004 < \alpha =$

0,05 artinya ada pengaruh antara stres dengan kejadian stroke di Rumah Sakit Cut Meutia Kabupaten Aceh Utara. Stres dapat merangsang pelepasan hormon adrenalin dan memacu jantung untuk berdetak lebih cepat dan lebih kuat, sehingga tekanan darah akan berakibat pada tidak stabilnya tekanan darah. Jika darah tersebut menuju pembuluh darah halus di otak untuk memasok oksigen ke otak dan pembuluh darah tidak lentur dan tersumbat maka hal ini dapat mengakibatkan resiko terkena serangan stroke.

Sementara itu (Ramadhani and Adriani, 2018) mendapatkan hasil bahwa responden yang mengalami stroke (kelompok kasus) lebih banyak yang mengalami stres ringan–sedang daripada yang mengalami stres berat. Seseorang yang telah mengalami stress > 1 tahun terakhir memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian stroke iskemik. Namun (Dewi, Mona and Setiawati, 2022) mendapatkan hasil yang berbeda dalam penelitiannya yang dilakukan terhadap penderita stroke dengan usia lansia. Dalam penelitiannya didapatkan bahwa tidak terdapat hubungan tingkat risiko stroke pada lansia. 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. 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.

KESIMPULAN

Setelah melakukan penelitian mengenai hubungan antara gaya hidup dengan kejadian stroke iskemik di RSUD A. Tenriawaru Bone tahun 2023, maka dapat ditarik kesimpulan bahwa pola makan yang buruk memiliki hubungan yang bermakna terhadap kejadian stroke iskemik, kebiasaan merokok berat memiliki hubungan yang paling bermakna terhadap kejadian stroke iskemik, dan tingkat stres parah memiliki hubungan yang paling bermakna terhadap kejadian stroke iskemik.

UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih pada semua pihak yang telah berkontribusi dalam penyelesaian penelitian ini, semoga hasil penelitian ini bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan kedepan serta dapat bermanfaat untuk bahan pertimbangan dalam usaha mengurangi kejadian stroke iskemik.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, I. H., Hiola, T. T. and Tumulo, I. (2021) ‘Gambaran Umum Penyakit Hipertensi di Puskesmas Bone Pantai Tahun 2020’, *Journal of Noncommunicable Disease*, 1(1), p. 24. doi: 10.52365/jond.v1i1.223.
- Buwani, D. A. and Suryanti, A. (2018) ‘Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Stroke Usia Remaja dan Dewasa Muda di Poliklinik Neurovaskular Rumah Sakit Pusat Otak Nasional’, *Universitas Muhammadiyah Jakarta*, 26.
- Cahyani, N., Hasriana and Anisa, N. R. (2020) ‘Pengaruh Pola Makan dan Hipertensi Terhadap Kejadian Penyakit Stroke Di Rumah Sakit Khusus Daerah Provinsi Sulawesi Selatan’, *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 15(2), pp. 117–123.
- Dewi, F., Mona, L. and Setiawati, E. (2022) ‘Hubungan Tingkat Stres dengan Tingkat Risiko Stroke pada Lansia di PSTW Sabai-Nan-Aluih Sicincin Tahun 2021’, *Jurnal Kedokteran Nanggroe Medika*, 5(4), pp. 10–21. doi: <https://doi.org/10.35324/jknamed.v5i4.205>.

- Ekawati, F. A. *et al.* (2021) 'Efektivitas Perilaku Cerdik dan Patuh untuk Mencegah Stroke Berulang', *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(1), pp. 118–126. doi: 10.35816/jiskh.v10i1.530.
- Financia, I. (2020) 'Hubungan Stres dan Gaya Hidup dengan Kualitas Hidup Pasien Stroke di Rsi Sultan Agung Semarang', (1), pp. 430–439.
- Kementerian Kesehatan RI (2018) 'Riset Kesehatan Dasar (RIKESDAS)', in. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Kementerian RI. Available at: <http://www.yankes.kemkes.go.id/assets/downloads/PMK No. 57 Tahun 2013 tentang PTRM.pdf>.
- Kuriakose, D. and Xiao, Z. (2020) 'Pathophysiology and Treatment of Stroke: Present Status and Future Perspectives', *International Journal of Molecular Sciences*, 21(20), pp. 1–24. doi: doi:10.3390/ijms21207609.
- Masriana, Muammar and Yahya, M. (2021) 'Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Terjadinya Stroke Pada Pasien', *Darussalam Indonesian Journal of Nursing and Midwifery*, 3, pp. 55–66.
- Maukar, M., Ismanto, A. and Kundre, R. (2016) 'Hubungan Pola Makan Dengan Kejadian Stroke Non Hemoragik Di Irina F Neurologi Rsup. Prof. Dr. R. D. Kandou Manado', *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 2(2), pp. 1–16.
- Pemerintah Kabupaten Bone (2022) 'Geografi dan Iklim', *Bappeda Bone*. Available at: <https://bone.go.id/2013/04/26/geografi-dan-iklim/>.
- Ramadhani, P. A. and Adriani, M. (2018) 'Hubungan Tingkat Stres, Asupan Natrium, Dan Riwayat Makan Dengan Kejadian Stroke', *Media Gizi Indonesia*, 10(2), pp. 104–110. doi: 10.20473/mgi.v10i2.104-110.
- Ramdany, R. (2022) 'Faktor Risiko Gaya Hidup terhadap Kejadian Penyakit Stroke di Rsud Tenriawaru Kabupaten Bone', *Malahayati Nursing Journal*, 4(10), pp. 2584–2592. doi: 10.33024/mnj.v4i10.6083.
- Sampebulu, M. R., Sudiro, T. Y. and Zamrud, H. M. (2020) 'Analisis Hubungan Merokok dan Konsumsi Kopi Terhadap Tingkat Kejadian Stroke di RSUD Kota Kendari', *Medula*, 8(1), p. 58. doi: 10.46496/medula.v8i1.15023.
- Setiawan, Y. (2018) 'Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian stroke pada usia muda di Ruang Wijaya RSUD Kota Bekasi', *Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 7(1), pp. 1–12.
- Shagnez Dwi Putri (2018) 'Hubungan Kebiasaan Merokok dengan Derajat Stroke Pada Pasien Stroke Iskemik di Poliklinik dan Bangsal Neurologi Rsup Dr Mohammad Hoesin Palembang', *Universitas Sriwijaya*, 17(1), pp. 1–14. Available at: <https://doi.org/10.1016/j.biotechadv.2018.09.003%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.bbame.2015.10.011%0Ahttp://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27100488%0Ahttp://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/26126908%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.cbpa.2017.03.014%0Ahttps://doi.org/>.
- Simbolon, P., Simbolon, N. and Siringo-ringo, M. (2018) 'Faktor merokok dengan kejadian stroke', *Jurnal Kesehatan Manarang*, 4(1), pp. 18–25. Available at: <http://www.jurnal.poltekkesmamaju.ac.id/index.php/m/article/view/53>.
- Sukma, B. A., Aminah, N. and Koswara, C. L. (2020) 'Hubungan Tingkat Stres dengan Perilaku Pencegahan Stroke Pada Klien Hipertensi di Puskesmas DTP Gununghalu Kabupaten Bandung Barat 2020', *Jurnal Kesehatan Budi Luhur*, 13(2), pp. 316–323.
- Trismiyana, E. and Sari, D. (2021) 'Hubungan Aktivitas Fisik Dan Pola Makan dengan Kejadian Stroke Berulang Di Rsud Ahmad Yani Kota Metro', *Malahayati Nursing Journal*, 3(3), pp. 386–398.
- Utomo, T. Y. (2022) 'Karakteristik Faktor Risiko Stroke Hemoragik dan Stroke Non Hemoragik di Rsud Kota Bekasi', *Syntax Literate: Jurnal Ilmiah Indonesia*, 7(8.5.2017), pp. 2003–2005.

- Wibowo, Y. L., An, A. and Yanti, S. N. (2019) 'Hubungan antara Derajat Merokok dengan Kejadian Stroke di RSUD ABDUL AZIS SINGKAWANG', *Jurnal Mahasiswa PSPD FK Universitas Tanjungpura*, 5(1).
- Wijianto and Yuda, W. K. (2023) 'Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Stroke Di Rumah Sakit Relationship Between Lifestyle And Stroke Incidence In Hospital', *Jurnal Fisioterapi dan Rehabilitasi*, 7(1), pp. 47–52.