

Hubungan Perilaku Makan dan Penyakit Penyerta dengan Kejadian Stroke pada Pra Lansia dan Lansia di Indonesia: Riskesdas 2018

Lydia Ratnadewi Wiragapa¹, Ahmad Syauqy¹, Choirun Nissa¹, Fillah Fithra Dieny¹

ABSTRAK

Latar belakang : Lansia rentan mengalami penyakit degeneratif, salah satunya stroke. Beberapa faktor penyebab stroke yaitu sering mengonsumsi makanan berisiko, kurang mengonsumsi buah dan sayur, serta memiliki penyakit penyerta. Namun, penelitian menggunakan subjek dalam jumlah besar pada wilayah yang luas masih terbatas.

Tujuan : Menganalisis hubungan perilaku makan dan penyakit penyerta dengan kejadian stroke pada pra lansia dan lansia di Indonesia.

Metode : Penelitian ini menggunakan data Riskesdas 2018 dengan desain *cross sectional* pada 15.539 subjek berusia 45-98 tahun di Indonesia. Pengumpulan data menggunakan kuesioner rumah tangga dan individu dari Riskesdas untuk menggali perilaku makan (konsumsi minuman manis, makanan asin, makanan berlemak, makanan yang dibakar, makanan olahan berpengawet, minuman berkarbonasi, minuman berenergi, makanan instan) dan penyakit penyerta (obesitas sentral, hipertensi, dislipidemia, diabetes melitus). Analisis statistik menggunakan analisis deskriptif, *chi-square*, *independent t-test*, serta regresi logistik.

Hasil : Subjek lebih sering mengonsumsi minuman manis dan makanan berlemak. Sering mengonsumsi minuman manis, minuman berkarbonasi, makanan asin, makanan olahan berpengawet, makanan instan, makanan berlemak, makanan yang dibakar, serta kurang mengonsumsi buah, sayur, buah dan sayur berhubungan signifikan dengan kejadian stroke. Selain itu, obesitas sentral, hipertensi, dislipidemia, dan diabetes melitus juga berhubungan dengan kejadian stroke. Sering mengonsumsi makanan berlemak dan menderita diabetes melitus merupakan faktor risiko stroke terbesar pada subjek.

Simpulan : Konsumsi makanan berisiko ≥ 3 kali/minggu, konsumsi buah dan sayur < 5 porsi/minggu, serta memiliki penyakit penyerta meningkatkan risiko stroke pada pra lansia dan lansia di Indonesia.

Kata Kunci : makanan berisiko, penyakit penyerta, pra lansia dan lansia, stroke

¹Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang