

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini diuraikan hasil penelitian tentang “Studi Kasus Kejadian Stres Pada Kualitas Hidup Lansia Dengan Gangguan Osteoarthritis” dengan jumlah partisipan 3 orang lansia dengan gangguan osteoarthritis yang memiliki tingkat stress dengan kategori sedang. Penelitian ini merupakan lanjutan dari penelitian sebelumnya yang dilakukan di Wilayah Kerja Puskesmas Kenjeran Surabaya pada bulan Juni-Juli 2019.

1.1 Hasil Penelitian

1.1.1 Karakteristik Responden

Tabel 4.1 Karakteristik Responden di Wilayah Kerja Puskesmas Kenjeran Surabaya Pada Bulan Juni-Juli 2019

Karakteristik	P1 (Ny S)	P2 (Ny R)	P 3 (Ny A)
Umur	76 tahun	68 tahun	71 tahun
Jenis kelamin	Perempuan	Perempuan	Perempuan
Pendidikan terakhir	SD	SMA	SMA
Pekerjaan sebelumnya	Pembantu rumah tangga	Petani	IRT

Sumber : Data Primer (2019)

Berdasarkan tabel 4.1 diatas menunjukkan bahwa responden 1 dengan kode nama P1 (Ny. S) berusia 67 tahun, jenis kelamin perempuan, pendidikan terakhir SD, pekerjaan sebelumnya pembantu rumah tangga. Pada responden 2 dengan kode P2 (Ny. R) berusia 68 tahun, jenis kelamin perempuan, pendidikan terakhir SMA, pekerjaan sebelumnya petani. Pada responden 3 dengan kode P3

(Ny. A) berusia 71 tahun, jenis kelamin perempuan, pendidikan terakhir SMA, pekerjaan sebelumnya ibu rumah tangga (IRT).

1.1.2 Identifikasi Tingkat Stres Dengan Kategori Sedang Dan Kualitas Hidup Lansia Dengan Gangguan Osteoarthritis

Hasil penelitian yang dilakukan pada lansia dengan gangguan osteoarthritis adalah 3 orang dengan tingkat stress kategori sedang (skor 15-26).

Tabel 4.2 Tingkat Stres dan Kualitas Hidup partisipan di Wilayah Kerja Puskesmas Kenjeran Surabaya pada bulan Juni-Juli 2019.

Partisipan	Skor Stress	Kategori Stress	Skor Kualitas Hidup	Kategori Kualitas Hidup
Ny. S	16	Stres sedang	56,25	Sedang
Ny. R	21	Stres sedang	51,5	Rendah
Ny. A	18	Stres sedang	59,25	Sedang

1.1.2.1 Partisipan 1

Partisipan 1 berusia 76 tahun berjenis kelamin perempuan dengan hasil skor tingkat stress 16 dalam kategori stress sedang. Partisipan sebelumnya bekerja sebagai pembantu rumah tangga yang berpenghasilan dalam kategori menengah kebawah. Perekonomian yang rendah dapat mempengaruhi pola konsumtif partisipan, terutama dalam hal pengobatan. Partisipan hanya mengonsumsi obat anti nyeri yang diberikan oleh dokter puskesmas tanpa pemeriksaan yang lebih lanjut. Tingkat stress akibat nyeri yang sering dirasakan yakni :

No	Pertanyaan	Skor
1.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda menjadi bingung karena sesuatu yang terjadi secara tiba-tiba?	1
2.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda telah merasa tidak mampu untuk mengendalikan hal-hal yang penting dalam kehidupan Anda?	2
3.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda merasa gugup atau stres?	2
4.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda merasa yakin akan kemampuan Anda untuk menangani masalah pribadi?	1
5.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda telah merasa bahwa segala sesuatunya berjalan lancar?	2
6.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda telah merasa bahwa Anda tidak bisa mengatasi semua hal yang harus Anda lakukan?	1
7.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda telah mampu mengendalikan hal-hal yang menyakitkan dalam hidup Anda?	2
8.	Pada bulan lalu, seberapa sering anda merasakan bahwa Anda sangat bahagia dan sukses?	2
9.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda telah merasakan marah karena sesuatu yang terjadi diluar kendali Anda?	2
10.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda merasakan bahwa kesulitan kesulitan menumpuk sebegitu tingginya sehingga Anda tidak bisa mengatasinya?	1

Total skor yang didapatkan dari hasil kuisisioner diatas adalah 16 termasuk dalam kategori stress sedang. Selain itu dari kuisisioner kualitas hidup didapatkan pada domain fisik hasil transformasi skornya adalah 50, domain psikologis 50, domain hubungan sosial 69, domain lingkungan 56 jadi dari 4 domain tersebut didapatkan rata-rata seluruh skor adalah 56,25 dengan kategori sedang.

1.1.2.2 Partisipan 2

Partisipan 2 berusia 68 tahun berjenis kelamin perempuan dengan hasil skor tingkat stress 21 dalam kategori stress sedang. Partisipan sebelumnya bekerja

sebagai petani yang memberikan tekanan pada sendi tertentu secara terus menerus pada pinggul sehingga menyebabkan nyeri. Nyeri yang timbul dan berlangsung lama akan menyebabkan kemarahan terhadap diri sendiri dan stress. Pekerja kasar atau berat merupakan pekerja dengan pendapatan menengah kebawah, hal ini juga akan mempengaruhi pemenuhan kebutuhan sehari-hari partisipan. Keadaan ekonomi yang rendah akan memberi stressor. Tingkat stress akibat nyeri yang sering dirasakan yakni :

No	Pertanyaan	Skor
1.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda menjadi bingung karena sesuatu yang terjadi secara tiba-tiba?	3
2.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda telah merasa tidak mampu untuk mengendalikan hal-hal yang penting dalam kehidupan Anda?	3
3.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda merasa gugup atau stres?	1
4.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda merasa yakin akan kemampuan Anda untuk menangani masalah pribadi?	2
5.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda telah merasa bahwa segala sesuatunya berjalan lancar?	2
6.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda telah merasa bahwa Anda tidak bisa mengatasi semua hal yang harus Anda lakukan?	2
7.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda telah mampu mengendalikan hal-hal yang menyakitkan dalam hidup Anda?	1
8.	Pada bulan lalu, seberapa sering anda merasakan bahwa Anda sangat bahagia dan sukses?	3
9.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda telah merasakan marah karena sesuatu yang terjadi diluar kendali Anda?	3
10.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda merasakan bahwa kesulitan kesulitan menumpuk sebegitu tingginya sehingga Anda tidak bisa mengatasinya?	1

Total skor yang didapatkan dari hasil kuisioner diatas adalah 21 termasuk dalam kategori stress sedang. Selain itu dari kuisioner kualitas hidup didapatkan pada domain fisik hasil transformasi skornya adalah 44, domain psikologis 50, domain hubungan sosial 56, domain lingkungan 56 jadi dari 4 domain tersebut didapatkan rata-rata seluruh skor adalah 51,5 dengan kategori rendah.

1.1.2.3 Partisipan 3

Partisipan 3 berusia 71 tahun berjenis kelamin perempuan dengan hasil skor tingkat stress 18 dalam kategori stress sedang. Partisipan sebelumnya bekerja sebagai ibu rumah tangga. Dimana sendi-sendi penahan beban tubuh bekerja lebih keras seperti berlari, naik turun tangga atau berdiri atau jongkok pada saat mencuci atau melakukan pekerjaan lainnya yang dapat merangsang nyeri yang akan mempengaruhi tingkat stress. Tingkat stress akibat nyeri yang sering dirasakan yakni :

No	Pertanyaan	Skor
1.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda menjadi bingung karena sesuatu yang terjadi secara tiba-tiba?	2
2.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda telah merasa tidak mampu untuk mengendalikan hal-hal yang penting dalam kehidupan Anda?	3
3.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda merasa gugup atau stres?	2
4.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda merasa yakin akan kemampuan Anda untuk menangani masalah pribadi?	3
5.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda telah merasa bahwa segala sesuatunya berjalan lancar?	1
6.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda telah merasa bahwa Anda tidak bisa mengatasi semua hal yang harus Anda lakukan?	1

7.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda telah mampu mengendalikan hal-hal yang menyakitkan dalam hidup Anda?	1
8.	Pada bulan lalu, seberapa sering anda merasakan bahwa Anda sangat bahagia dan sukses?	2
9.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda telah merasakan marah karena sesuatu yang terjadi diluar kendali Anda?	1
10.	Pada bulan lalu, seberapa sering Anda merasakan bahwa kesulitan kesulitan menumpuk sebegitu tingginya sehingga Anda tidak bisa mengatasinya?	2

Total skor yang didapatkan dari hasil kuisisioner diatas adalah 18 termasuk dalam kategori stress sedang. Selain itu dari kuisisioner kualitas hidup didapatkan pada domain fisik hasil transformasi skornya adalah 56, domain psikologis 56, domain hubungan sosial 69, domain lingkungan 56 jadi dari 4 domain tersebut didapatkan rata-rata seluruh skor adalah 59,25 dengan kategori sedang.

1.2 Pembahasan

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 3 partisipan mengalami stress dalam kategori sedang sebanyak 3 lansia. Hal tersebut terjadi selain faktor usia yang sudah mengalami penuaan, dikarenakan lamanya pengobatan karena penyakit osteoarthritis merupakan penyakit dengan nyeri kronis yang berlangsung lebih dari 6 bulan yang mengganggu kehidupan sehari-hari dan juga nyeri yang sering dirasakan oleh lansia menyebabkan lansia sulit melakukan aktivitasnya sehari-hari sehingga harus meminta bantuan dari orang lain dapat mengakibatkan lansia marah terhadap diri sendiri sehingga mengakibatkan stress.

Stresor pertama kali ditampung oleh panca indera dan diteruskan ke pusat emosi yang terletak di sistem saraf pusat. Dari sini, stres akan dialirkan ke organ

tubuh melalui saraf otonom. Organ yang antara lain dialiri stres adalah kelenjar hormon dan terjadilah perubahan keseimbangan hormon, yang selanjutnya akan menimbulkan perubahan fungsional berbagai organ target. Beberapa peneliti membuktikan stres telah menyebabkan perubahan neurotransmitter neurohormonal melalui berbagai aksis seperti HPA (*Hypothalamic-Pituitary Adrenal Axis*), HPT (*Hypothalamic-Pituitary-Thyroid Axis*) dan HPO (*Hypothalamic-Pituitary-Ovarial Axis*). HPA merupakan teori mekanisme yang paling banyak diteliti.

Stres dan Sistem Imun Tubuh menerima berbagai *input*, termasuk stresor yang akan mempengaruhi neuron bagian medial *parvocellular nucleus paraventricular hypothalamus* (mpPVN). Neuron tersebut akan mensintesis *corticotropin releasing hormone* (CRH) dan *arginine vasopressin* (AVP), yang akan melewati sistem portal untuk dibawa ke hipofisis anterior. Reseptor CRH dan AVP akan menstimulasi hipofisis anterior untuk mensintesis *adrenocorticotropin hormon* (ACTH) dari prekursornya, POMC (*propiomelanocortin*) serta mengsekresikannya. Kemudian ACTH mengaktifkan proses biosintesis dan melepaskan glukokortikoid dari korteks adrenal kortison pada rodent dan kortisol pada primata. Steroid tersebut memiliki banyak fungsi yang diperantarai reseptor penting yang mempengaruhi ekspresi gen dan regulasi tubuh secara umum serta menyiapkan energi dan perubahan metabolik yang diperlukan organisme untuk proses *coping* terhadap stressor

Pada kondisi stres, aksis LHPA meningkat dan glukokortikoid disekresikan walaupun kemudian kadarnya kembali normal melalui mekanisme umpan balik negatif. Peningkatan glukokortikoid umumnya disertai penurunan kadar androgen

dan estrogen. Karena glukokortikoid dan steroid gonadal melawan efek fungsi imun, stres pertama akan menyebabkan baik imunodepresi (melalui peningkatan kadar glukokortikoid) maupun imunostimulasi (dengan menurunkan kadar steroid gonadal). Karena rasio estrogen androgen berubah maka stres menyebabkan efek yang berbeda pada wanita dibanding pria.

Berdasarkan hasil penelitian diatas menunjukkan bahwa responden dalam penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh psikologis. Adanya hubungan stress pada nyeri kronis ini didukung oleh Community Health Centre (2010), bahwa stress dapat berasal dari penyakit yang dialami oleh seseorang dan penelitian oleh Creamer dan Hochberg (1998) juga menunjukkan bahwa 49% wanita yang mengalami osteoarthritis lutut mengalami semangat yang rendah bahkan sangat rendah dalam menghadapi kehidupannya. Tingkat stress dapat dipengaruhi oleh jenis kelamin, yang didukung oleh Stroud, Salovey dan Epel (2012) menyatakan bahwa perempuan lebih mudah mengalami depresi dan perubahan mood dibandingkan dengan laki-laki.

Perceived Stress Scale (PSS-10) merupakan kuisioner yang menjelaskan penilaian seseorang mengenai stress, pemahaman mereka selama beberapa bulan terakhir mengenai stress dan seberapa jauh responden merasakan bahwa diri mereka dalam keadaan tidak terkontrol, kelebihan beban serta berada dalam keadaan yang tidak dapat diprediksi. Dengan kuisioner ini dapat diketahui seseorang dinyatakan mengalami stress ringan, stress sedang dan stress berat. Ketika seseorang mengalami stres, banyak sistem organ di dalam tubuh yang dipengaruhi, baik sistem organ dalam tubuh maupun eksternal yang dapat dilihat. Sistem yang paling umum dipengaruhi adalah sistem saraf, sistem pernafasan,

endokrin, kekebalan tubuh, kekebalan tubuh dan saluran pencernaan. (Yoder & Nobbe, 1996). Oleh karena itu Safarino (2016) menyatakan banyak penyakit-penyakit lain yang dihubungkan dengan stres antara lain ; penyakit saluran cerna, asma, hipertensi, penyakit jantung, kanker penyakit lain termasuk osteoarthritis. Stres juga dapat terjadi ketika seseorang mengalami sebuah penyakit, yang merupakan dampak psikologis dari penyakit tersebut.

Pada pasien osteoarthritis dengan nyeri kronik akan menimbulkan perasaan tidak berpengharapan dan depresi. Perasaan ini dikaitkan dengan perubahan kemampuan untuk melakukan aktivitas sehari-hari. Pasien osteoarthritis yang mengekspresikan emosi negatif mereka dengan berlebihan dan mempunyai persepsi negatif tentang nyeri yang mereka alami, penyakit yang dialami pun akan semakin memburuk (Sarafino, 2016)

Penderita osteoarthritis dapat mengalami gangguan psikologis yang muncul sebagai reaksi terhadap nyeri dan kesulitan dalam beraktivitas. Namun stress psikologis juga dapat memperparah terjadinya nyeri pada penderita osteoarthritis terutama terjadinya tanda depresi (Levenson, 2011). Jika depresi sudah berkepanjangan dan hambatan-hambatan mental serta emosional tidak tersalurkan, maka daya tahan seseorang dalam menjalani kehidupan akan menurun drastis. Sampai akhirnya kehilangan gairah dan keingan untuk hidup dan tanpa ambisi. Jika telah demikian, maka akan timbul rasa putus asa dan dapat terjadi peningkatan resiko bunuh diri (Olivia, 2010). Hal yang sama dikemukakan oleh Deardorff (2011) yang mengatakan bahwa ketegangan emosional menyebabkan perubahan system saraf tubuh yang pada gilirannya dapat memicu perubahan ketegangan otot, kejang dan nyeri punggung. Hal ini juga didukung oleh

pernyataan Levenson (2011) saat individu mengalami stress maka terjadi peningkatan produksi sitokin yang dapat memperberat fase peradangan sendi.

Hasil penelitian Siti Annisa (2017) yang berjudul “Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Nyeri Gout Arthritis Pada Lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Aliyang Kota Pontianak” dimana stres merupakan masalah umum yang terjadi dalam kehidupan umat manusia terutama pada lansia. Salah satu penyakit yang sering diderita lansia adalah gout arthritis. Gejala yang sering menyiksa penderita gout arthritis adalah rasa nyeri. Faktor pencetus serangan gout arthritis antara lain stres. Tingkat stres bisa mempengaruhi metabolisme seseorang dan memicu arthritis gout. Nyeri dan stres akan terjadi berdampingan dimana nyeri akan mempengaruhi aktivitas dan kehidupan yang akan menyebabkan seseorang mengalami stress.

Menurut *World Health Organization* (WHO) kualitas hidup merupakan persepsi individu terhadap posisi dirinya di kehidupan dalam konteks budaya dan system nilai di wilayah tempat tinggalnya yang berhubungan dengan target, harapan, standar dan keperntingan. Menurut Schallock & Verdugo (2002 dikutip dari Meiner, 2011), bahwa untuk menganalisa kualitas hidup dapat dilakukan pada kelompok cacat fisik, intelektual, retardasi mental dan juga pada kelompok lansia. Indikator utama yang dapat mempengaruhi adalah kesehatan fisik, kemampuan fungsional, situasi keuangan, hubungan sosial, lingkungan sosial dan ketersediaan layanan kesehatan yang nyaman dirumah maupun di lingkungan, kepuasan hidup, kesempatan dalam pendidikan dan peluang untuk di kehidupan.

Instrumen WHOQOL-BREF ini merupakan rangkuman dari World Health Organization Quality Of Life (WHOQOL) –100 yang terdiri dari 26 pertanyaan. WHOQOL– BREF terdiri dari dua bagian yang berasal dari kualitas hidup secara menyeluruh dan kesehatan secara umum, dan satu bagian yang terdiri dari 24 pertanyaan yang berasal dari WHOQOL – 100 (Koesmanto, 2013). Menurut Raudhah (2012) dalam (Koesmanto, 2013) untuk menilai WHOQOL– BREF, maka ada empat domain yang digabungkan yaitu domain fisik, psikologis, hubungan sosial, dan lingkungan. Semua pertanyaan berdasarkan pada skala Likert lima poin (1-5) yang fokus pada intensitas, kapasitas, frekuensi dan evaluasi.

Menurut Azizah & Hartanti (2016) yang menyatakan bahwa tingkat stress yang meningkat dapat menurunkan kualitas hidup lansia. Begitupun sebaliknya lansia dengan tingkat stress yang rendah akan memiliki kualitas hidup yang meningkat. Hasil penelitian yang sudah dilakukan lingkungan rumah responden sebagian besar adalah kompleks perumahan dengan padat penduduk yang memiliki ruang gerak yang sempit sehingga segala kegiatan dilakukan di dalam termpat yang terbatas. Responden juga sering merasa terganggu dengan suara tetangga yang kurang memiliki toleransi dalam bertetangga seperti memutar musik dengan suara yang keras, anak bermain di depan rumah dan juga suara-suara orang bergadang yang mengganggu saat malam tiba. Hal ini sangat mengganggu waktu istirahat responden yang akan meningkatkan efek negatif terhadap psikologis jika penderita merasa terganggu dan mengakibatkan stress, namun berbeda dengan penderita yang merasa bahwa keadaan ini dianggap sebagai hiburan baginya.

Menurut Rasmus (2011) menyatakan bahwa dukungan lingkungan yang nyaman merupakan salah satu faktor yang dapat mengurangi stress yang berkepanjangan pada individu yang menderita suatu penyakit. Stress yang berkepanjangan dan tidak diatasi akan menyebabkan depresi yang berdampak pada penurunan daya tahan tubuh, sehingga kesehatan fisik dan psikis menurun. Hal ini menyebabkan penurunan fungsi kognitif, emosi dan produktivitas pada penderita yang juga berdampak terhadap kemampuan pemenuhan kebutuhan (Bhat, 2011). Penderita dengan osteoarthritis akan meningkatkan kerentanan penderita terhadap penurunan fungsional. Penderita osteoarthritis yang menjalani pengobatan dapat mempengaruhi kesehatan psikososial. Pengobatan yang berlangsung lama disebabkan karena osteoarthritis merupakan penyakit dengan nyeri kronis yang berlangsung lebih dari 6 bulan. Hal ini sangat mengganggu kehidupan sehari-hari yang dapat mengakibatkan kemarahan terhadap diri sendiri dan mengakibatkan stress (*American Psychological Association, 2011*).

Maka berdasarkan penjelasan di atas lansia dapat mengurangi stress akibat nyeri yang dirasakan dengan cara melakukan distraksi atau relaksasi misal dengan merendam kaki pada pagi hari dengan air hangat untuk mengurangi kekakuan pada sendi dan juga rajin mengkonsumsi obat anti nyeri yang didapat dari puskesmas untuk mengurasi rasa nyeri dan meningkatkan luas pergerakan sendi sehingga meningkatkan kualitas hidup.