Zaitun
Jurnal Ilmu Kesehatan
Vol. x No. x (2022)
DOI :

HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN KEJADIAN STROKE PADA USIA DEWASA MUDA DI RSUD PROF. DR. H. ALOEI SABOE

THE RELATIONSHIP BETWEEN LIFESTYLE AND THE INCIDENCE OF STROKE IN YOUNG ADULTS AT THE RSUD PROF. DR. H. ALOEI SABOE

Sri Ayun Supu [1], Harismayanti [2], Fadli Syamsuddin [3]
[1]Program Studi Ilmu Keperawatan
[2]Fakultas Ilmu kesehatan
[3]Universitas Muhammadiyah Gorontalo
Email: sriayunsupu@gmail.com

ABSTRAK

Stroke merupakan kerusakan otak akibat berkurangnya aliran darah ke otak. Penurunan aliran darah ke otak dapat disebabkan oleh tersumbatnya pembuluh darah diotak. Hal ini disebabkan oleh perubahan gaya hidup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan merokok, konsumsi alkohol dan konsumsi makanan tinggi lemak dengan kejadian stroke pada usia dewasa muda. penelitian ini menggunakan jenis penelitian analitik observasional dengan pendekatan study *cross sectional.* Pengambilan sampel menggunakan *quota sampling*. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan gaya hidup dengan kejadian stroke pada usia dewasa muda. Hasil penelitian menunjukan kebiasaan merokok dan konsumsi minuman beralkohol berpengaruh terhadap kejadian stroke pada usia dewasa muda. Sedangkan konsumsi makanan tinggi lemak tidak berpengaruh terhadap kejadian stroke pada usia dewasa muda. Sehingga diharapkan perlu dilakukan edukasi kepada masyarakat terkait bahaya merokok dan konsumsi minuman beralkohol.

Kata Kunci : Alkohol, Makanan Berlemak, Merokok, Kejadian Stroke, Usia Muda

ABSTRACT

Stroke is brain damage due to reduced blood to the brain. Decreased blood flow to the brain can be caused by blockage of blood vessels in the brain. This is due to lifestyle changes. This research aims to determine the relationship between smoking habits, alcohol consumtion and of high-fat foods with the incidence of stroke in young adults. This uses an observational analytic research type with a cross sectional study approach. Sampling using quota sampling. This study aims to determine the relationship between lifestyle and the incidence pf stroke in young adults. The results of the study show that smoking habits and consumption of alcoholic beveranges affect the incidence of stroke in young adults. Whereas the consumption of high-fat foods has no effect on the incidence of stroke in young adults. So it is hoped, there is a need to educate the public regarding the dangers of smoking and consumption of alcoholic beverages.

Keywords: Alcohol, Fatty Foods, Smoking, Incidence of stroke, young age

PENDAHULUAN

Stroke merupakan kondisi gawat darurat yang perlu di tangani secepatnya, sebab di dunia angka kematian stroke terbilang sangat tinggi dan menempati urutan kedua di dunia dari penyakit jantung. Dalam bahasa medis stroke di sebut *Cerebovaskuker Accient* (CVA). Stroke merupakan penyakit gangguan saraf secara permanen yang menyerang daerah otak dan mengakibatkan disfungsi motorik atau kecatatan konstan di tubuh manusia. Stroke dapat menyebabkan seseorang kehilangan ingatan, kesulitan berbicara, masalah penglihatan, dan lumpuh total. Penyakit ini tidak hanya di dominasi usia lanjut, namun usia produktif juga bisa terkena penyakit mematikan ini. Para ahli memperkirakan usia 16-45 tahun usia rentang terkena stroke (Ridwan., 2017)

Menurut WHO (*World Health Organization*) tahun 2019, setiap tahunnya terdapat 13,7 juta kasus baru dan sekitar 5,5 juta kematian akibat stroke di seluruh dunia sekitar 70% stroke terjadi di negara-negara berpenghasilan rendah dan menengah, yang juga mengakibatkan kematian sekitar 87% akibat stroke. Dalam empat tahun terakhir, kejadian stroke menurun sekitar 42% terjadi dinegara-negara berpenghasilan tinggi. Sedangkan stroke meningkat hingga dua kali lipat terjadi di negara berpenghasilan rendah dan menengah.

Data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesda) Kementrian Kesehatan Indonesia pada tahun 2018, Provinsi kalimantan timur 14,7% dan provinsi DKI Yogyakarta 14,6% memiliki prevelensi stroke tertinggi di indonesia. Sementara itu, Provinsi Papua 4,1% dan provinsi Maluku utara 4,6% memiliki prevelensi stroke paling rendah dibandingkan provinsi lainnya. Berdasarkan kelompok umur terlihat bahwa kejadian penyakit stroke di indonesia terjadi lebih banyak pada kelompok usia 55-64 tahun (33,3%) dan proporsi penderita stroke paling sediki adalah pada kelompok umur 15-24 tahun. Sebagian besar penderita stroke tinggal di daerah perkotaan (63,9%), sedangkan yang tinggal di pedesaan sebesar (36,1%) (Kemenkes RI, 2018)

Berdasarkan data Riskesdas (2018) Provinsi Gorontalo menunjukan prevelensi penyakit tidak menular (PTM) mengalami kenaikan jika dibandingkan dengan Riskesdas 2013. Prevelensi stroke meningkat dari 7,2% menjadi 10,9%. Jumlah prevelensi merokok pada remaja usia (10-18) tahun terus meningkat dibandingkan 5 tahun terakhir sebesar 9,1% (Riskesdas 2018). Data proporsi konsumsi minuman beralkohol pun meningkat dari 3% menjadi 3,3%. Demikian juga proposi aktivitas fisik kurang juga meningkat 26,1% menjadi 33,5% dan mengonsumsi minuman beralkohol berlebihan sebanyak 0,8%

Berdasarkan data rekam medik Di RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe Provinsi Gorontalo jumlah kasus stroke pada tahun 2020 sebanyak 448 pasien rawat inap terdiri dari 331 stroke Iskemik dan 117 stroke Hemoragik dan pada tahun 2021 jumlah kasus stroke sebanyak 458

pasien terdiri dari 356 stroke Iskemik dan 102 stroke Hemoragik. Pada tahun 2021 prevelensi stroke mengalami peningkatan. Dan pada tahun 2022 berdasarkan data 3 bulan terakhir dari bulan januari-maret sebanyak 161 pasienrawat inap terdiri dari 129 stroke Iskemik dan 32 stroke Hemoragik. Dan ada 606 pasien rawat jalan

Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh Rahmayani (2020) di mana hasil penelitian menyebutkan bahwa factor resiko terjadinya stroke pada usia muda adalah, kebiasaan merokok. Perlu di ketahui bahwa merokok memicu produksi fibrinogen (factor pengumpulan darah) sehingga merangsang timbulnya atherosklorosis. Dari ada hubungan antara kebiasaan merokok dengan kejadian stroke. Dalam penelitian Alhamid et al (2018) Selain merokok konsumsi alkohol secara berlebihan juga merupakan factor resiko terjadinya stroke. Konsumsi alkohol dapat dipercaya meningkatkan kejadian stroke terutama stroke hemoragik. Kondisi ini melitbatkan berbagai mekanisme, termasuk yang berkaitan dengan hipertensi, kardiomipati, gangguan koagulasi, atrial fibrilisasi, dan menurunnya cerebral blood flow. Hasil penelitian menunjukan terdapat hubungan antara konsumsi alkohol dengan kejadian stroke dibandingkan dengan yang tidak mengonsumsi alkohol.

Dari penelitian di atas terdapat banyak faktor resiko yang berperan terjadinya penyakit stroke terutama pada usia dewasa muda. Dan berdasarkan latar belakang, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian terkait "Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Stroke pada Usia Dewasa Muda di RSUD Prof Dr. H. Aloei Saboe kota Gorontalo".

METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini pasien usia dewasa muda dimulai dari usia 17-45 tahun yang menderita stroke hemoragik dan stroke iskemik (Non-hemoragik) di ruangan Neurologi dan HCU Non Infeksi RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe. Teknik pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini yaitu *quota sampling* akan dilakukan pada penderita stroke.

HASIL PENELITIAN

Karakteristik Responden

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Umur, Jenis Kelamin, Pekerjaan, dan Pendidikan Terakhirdi Ruangan Neurologi dan HCU Non Infeksi RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe

Variabel	Frekuensi	Presentase
Umur		
< 35 tahun	11	36,7%
> 36 tahun	19	63,3%
Total	**30**	**100%**
Jenis Kelamin		
Laki-Laki	18	60%
Perempuan	12	40%
Total	**30**	**100%**
Pekerjaan		
Bekerja	19	63,3%
Tidak Bekerja	11	36,7%
Total	**30**	**100%**
Pendidikan Terakhir		
Pendidikan Rendah	18	60%

e-ISSN : 2964-9005
p-ISSN : 2301-5691

Pendidikan Tinggi	12	40%
Total	**30**	**100%**
Jenis Stroke di Derita		
Stroke Hemoragik	8	26,7%
Stroke Non Hemoragik	22	73,3%
Total	**30**	**100%**

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan umur responden terbanyak dalam penelitian ini ialah >36 tahun yaitu sebanyak 19 responden (63,3%). Pada responden dengan jenis kelamin terbanyak dalam penelitian ini ialah laki-laki yaitu sebanyak 18 responden (60%). Dilihat dari pekerjaan responden terbanyak dalam penelitian ialah responden yang bekerja dengan jumlah 19 responden (63,3%). Sedangkan dilihat dari pendidikan terakhir yang terbanyak dalam penelitian ini ialah responden dengan pendidikan rendah yaitu sebanyak 18 responden (60%). Dan berdasarkan jenis stroke yang di derita responden terbanyakyaitu yang menderita stroke non hemoragik sebanyak 22 responden (73,3%)

Analisis Univariat

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Gaya Hidup di Ruangan Neurologi dan HCU Non Infeksi RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe

Variabel	Frekuensi	Presentase
(Kebiasaan Merokok)		
Baik	8	16,7%
Kurang	22	73,3%
Total	**30**	**100%**
(Konsumsi Alkohol)		
Baik	8	16,7%
Kurang	22	73,3%
Total	**30**	**100%**
(Konsumsi Makanan Tinggi Lemak)		
Baik	22	73,3%
Kurang	8	16,7%
Total	**30**	**100%**

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa distribusi responden terbanyak berdasarkan gaya hidup responden dengan kebiasaan merokok kurang yaitu sebanyak 22 responden (73,3%). Kemudian berdasarkan gaya hidup sebagian besar responden dengan konsumsi alkohol kurang yaitu sebanyak 22 responden (73,3%). Sedangkan gaya hidup responden terbanyak dengan konsumsi makanan tinggi lemak baik yaitu sebanyak 22 responden (73,3%).

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Strokedi Ruangan Neurologi dan HCU Non Infeksi RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe

Kejadian Stroke	Frekuensi	Presentase
Ringan	7	23,3%
Sedang	17	56,7%
Berat	6	20%
Total	**30**	**100%**

Bersadarkan tabel diatas didapatkan bahwa responden yang mengalami stroke ringan sebanyak 7 responden (23,3%), sedangkan responden yang mengalami stroke sedang sebanyak 17 responden (56,7%), dan responden yang mengalami stroke berat sebanyak 6 responden (20%).

Analisis Bivariat

Tabel 4. Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Stroke Pada Usia Dewasa Muda di Ruangan Neurologi dan HCU Non Infeksi RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe

e-ISSN : 2964-9005
p-ISSN : 2301-5691

Gaya Hidup	Kejadian Stroke								*P value*
	Ringan		Sedang		Berat		Total		
	f	%	f	%	f	%	f	%	
(Kebiasaan Merokok)									
Baik	3	37,5	2	25	3	37,5	8	100	
Kurang	2	9,1	18	81,8	2	9,1	22	100	
Total	**5**	**16,7**	**20**	**66,7**	**5**	**16,7**	**30**	**100**	**0,014**
(Konsumsi Alkohol)									
Baik	3	37,5	2	25	3	37,5	8	100	
Kurang	2	9,1	18	81,8	2	9,1	22	100	**0,014**
Total	**5**	**16,7**	**20**	**66,7**	**5**	**16,7**	**30**	**100**	
(Konsumsi Makanan Tinggi Lemak)									
Baik	4	18,2	14	63,6	4	18,2	22	100	
Kurang	1	12,5	6	75	1	12,5	8	100	**0,843**
Total	**5**	**16,7**	**20**	**66,7**	**5**	**16,7**	**30**	**100**	

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa gaya hidup responden yaitu kebiasaan merokok kurang dengan tingkat kejadian stroke sedang sebanyak 28 responden (81,8%). Hasil uji statistik chi-square dengan nilai *p value* =0,014 (α < 0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan gaya hidup (kebiasaan merokok) dengan kejadian stroke pada usia dewasa muda di RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa gaya hidup responden yaitu konsumsi alkohol kurang dengan tingkat kejadian stroke sedang sebanyak 18 responden (81,1%). Hasil uji statistik chi-square dengan nilai *p value* =0,014 (α > 0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan gaya hidup (konsumsi alkohol) dengan kejadian stroke pada usia dewasa muda di RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa gaya hidup responden yaitu komsumsi makanan tinggi lemak baik dengan tingkat kejadian stroke sedang sebanyak 14 responden (63,6%). Hasil uji statistik chi-square dengan nilai *p value* =0,843 (α > 0,05), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan gaya hidup (komsumsi makanan tinggi lemak) dengan kejadian stroke pada usia dewasa muda di RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe.

PEMBAHASAN

Analisis Univariat

Gaya Hidup (Kebiasaan Merokok)

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa distribusi frekuensi responden terbanyak berdasarkan gaya hidup responden dengan kebiasaan merokok kurang yaitu sebanyak 22 responden (73,3%).

Menurut teori yang dikemukakan oleh (Burhanuddin, 2020). Perlu diketahui bahwa merokok memicu produksi fibrinogen (faktor penggumpal darah) lebih banyak, peningkatan ini akan akan menyebabkan terjadinya penebalan dinding pembuluh darah dan peningkatan viskositas darah sehingga merangsang timbulnya aterosklerosis pada arteri katoriod, ateri utama di daerah leher yang memasokan darah ke otak. Hal ini disebabkan meningkatkan tekanan darah.

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh (Wayunah & Saefulloh, 2017) Pada penelitian tersebut ditemukan bahwa merokok berisiko 2,6 kali terhadap kejadian stroke pada usia dewasa muda. Hasil ini di

e-ISSN : 2964-9005
p-ISSN : 2301-5691

perkuat dengan hasil tabulasi silang antara perilaku merokok dengan kejadian stroke dan didapatkan bahwa pasien yang memiliki perilaku merokok dan memiliki penyakit sebesar 68,3%.

Menurut asumsi peneliti merokok merupakan penyebab nyata kejadian stroke yang lebih banyak terjadi pada usia dewasa awal dibandingkan lebih tua. Dalam penelitian ini ditemukan bahwa gaya hidup pasien dengan kebiasaan merokok kurang karena tidak dipengaruhi secara langsung. Hal ini juga dipengaruhi oleh faktor lain seperti adanya penyakit lain dan gaya hidup lainnya yang berpengaruh langsung terhadap stroke.

Gaya Hidup (Konsumsi Alkohol)

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan gaya hidup sebagian besar responden dengan konsumsi alkohol kurang yaitu sebanyak 22 responden (73,3%).

Menurut teori yang dikemukakan oleh (Wayunah & Saefulloh, 2017) konsumsi alkohol dipercaya dapat meningkatkan kejadian stroke. Kondisi ini melibatkan berbagai mekanisme, alkohol juga meningkatkan kadar kolesterol *high density lipoprotein*, menurunkan agregasi platelet dan aktivitas fibrinolitik. Peminum berat merupakan risiko baik stroke iskemik maupun stroke hemoragik.

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh (Alhamid, 2018) bahwa proporsi pasien yang mengkonsumsi alkohol pada kelompok kasus yang tidak mengonsumsi alkoholsebesar 12%, sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 14,67%. Sementara itu, proporsi pasien yang mengkonsumsi alkohol pada kelompok kasus sebesar 21,33%, sedangkan pada kelompok kontrol sebesar 52%. Sehingga dapat dikatakan bahwa responden yang mengkonsumsi alkhol sangat banyak.

Menurut asumsi peneliti meskipun secara umum mengkonsumsi alkohol dapat meningkatkan tekanan darah sehingga kemungkinan dapat memperbesar terjadinya risiko stroke, baik iskemik maupun hemoragik. Makin banyak konsumsi alkohol maka kemungkinan stroke terutama jenis hemoragik makin tinggi karena alkohol dapat menaikan tekanan darah, memperlemah jantung, mengentalkan darah dan menyebabkan kejang arteri.

Gaya Hidup (Konsumsi Makanan Tinggi Lemak)

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa distribusi frekuensi gaya hidup responden terbanyak dengan konsumsi makanan tinggi lemak baik yaitu sebanyak 22 responden (73,3%). Pada penelitian ini responden yang mengkonumsi makanan yang tinggi lemak lebih didominasi oleh responden perempuan.

Pola konsumsi makanan yang dapat meningkatkan risiko terjadinya penyakit kardiovaskuler. Mengkonsumsi makanan yang mengandung jumlah kalori yang berlebih, tinggi

e-ISSN : 2964-9005
p-ISSN : 2301-5691

lemak, garam, dan gula serta kebiasaan mengkonsumsi alkohol maupun kopi. Bahan makanan yang tinggi kolesterol antara lain: telur, jeroan (hati, otak, jantung, usus, dan lainlain), dan kerang-kerangan. Lemak jenuh biasanya ditemukan pada pangan hewani seperti daging - dagingan, produk susu, produk olahan daging, dan cooking fats. Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh(Sary, 2019)yang telah dilakukan di RSSN Bukittinggi menunjukkan bahwa persentase responden yang memiliki kebiasaan sering mengonsumsi makanan berlemak lebih banyak ditemukan pada kelompok kasus (68,18%) dibandingkan yang kelompok kontrol (34,09%).

Menurut asumsi peneliti konsumsi makanan yang mengandung lemak yang banyak berpengaruh sebagai zat pembentuk plak yang akan tertimbun dan beredar pada sistem pembuluh darah, sedangkan pada lansia pembuluh darah sudah menipis dan mengalami kerapuhan sehingga dengan sumbatan plak akan mengakibatkan semakin mudah pecahnya pembuluh darah dan terjadilah penyumbatan pada sistem pembuluh darah dan sistem syaraf otak , yang disebut dengan stroke.

Analisis Bivariat

Hubungan Gaya Hidup (Kebiasaan Merokok) Dengan Kejadian Stroke Pada Usia Dewasa Muda di RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa gaya hidup responden yaitu kebiasaan merokok kurang dengan tingkat kejadian stroke sedang sebanyak 28 responden (81,8%). Hasil uji statistik chi-square dengan nilai *p value* =0,014 ($\alpha < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan gaya hidup (kebiasaan merokok) dengan kejadian stroke pada usia dewasa muda di RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe.

Menurut teori yang dikemukakan oleh (Sultradewi Kesuma et al., 2019) Bahaya merokok bagi kesehatan yang paling utama datang dari racun karsinogen (penyebab kanker) dan karbon monoksida pada asap rokok. Kedua zat tersebut akan terhirup saluran pernapasan, dan menyebabkan kerusakan organ dan menurunnya fungsi dari organ sistem jantung, pembuluh darah, dan pernapasan. Nikotin mempengaruhi kinerja otaksehingga dapat memicu ketergantungan. Bahaya merokok sudahterbukti menyebabkan berbagai penyakit kronis seperti jantung koroner, kanker paru, penyakit paru obstruktif dan stroke. Berdasarkan uraian diatas didapatkan hasil bahwa responden merokok jika > 10 batang per hari lebih banyak pada kelompok kasus.

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh (Wayunah & Saefulloh, 2017) dapat terlihat bahwa persentase responden yang kebiasaan merokok lebih banyak pada kelompok kasus (61,9%) dari pada kelompok kontrol (19,0%). Hasil uji statistik di dapatkan nilai p value 0,012 ($p<0,05$) artinya terdapat hubungan bermakna antara kebiasaan merokok dengan kejadian stroke, dari hasil di peroleh pula nilai OR=6.906 (95% CI: 1.702-28.026) artinya

e-ISSN : 2964-9005
p-ISSN : 2301-5691

berdasarkan OR dapat dikatakan responden yang merokok berisiko 6.906 kali terkena stroke dibandingkan responden yang tidak merokok.

Menurut asumsi peneliti bagi penderita stroke dan responden dianjurkan sebaiknya berhenti merokok meskipun telah kecanduan dan terpapar selama bertahun-tahun untuk mencegah penyakit yang lebih serius muncul seperti kanker paru-paru. Kurangnya pemahaman tentang bahaya merokok dapat merugikan seseorang terhadap kesehatan dirinya dan juga lingkungannya.

Hubungan Gaya Hidup (Konsumsi Alkohol) Dengan Kejadian Stroke Pada Usia Dewasa Muda di RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa gaya hidup responden yaitu konsumsi alkohol kurang dengan tingkat kejadian stroke sedang sebanyak 18 responden (81,8%). Hasil uji statistik chi-square dengan nilai *p value* =0,014 ($\alpha < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwaterdapat hubungan gaya hidup (konsumsi alkohol) dengan kejadian stroke pada usia dewasa muda di RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe.

Menurut teori yang dikemukakan oleh (Hadijah, 2020) minuman beralkohol merupakan jenis minuman yang mengandung bahan aktif alkohol. Minuman beralkohol dikenal dengan efeknya terhadap fungsi serta cara kerja otak seperti munculnya gejala kesulitan berpikir seperti linglung, pikiran tidak logis, dan tidak bisa mengambil keputusan.

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh (Wayunah & Saefulloh, 2017) bahwa persentase responden yang pernah minum alkohol lebih banyak pada kelompok kasus (21,33%) dari pada kelompok kontrol (52%). Dari hasil uji statistik di dapatkan nilai OR=1,994 dengan nilai upper limit dan lower limit 0,694-5,732. Hal ini menunjukan bahwa alkoholisme merupakan faktor resiko 1,994 kali lebih besar terhadap kejadian dibandingkan yang tidak konsumsi alkohol.

Menurut asumsi peneliti jika terlalu sering menenggak minuman beralkohol sampai mabuk, maka dapat memicu penyakit stroke. Kecanduan alkohol dikatakan apabila mengkonsumsi 3 gelas atau lebih miras dalam satu kali minum untuk wanita, dan 4 gelas atau lebih miras untuk pria.Bagi penderita stroke dan responden sebaiknya hindari minuman beralkohol serta perbanyak makan buah dan sayuran.

Hubungan gaya hidup (konsumsi makanan tinggi lemak) dengan kejadian stroke pada usia dewasa muda di RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti menunjukkan bahwa gaya hidup responden yaitu komsumsi makanan tinggi lemak baik dengan tingkat kejadian stroke sedang sebanyak 14 responden (63,6%). Hasil uji statistik chi-square dengan nilai *p value* =0,843 ($\alpha > 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak terdapat hubungan gaya hidup (komsumsi makanan tinggi lemak) dengan kejadian stroke pada usia dewasa

e-ISSN : 2964-9005
p-ISSN : 2301-5691

muda di RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe.

Menurut teori yang dikemukakan oleh (Purwaningtiyas, 2019) jenis makanan tinggi lemak dan kolesterol yang sering dikonsumsi oleh responden pada kelompok kasus adalah jenis fast food, makanan yang berasal dari daging ayam, daging sapi, maupun daging kambing serta makanan bersantan. Makanan yang banyak mengandung kadar lemak dan kolesterol tinggi bila dikonsumsi secara berlebihan akan meningkatkan kadar kolesterol dalam darah. Kolesterol total mencakup kolesterol LDL dan HDL, serta lemak lain di dalam darah dengan kadar tidak boleh lebih dari 200 mg/dl. Kolesterol merupakan zat di dalam aliran darah dimana semakin tinggi kolesterol semakin besar kemungkinan kolesterol tertimbun pada dinding pembuluh darah.Hal inilah yang menyebabkan saluran pembuluh darah menjadi sempit sehingga mengganggu suplai darah ke otak.

Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh (Sary, 2019) didapatkan bahwa konsumsi makanan berisiko yang terdiri dari makanan asin, berkolesterol, berpengawet, mengandung bumbu penyedap, dan berkafein tidak memiliki hubungan bermakna (nilai P=0,107) terhadap kejadian stroke pada responden. Kejadian stroke terjadi pada responden yang sering mengonsumsi makanan berisiko adalah 88,60%. Jumlah ini lebih tinggi dibandingkan dengan responden yang terserang stroke namun jarang mengonsumsi makanan berisiko hipertensi dengan proporsi sebesar 11,40%.

Menurut asumsi peneliti buah-buahan dan sayur-sayuran sangat bermanfaat bagi kesehatan tubuh karena mengandung serat yang mampu menurunkan kadar lemak dalam darah, juga mengandung antioksidan yang dapat melawan radikal bebas dalam tubuh. Bagi penderita stroke dan responden sebaiknya konsumsi makanan yang rendah garam, rendah lemak (jenuh) / kolesterol, rendah gula, serta perbanyak makan buah dan sayuran.

PENUTUP

Kesimpulan

Dari hasil penelitian dapat di simpulkan bahwa terdapat hubungan antara konsumsi alkokol dan kebiasaan merokok dengan kejadian stroke pada usia dewasa muda di RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe. Hasil uji statistik chi-square dengan nilai *p value*=0,014 ($\alpha < 0,05$). Dan tidak terdapat hubungan antara konsumsi makanan tinggi lemak dengan kejadian stroke pada usia dewasa muda di RSUD Prof. Dr. H. Aloei Saboe. Hasil uji statistik chi-square dengan nilai *p value* =0,843 ($\alpha > 0,05$)

Saran

Hasil penelitian ini di harapkan dapat memberikan pengetahuan tentang gaya hidup seseorang terhadap kejadian stroke. Selain itu dapat melakukan gaya hidup sehat untuk menghindari terjadinya stroke. Dan untuk peneliti selanjutnya kiranya dapat melakukan penelitian yang tidak hanya berfokus pada gaya hidup seseorang tetapi dapat juga diteliti mengenai

e-ISSN : 2964-9005
p-ISSN : 2301-5691

berbagai macam faktor lain ataupun penyebab lain terhadap kejadian stroke. Dan diharapkan pada peneliti selanjutnya agar dapat melakukan lebih dari 30 responden

DAFTAR PUSTAKA

1. Burhanuddin, M. (2020). Faktor Risiko Kejadian Stroke Pada Dewasa Awal (18-40 Tahun) Di Kota Makassar. 1–14.
2. Who. (2019). Child Growth Standards And The Identification Of Severe Acute Malnutrition In Infants And Children.
3. Frisca Sanny., D. (2022). Penelitian Keperawatan. Yayasan Kita Menulis.
4. Hendri, B. (2019). Faktor Resiko Stroke Pada Usia Produktif Di Rumah Sakit Stroke Nasional (Rssn) Bukit Tinggi. Jppni Vol. 03/No.03/Desember 2018-1019, 11.
5. Kemenkes. (2018). Kepmenkes No. 450 Th. 2004 Tentang Penyakit Tidak Menular.Pdf.
6. Kemenkes Ri. (2018). Penyakit Tidak Menular. Kementerian Kesehatan Ri, 301(5),1163–1178
7. Putrianti, I. (2018). Hubungan Antara Gaya Hidup Dengan Kejadian Stroke Usia Dewasa Muda (18-40 Tahun) Di Kota Semarang. Skripsi, 95–107.
8. Rahmayani, S. T. (2020). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stroke Pada Usia 15-44 Tahun Di Klinik Neurologi Rsud Dr Slamet Kabupaten Garut Tahun 2019. Jurnal Ilmiah Dizen Globalindo Vol. 2, No. 1 Maret 2020, 7.
9. Saunoah, M. N. (2019). Gambaran Faktor Yang Memprngaruhi Kejadianstroke Iskemik Pada Masyarakat Di Kabupaten Timor Tengah Utara. Karya Tulis Ilmiah, 1–50
10. Susanti, K. (2018). Konstruksi Makna Kualitas Hidup Sehat. Jurnal Lugas Vol. 2, No. 1, 2018, 3..
11. alchuriyah, S., & Wahjuni, C. U. (2016). Faktor Risiko Kejadian Stroke Usia Muda Pada Pasien Rumah Sakit Brawijaya Surabaya. Jurnal Berkala Epidemiologi, 4(1), 62–73.
12. HKhairatunnisa, S. D. M. (2017). Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stroke Pada Pasien Di Rsu H. Sahudin Kutacane Kabupaten Aceh Tenggara. Faktor Risiko Yang Berhubungan Dengan Kejadian Stroke Pada Pasien Di Rsu H. Sahudin Kutacane Kabupaten Aceh Tenggara, 2(1).
13. Purwaningtiyas, P. (2019). Hubun Ngan Antara Ga Aya Hidup Dengan Kejadian Stroke Usia Dewasa Muda Di Rsud Dr Moewwardi.
14. Putrianti, I. (2018). Hubungan Antara Gaya Hidup Dengan Kejadian Stroke Usia Dewasa Muda (18-40 Tahun) Di Kota Semarang. Skripsi, 95–107.
15. Saunoah, M. N. (2019). Gambaran Faktor Yang Memprngaruhi Kejadianstroke Iskemik Pada Masyarakat Di Kabupaten Timor Tengah Utara. Karya Tulis Ilmiah, 1–50.

e-ISSN : 2964-9005
p-ISSN : 2301-5691