



APPLICARE JOURNAL

Volume 1 Nomor 1 Tahun 2024

<https://applicare.id/index.php/applicare/index>

Determinan Penyakit Stroke: Tinjauan Literatur

Fadhilatul Hasnah, Fadhilaturrahmi

Kesehatan Masyarakat, STIKes Alifah Padang, Indonesia^{1,2}

Email: fhasnah5@gmail.com

ABSTRAK

Penyakit stroke merupakan salah satu penyebab utama kematian dan cacat permanen di seluruh dunia. Berbagai faktor telah diidentifikasi sebagai determinan atau faktor risiko penyakit stroke. Penelitian ini menggunakan metode literature review (tinjauan pustaka) untuk mengidentifikasi apa saja faktor risiko yang bisa mempengaruhi kejadian stroke. Hasil penelusuran literatur tentang determinan penyakit stroke, didapatkan beberapa factor risiko diantaranya hipertensi, diabetes mellitus, merokok, obesitas, kurang aktivitas fisik, diet tidak sehat, usia, jenis kelamin, factor lingkungan dan lain sebagainya. Memahami determinan penyakit stroke dengan baik akan memungkinkan pengembangan strategi pencegahan yang lebih efektif dan intervensi yang tepat untuk mengurangi beban penyakit ini secara global.

Kata Kunci : faktor risiko, stroke, tinjauan pustaka

ABSTRACT

Stroke is one of the leading causes of death and permanent disability worldwide. Various factors have been identified as determinants or risk factors for stroke. This research utilizes a literature review method to identify the risk factors that can influence stroke occurrence. The results of the literature search on the determinants of stroke revealed several risk factors including hypertension, diabetes mellitus, smoking, obesity, lack of physical activity, unhealthy diet, age, gender, environmental factors, and others. Understanding the determinants of stroke well will enable the development of more effective prevention strategies and appropriate interventions to reduce the burden of this disease globally.

Keywords: *risk factors, stroke, literature review*

PENDAHULUAN

Penyakit stroke merupakan salah satu penyebab utama kematian dan cacat permanen di seluruh dunia. Menurut World Health Organization (WHO), sekitar 15 juta orang mengalami stroke setiap tahunnya, dengan sekitar 5 juta orang meninggal dunia dan 5 juta lainnya mengalami cacat permanen akibat stroke. Oleh karena itu, penelitian tentang determinan penyakit stroke menjadi sangat penting untuk memahami faktor-faktor yang mempengaruhi risiko terjadinya penyakit ini (WHO, 2018a).

Berbagai faktor telah diidentifikasi sebagai determinan atau faktor risiko penyakit stroke (WHO, 2018b). Faktor-faktor ini dapat dibagi menjadi dua kategori utama: faktor risiko tidak termodifikasi dan faktor risiko modifikasi. Faktor risiko tidak termodifikasi meliputi usia, jenis kelamin, dan riwayat keluarga. Sedangkan faktor risiko modifikasi meliputi hipertensi, diabetes, hiperlipidemia, obesitas, merokok, konsumsi alkohol berlebihan, kurangnya aktivitas fisik, dan diet yang tidak sehat (Yonata, 2016).

Hipertensi adalah faktor risiko utama penyakit stroke. Penelitian telah menunjukkan bahwa hipertensi meningkatkan risiko terjadinya stroke iskemik dan hemoragik. Selain itu, diabetes juga diketahui memiliki hubungan yang erat dengan risiko stroke, terutama stroke iskemik. Hiperlipidemia, terutama kadar kolesterol LDL yang tinggi, juga merupakan faktor risiko yang signifikan untuk stroke iskemik (Yonata, 2016).

Selain faktor-faktor tradisional seperti hipertensi dan diabetes, penelitian terbaru telah menyoroti hubungan antara faktor-faktor gaya hidup dengan risiko stroke. Merokok, misalnya, telah terbukti meningkatkan risiko stroke karena menyebabkan kerusakan pada pembuluh darah. Konsumsi alkohol berlebihan juga dikaitkan dengan peningkatan risiko stroke hemoragik (Simbolon, 2018).

Dalam konteks ini, penting untuk memahami tidak hanya faktor-faktor risiko secara individual, tetapi juga interaksi antara faktor-faktor tersebut. Selain itu, penelitian tentang determinan penyakit stroke perlu mempertimbangkan faktor-faktor sosial ekonomi, lingkungan, dan genetik yang juga dapat mempengaruhi risiko stroke (Susilawati, 2018).

Memahami determinan penyakit stroke dengan baik akan memungkinkan pengembangan strategi pencegahan yang lebih efektif dan intervensi yang tepat untuk mengurangi beban penyakit ini secara global.

METODE PENELITIAN

Metode penelitian yang digunakan oleh peneliti adalah metode literature review (tinjauan pustaka). Metode literature review dilakukan dengan cara mengambil data sekunder

sebagai sumber utama. Artikel-artikel ilmiah yang direview dipilih oleh peneliti sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi dan kesamaan topik penelitian. Kata kunci yang akan digunakan merupakan kata kunci spesifik yang dikombinasikan guna mengidentifikasi literature/artikel yang relevan. Artikel yang diinklusi merupakan artikel dengan pertanyaan penelitian yang sama dengan tujuan penelitian ini.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Stroke adalah penyebab utama kematian dan cacat di Indonesia. Faktor-faktor yang mempengaruhi risiko stroke dapat bervariasi dari genetik, gaya hidup, hingga faktor lingkungan. Berdasarkan studi dan penelitian yang telah dilakukan, beberapa determinan utama stroke di Indonesia termasuk:

1. **Hipertensi:** Sebagian besar kasus stroke di Indonesia disebabkan oleh tekanan darah tinggi atau hipertensi. Menurut penelitian oleh Kementerian Kesehatan RI, prevalensi hipertensi di Indonesia terus meningkat, terutama di antara populasi usia lanjut (Alkafi, 2022).
2. **Diabetes Melitus:** Diabetes mellitus menjadi faktor risiko penting dalam pengembangan stroke. Prevalensi diabetes di Indonesia juga meningkat, sebagian besar disebabkan oleh perubahan gaya hidup dan pola makan yang tidak sehat (Sari, 2023).
3. **Merokok:** Kebiasaan merokok adalah faktor risiko yang signifikan dalam pengembangan stroke. Tingginya prevalensi perokok di Indonesia, termasuk di antara wanita dan remaja, menambah risiko stroke di kalangan populasi (Hasnah, 2020).
4. **Obesitas:** Tingginya angka obesitas dan overweight di Indonesia juga berkontribusi terhadap peningkatan kasus stroke. Gaya hidup yang tidak aktif dan pola makan tidak sehat menjadi faktor penentu utama obesitas di kalangan penduduk Indonesia (Azzahra, 2023).
5. **Kurangnya Aktivitas Fisik:** Kurangnya aktivitas fisik atau gaya hidup yang kurang aktif meningkatkan risiko stroke. Pola hidup urban yang semakin mengarah pada mobilitas yang rendah dan peningkatan waktu yang dihabiskan dalam kegiatan yang kurang bergerak, seperti menonton TV atau bekerja di depan komputer, telah menjadi perhatian dalam upaya pencegahan stroke (Hasanah, 2023).
6. **Diet Tidak Sehat:** Pola makan yang kaya akan lemak jenuh, garam, dan gula dapat meningkatkan risiko stroke. Makanan cepat saji dan makanan olahan yang semakin populer di Indonesia telah menyebabkan peningkatan kasus obesitas dan hipertensi, yang pada gilirannya meningkatkan risiko stroke (Sari, M., & Ahmady, D, 2023). Diet tidak

sehat sering kali mencakup konsumsi makanan yang tinggi lemak jenuh, kolesterol, gula tambahan, dan garam, sambil minim mengonsumsi buah-buahan, sayuran, serat, dan makanan berserat tinggi lainnya. Konsumsi makanan seperti makanan cepat saji, makanan olahan, minuman manis, serta makanan yang tinggi garam merupakan contoh dari diet tidak sehat yang dapat meningkatkan risiko terjadinya stroke (Boehme, 2017).

7. **Faktor Lingkungan:** Paparan terhadap polusi udara, terutama di daerah perkotaan, telah dihubungkan dengan peningkatan risiko stroke. Peningkatan polusi udara di kota-kota besar Indonesia telah menjadi perhatian utama dalam upaya pencegahan stroke (Hidayat, 2023).
8. **Usia:** Risiko stroke meningkat seiring bertambahnya usia. Orang yang lebih tua cenderung memiliki risiko lebih tinggi untuk mengalami stroke (Masduki, 2023).
9. **Jenis Kelamin:** Studi menunjukkan bahwa laki-laki memiliki risiko sedikit lebih tinggi untuk mengalami stroke daripada wanita. Namun, risiko ini sebaliknya setelah usia menopause pada wanita (Sertani, 2023).
10. **Riwayat Keluarga:** Faktor genetik juga dapat memengaruhi risiko seseorang terkena stroke. Jika ada riwayat keluarga yang memiliki riwayat stroke, maka risiko seseorang untuk mengalami stroke juga dapat meningkat (Pragama, 2022).
11. **Arytmia Jantung:** Beberapa kondisi jantung, seperti fibrilasi atrium, dapat meningkatkan risiko pembekuan darah yang dapat menyebabkan stroke (Septalya, 2023). Fibrilasi atrium adalah jenis aritmia jantung yang ditandai dengan detak jantung yang tidak teratur dan cepat di atrium (bagian atas jantung). Pasien dengan AF memiliki risiko yang lebih tinggi untuk mengalami pembentukan bekuan darah di atrium, terutama di daerah yang bergerak lebih lambat karena irama jantung yang tidak teratur. Jika bekuan darah ini terlepas, mereka dapat bergerak ke otak dan menyebabkan stroke iskemik (Hart, 1999).
12. **Kolesterol Tinggi:** Kadar kolesterol yang tinggi dalam darah dapat menyebabkan penumpukan plak di pembuluh darah, yang pada akhirnya dapat menyebabkan penyumbatan pembuluh darah dan stroke (Syamsuddin, 2022).
13. **Konsumsi Alkohol Berlebihan:** Minum alkohol secara berlebihan dapat meningkatkan risiko stroke, terutama jika dikonsumsi dalam jangka panjang (Marlena, 2023).
14. **Penyakit Jantung:** Berbagai kondisi jantung, termasuk penyakit katup, dapat meningkatkan risiko stroke (Azzahra, 2023).
15. **Sleep Apnea:** Gangguan tidur yang serius ini telah dikaitkan dengan peningkatan risiko stroke Fiki, N. A. (2023). sleep apnea obstruktif (OSA) merupakan faktor risiko independen untuk stroke dan kematian. Sleep apnea obstruktif adalah gangguan tidur

yang ditandai dengan episodik obstruksi jalan napas selama tidur, menyebabkan berhenti napas yang sementara dan penurunan kadar oksigen dalam darah (Yaggi, 2005). Pasien dengan sleep apnea obstruktif memiliki risiko stroke yang lebih tinggi daripada pasien tanpa sleep apnea obstruktif, bahkan setelah disesuaikan dengan faktor-faktor risiko lainnya seperti usia, jenis kelamin, tekanan darah, dan indeks massa tubuh. Selain itu, sleep apnea obstruktif juga dikaitkan dengan risiko kematian yang lebih tinggi, terutama akibat penyakit kardiovaskular .

16. Stress dan Depresi: Stres kronis dan depresi telah dikaitkan dengan peningkatan risiko stroke (Lestiyoningsih, 2024). depresi secara signifikan meningkatkan risiko stroke morbidity (jumlah kasus stroke) dan mortality (kematian akibat stroke). Temuan ini konsisten pada berbagai kelompok populasi dan tidak dipengaruhi oleh faktor-faktor confounding seperti usia, jenis kelamin, dan faktor risiko kardiovaskular lainnya. pengaruh depresi terhadap perilaku sehat dan faktor risiko kardiovaskular, termasuk tekanan darah tinggi, merokok, kurangnya aktivitas fisik, dan obesitas. Selain itu, depresi juga dapat menyebabkan perubahan biologis dalam tubuh, termasuk peradangan dan gangguan sistem saraf otonom, yang dapat meningkatkan risiko stroke (Pan, 2011).

SIMPULAN

Hasil penelusuran literatur tentang determinan penyakit stroke, didapatkan beberapa factor risiko diantaranya hipertensi, diabetes mellitus, merokok, obesitas, kurang aktivitas fisik, diet tidak sehat, usia, jenis kelamin, factor lingkungan dan lain sebagainya. Memahami determinan penyakit stroke dengan baik akan memungkinkan pengembangan strategi pencegahan yang lebih efektif dan intervensi yang tepat untuk mengurangi beban penyakit ini secara global.

DAFTAR PUSTAKA

- Alkafi, A., & Hasnah, F. (2022). Meta-Analisis Risiko Hipertensi dengan Penyakit Stroke di Asia. *JIK JURNAL ILMU KESEHATAN*, 6(2), 302-309.
- Azzahra, V., & Ronoatmodjo, S. (2023). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Stroke pada Penduduk Usia ≥ 15 Tahun di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta (Analisis Data Riskesdas 2018). *Jurnal Epidemiologi Kesehatan Indonesia*, 6(2), 91-96.
- Boehme, A. K., Esenwa, C., & Elkind, M. S. (2017). Stroke Risk Factors, Genetics, and Prevention. *Circulation research*, 120(3), 472-495.
- Fiki, N. A. (2023). Hubungan Obstructive Sleep Apnea (Osa) Pada Penderita Stroke Di RSUD KRMT Wongsonegoro Semarang Tahun 2022 (Doctoral dissertation, Universitas Wahid Hasyim).

- Hart, R. G., & Benavente, O. (1999). Atrial fibrillation and stroke: concepts and controversies. *Stroke*, 30(3), 626-629.
- Hasanah, F. A. (2023). HUBUNGAN POLA MAKAN, AKTIVITAS FISIK, KEBIASAAN MEROKOK DENGAN TEKANAN DARAH PADA PENDERITA STROKE (Doctoral dissertation, Universitas wiraraja Madura).
- Hasnah, F., Lestari, Y., & Abdiana, A. (2020). The risk of smoking with stroke in Asia : meta-analysis. *Jurnal Profesi Medika : Jurnal Kedokteran Dan Kesehatan*, 14(1). <https://doi.org/10.33533/jpm.v14i1.1597>
- Hidayat, A. (2023). Dampak Polusi Udara pada Kesehatan.
- Lestiyoningsih, D., Azhari, N. K., & Noviyanti, L. K. (2024). HUBUNGAN EFIKASI DIRI DENGAN TINGKAT DEPRESI PADA LANSIA DENGAN PENDERITA STROKE DI RSI SULTAN AGUNG SEMARANG. *JURNAL FISIOTERAPI DAN ILMU KESEHATAN SISTHANA*, 6(1), 15-22.
- Marlena, L. (2023). Hubungan Gaya Hidup Dengan Stroke Berulang di Ruang Stroke Unit Rumah Sakit Sentra Medika Cikarang.
- Masduki, Y. (2023). Hubungan Usia Dan Jenis Kelamin Terhadap Jenis Stroke Di IGD RSPON Jakarta (Doctoral dissertation, Universitas Binawan).
- Pan, A., Sun, Q., Okereke, O. I., Rexrode, K. M., Hu, F. B. (2011). Depression and Risk of Stroke Morbidity and Mortality: A Meta-analysis and Systematic Review. *JAMA*, 306(11), 1241-1249.
- Pragama, A. D. (2022). Hubungan kejadian stroke iskemik dengan tingkat kematian pasien covid-19 pada usia 40-50 tahun. *SKRIPSI-2021*.
- Sari, M. (2023). HUBUNGAN DIABETES MELITUS DENGAN KEJADIAN STROKE BERULANG PADA PASIEN POST STROKE DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH ACEH UTARA. *Jurnal Kesehatan Akimal*, 2(1), 31-36.
- Sari, M., & Ahmady, D. (2023). HUBUNGAN DIET DAN OBESITAS DENGAN KEJADIAN STROKE BERULANG PADA PASIEN POST STROKE DI RUMAH SAKIT UMUM DAERAH ACEH UTARA. *Jurnal Kesehatan Akimal*, 2(2), 28-34.
- Septalyna, E. (2023). Hubungan antara Aritmia dan Tatalaksananya dengan Outcome Stroke di Rumah Sakit Angkatan Laut (RSAL) Dr. Mintohardjo Periode 2019–2021 (Doctoral dissertation, Universitas Kristen Indonesia).
- Sertani, T. T., Fajari, N. M., Bakhriansyah, M., Cahyawati, W. A. S. N., & Marisa, D. (2023). Hubungan antara Usia dan Jenis Kelamin dengan Kejadian Stroke pada Pasien Diabetes Melitus di RSUD Ulin Banjarmasin. *Homeostasis*, 6(1), 167-172.
- Simbolon, P., Simbolon, N., & Siringo-ringo, M. (2018). Faktor Merokok dengan Kejadian Stroke di Rumah Sakit Santa Elisabeth Medan. *Jurnal Kesehatan Manarang*, 4(1).
- Susilawati, F., & Nurhayati, S. K. (2018). Faktor Resiko Kejadian Stroke. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(1), 41-48.
- Syamsuddin, F., Ayuba, A., & Jakaria, S. N. R. I. (2022). KADAR KOLESTEROL DENGAN KEJADIAN STROKE BERULANG DI RSUD PROF. DR. H. ALOEI SABOE KOTA GORONTALO PROVINSI GORONTALO. *Zaitun (Jurnal Ilmu Kesehatan)*, 10(2).
- WHO 2018b. Noncommunicable Disease : Country Profile 2018.
- WHO. 2018a. Noncommnicable Disease : Key Facts [Online]. Available: <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/noncommunicable->
- Yonata, A., & Pratama, A. S. P. (2016). Hipertensi sebagai faktor pencetus terjadinya stroke. *Jurnal Majority*, 5(3), 17-21.