

PENYAKIT STROKE PADA LANSIA

rahmalisa.safitri@gmail.com

Fase lansia adalah fase dimana kondisi fisik menurun seperti berkurangnya pendengaran, penglihatan, gangguan pada pencernaan, jantung, ginjal serta kemampuan sistem imun tubuhnya pun berkurang jauh. Selain itu, lansia juga lebih rentan terhadap infeksi.

Stroke adalah penyakit yang ada pada otak berupa gangguan fungsi saraf lokal dan atau global, munculnya secara mendadak, progresif, dan cepat. Gangguan fungsi saraf pada stroke terjadi dikarenakan oleh gangguan pendarahan otak non traumatik. Adapun beberapa gangguan saraf tersebut menimbulkan gejala seperti bicara tidak lancar, bicara tidak jelas, kelumpuhan wajah atau anggota badan.

Faktor resiko pada penyakit stroke dibagi dalam 4 subjek yakni usia, jenis kelamin, obesitas dan merokok. Umur atau usia merupakan salah satu penyebab kejadian stroke yang tidak dapat diubah, dimana semakin bertambahnya umur, maka resiko terjadinya stroke juga meningkat. Hasil statistik yang di peroleh faktor umur menjadi faktor beresiko 2 kali lipat mengalami stroke. Umumnya penderita stroke diseluruh dunia khususnya pada laki-laki memiliki tingkat prevalensi sebesar 3% pada rentang umur 60-84 tahun.

Penyakit stroke berdasarkan jenisnya dibedakan menjadi tiga macam yaitu :

1. Stroke ringan (Transient ischaemic attack TIA)
2. Stroke iskemik (stroke sumbatan)
3. Stroke hemoragik (stroke berdarah)

Stroke disebabkan oleh empat faktor yakni fisik, mental, sosial, dan spritual. Sejumlah faktor risiko dari segi fisik yang sebenarnya dapat dicegah antara lain : Merokok, kurang aktivitas fisik, pola makan buruk, mengkonsumsi alkohol, kadar kolesterol tinggi, narkotika, obesitas, terapi pengganti hormon, diabetes, migrain, hipertensi, gangguan irama jantung dan penyakit jantung lainnya.

Ada beberapa faktor yang dapat meningkatkan risiko seseorang terkena stroke antara lain adalah :

1. Telah memasuki usia lanjut, yaitu diatas 55 tahun
2. Memiliki riwayat keluarga dengan stroke atau stroke ringan
3. Pernah mengalami stroke ringan
4. Mengalami kondisi anemia sel sabit

Faktor diatas merupakan faktor yang tidak dapat dikendalikan.

Gejala stroke ringan adalah antara lain : mengalami mati rasa, kelemahan otot, hingga kelumpuhan pada bagian badan tertentu, merasa pusing dan kehilangan keseimbangan secara

tiba-tiba, mengalami gangguan penglihatan misalnya kebutaan pada salah satu mata, mual, muntah, mengalami sakit kepala parah tanpa penyebab yang jelas, kesulitan menelan makanan, kebingungan dalam memahami perkataan orang lain, dan kesulitan dalam berbicara hingga artikulasi tidak terdengar dengan jelas.

Pencegahan yang dapat dilakukan terhadap penyakit stroke menurut Muhammad Ridwan (2017), yakni :

1. Menghindari kebiasaan merokok
2. Memeriksa tensi darah secara rutin
3. Mengendalikan penyakit jantung
4. Mengatasi stres dan depresi
5. Makanan yang sehat dan gizi seimbang
6. Mengurangi makanan bergaram
7. Memantau berat badan
8. Melakukan olahraga secara aktif
9. Menghindari konsumsi alkohol
10. Mencari informasi tentang penyakit stroke.

DAFTAR PUSTAKA

- Halawa, A., & et al., 2022. (2022). Determinan Kejadian Stroke Pada Lansia (Scooping Review). *Jurnal Keperawatan Priority*, 5(2), 113–124.
<http://jurnal.unprimdn.ac.id/index.php/jukep/article/view/2859/1873>
- Stroke, I. (2013). *Penyakit Stroke Pada Lansia*.