

Gambaran Tingkat Stres *Caregiver* Yang Sedang Merawat Lansia Di Poli Geriatri

Yenifra Mashuri¹, Tesha Hestyana Sari², Fathra Annis Nauli³

^{1, 2, 3} Universitas Riau

Email: mashuriyenifra56@gmail.com

Abstrak

Pendahuluan: Seiring bertambahnya jumlah lansia di Indonesia, kebutuhan akan *caregiver* untuk memberikan perawatan jangka panjang semakin besar. *Caregiver* mungkin mengalami kesulitan fisik, psikologis, sosial, dan finansial yang dapat menyebabkan stres dan berdampak negatif pada kualitas perawatan lansia. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui tingkat stres *caregiver* dalam merawat lansia. **Metode:** Penelitian kuantitatif deskriptif menggunakan analisis *cross-sectional*. Pengambilan *purposive sampling* digunakan untuk memilih sampel sebanyak 64 pengasuh lansia. Skala Stres yang Dirasakan-10 (PSS-10) adalah instrumen yang digunakan dalam penelitian ini. Analisis data dilakukan secara univariat. **Hasil:** Berdasarkan penelitian terhadap 64 *caregiver* lansia di Poli Geriatri RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau, mayoritas *caregiver* berusia remaja akhir (29,7%), berjenis kelamin seimbang (50,0%), berperan sebagai anak kandung (62,5%), berpendidikan SMA (45,3%), berpenghasilan di bawah UMR (42,2%), serta sebagian besar mengalami stres sedang (65,6%), diikuti stres sangat berat (18,1%) dan stres ringan (16,1%). **Kesimpulan:** *Caregiver* lansia di Poli Geriatri RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau memiliki karakteristik yang beragam dan sebagian besar mengalami tingkat stres sedang, sehingga diperlukan dukungan tenaga kesehatan dalam pengelolaan stres *caregiver*.

Kata kunci: Nursing, Artikel, Jurnal, *Caregiver*, Lansia, Poli Geriatri, Tingkat Stres.

Abstract

Introduction: As the number of elderly in Indonesia increases, the need for caregivers to provide long-term care is increasing. Caregivers may experience physical, psychological, social, and financial difficulties that can cause stress and negatively impact the quality of elderly care. **Objective:** This study aims to determine the level of caregiver stress in caring for the elderly. **Method:** This descriptive quantitative study used cross-sectional analysis. Purposive sampling was used to select a sample of 64 elderly caregivers. The Perceived Stress Scale-10 (PSS-10) was the instrument used in this study. Data analysis was performed univariately. **Results:** Based on a study of 64 elderly caregivers at the Geriatrics Clinic of Arifin Achmad Hospital, Riau Province, the majority of caregivers were in their late teens (29.7%), had balanced gender (50.0%), were biological children (62.5%), had a high school education (45.3%), earned less than the minimum wage (42.2%), and most experienced moderate stress (65.6%), followed by very severe stress (18.1%) and mild stress (16.1%). **Conclusion:** Elderly caregivers at the Geriatrics Clinic of Arifin Achmad Hospital, Riau Province have diverse characteristics and most experience moderate levels of stress, so support from health workers is needed in managing caregiver stress.

Keywords: Nursing, Articles, Journals, Caregivers, Elderly, Geriatrics Clinic, Stress Level

1. PENDAHULUAN

Bertambahnya usia merupakan proses alami yang ditandai dengan akumulasi kerusakan molekuler dan seluler sehingga terjadi penurunan fungsi fisik dan mental secara bertahap, meningkatnya risiko penyakit, serta perubahan sosial seperti pensiun dan kehilangan pasangan (World Health Organization, 2024). Lansia didefinisikan sebagai individu berusia ≥ 60 tahun, baik menurut WHO maupun Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan

Lansia. Secara global, dunia telah memasuki era population ageing, dengan lebih dari 1 miliar penduduk berusia 60 tahun ke atas pada tahun 2020 dan diproyeksikan mencapai 2,1 miliar pada tahun 2050.

Di Indonesia, peningkatan populasi lansia juga signifikan. Data Badan Pusat Statistik (2023) menunjukkan persentase lansia meningkat dari 10,48% (2022) menjadi 11,75% (2023). Bahkan, *United Nations Population Fund* (2020) menyebut Indonesia sebagai negara dengan jumlah lansia terbesar keempat di dunia setelah Tiongkok, India, dan Amerika Serikat. Di Provinsi Riau, lansia mencapai 7,8% populasi (BPS, 2023). Data rekam medik di RSUD Arifin Achmad mencatat 180 pasien lansia menjalani perawatan di Poli Geriatri selama November 2024–Januari 2025. Kondisi ini meningkatkan kebutuhan perawatan jangka panjang dan peran *caregiver*.

Caregiver adalah individu yang memberikan perawatan kepada anggota keluarga atau orang terdekat yang mengalami gangguan fisik maupun mental, baik secara formal (dibayar) maupun informal (tidak dibayar). Di Indonesia, keluarga memegang peran utama sebagai *caregiver* lansia. Tugas mereka meliputi pengambilan keputusan kesehatan, pemberian perawatan, hingga menciptakan lingkungan yang mendukung. Namun, tanggung jawab ini sering menimbulkan beban fisik, psikologis, sosial, dan finansial.

Stres didefinisikan sebagai respons ketika individu merasa tertekan atau kewalahan (*United Nations Children's Fund*). Pada *caregiver*, stres dapat bersumber dari beban objektif (gangguan aktivitas, kelelahan, biaya) dan subjektif (cemas, sedih, marah, rasa bersalah). Stres berkepanjangan tidak hanya berdampak pada kesehatan *caregiver*, tetapi juga menurunkan kualitas perawatan lansia. Penelitian menunjukkan bahwa intensitas perawatan tinggi berkorelasi dengan peningkatan kecemasan, depresi, dan penurunan kualitas hubungan *caregiver* dengan lansia yang dirawat.

Berbagai studi di Indonesia mengungkap bahwa mayoritas *caregiver* mengalami stres ringan hingga sedang, terutama dipengaruhi oleh beban kerja, kurangnya dukungan sosial, kelelahan fisik, serta ketidaksiapan menghadapi perubahan kondisi lansia, termasuk demensia. Di Poli Geriatri RSUD Arifin Achmad layanan *one stop service* bagi pasien ≥ 60 tahun dengan penyakit degeneratif banyak lansia datang didampingi *caregiver* keluarga. Studi pendahuluan Februari 2025 terhadap 15 *caregiver* menggunakan kuesioner PSS-10 menunjukkan 33,33% mengalami stres ringan, 46,67% stres sedang, dan 20% stres berat. Stres terutama dipicu oleh beban pikiran sejak diagnosis, kebutuhan perhatian ekstra saat lansia nyeri, gangguan aktivitas pribadi, serta tekanan biaya perawatan.

Temuan ini menunjukkan bahwa *caregiver* lansia di RSUD Arifin Achmad mengalami beban psikologis yang nyata dan beragam. Oleh karena itu, penelitian mengenai gambaran tingkat stres *caregiver* menjadi penting sebagai dasar penyusunan intervensi yang tepat guna meningkatkan kesejahteraan psikologis *caregiver* serta kualitas pelayanan kepada lansia.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif dan pendekatan *cross sectional*, di mana pengumpulan data dilakukan dalam satu waktu tanpa intervensi terhadap responden. Desain penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan tingkat stres *caregiver* lansia di Poli Geriatri RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh *caregiver* yang mendampingi lansia di Poli Geriatri, dengan jumlah sampel sebanyak 64 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner tingkat stres *caregiver* yang telah melalui proses uji validitas dan reliabilitas sehingga layak digunakan sebagai alat ukur. Pengumpulan data dilakukan selama enam hari efektif, yaitu pada tanggal 15–24 Desember 2025, sesuai dengan jadwal operasional Poli Geriatri. Sebelum pengisian kuesioner, responden diberikan penjelasan mengenai tujuan dan prosedur penelitian serta diminta menandatangani informed consent

sebagai bentuk persetujuan berpartisipasi.

Prosedur penelitian dilaksanakan setelah memperoleh persetujuan etik dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Keperawatan Universitas Riau dengan Nomor: 3784/UN19.5.1.8/KEPK.FKp/2025 serta izin penelitian dari Fakultas Keperawatan Universitas Riau dan RSUD Arifin Achmad dengan Nomor: 000.9/RSUDAA/1045/2025. Peneliti menjamin penerapan prinsip etika penelitian yang meliputi *informed consent*, *anonymity*, dan *confidentiality* dengan menjaga kerahasiaan identitas responden serta memastikan penelitian tidak menimbulkan risiko atau kerugian bagi partisipan. Analisis data dilakukan secara univariat menggunakan aplikasi *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) untuk mendeskripsikan karakteristik responden dan distribusi tingkat stres *caregiver* lansia dalam bentuk tabel distribusi frekuensi dan persentase.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN HASIL

Tabel 1 memberikan gambaran karakteristik responden yang meliputi usia, jenis kelamin, Hubungan dengan Lansia, Pendidikan terakhir, Penghasilan berdasarkan UMR, Lama merawat Lansia, Pengalaman merawat Lansia, dan Domisili.

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Responden (n=64)

Karakteristik Responden		Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia	Remaja Akhir (17-25 tahun)	19	29.7
	Dewasa Awal (26-35 tahun)	12	18.8
	Dewasa Akhir (36-45 tahun)	11	17.2
	Lansia Akhir (56-65 tahun)	7	10.9
	Manula (65 tahun keatas)	15	23.4
Jenis Kelamin	Laki-laki	32	50.0
	Perempuan	32	50.0
Hubungan dengan Lansia	Pasangan	9	14.1
	Anak	40	62.5
	Saudara	9	14.1
	Cucu	6	9.4
Pendidikan terakhir	SD	3	4.7
	SMP	6	9.4
	SMA	29	45.3
	Perguruan Tinggi	26	40.6
Penghasilan berdasarkan UMR	UMR	22	34.4
	Di Bawah UMR	27	42.2
	Di Atas UMR	15	23.4
Lama merawat Lansia	>2 tahun	34	53.1
	>= 2 tahun	30	46.9
Pengalaman merawat Lansia	Pernah	28	43.8
	Belum Pernah	35	56.3
Domisili	Dalam Kota Pekanbaru	30	46.9
	Luar Kota Pekanbaru	34	53.1

Berdasarkan tabel tersebut, dari 64 responden sebagian besar berada pada usia remaja akhir (29,7%), dengan jumlah responden laki-laki dan perempuan yang seimbang (masing-masing 50,0%). Mayoritas responden merupakan anak dari lansia yang dirawat (62,5%) dengan pendidikan terakhir SMA (45,3%). Sebagian besar memiliki penghasilan di bawah UMR

(42,2%), telah merawat lansia lebih dari dua tahun (53,1%), namun belum memiliki pengalaman merawat lansia sebelumnya (56,3%). Selain itu, lebih dari separuh responden berdomisili di luar Kota Pekanbaru (53,1%), yang berpotensi memengaruhi akses layanan kesehatan dan dukungan sosial.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi kualitas Tingkat Stres

Kualitas Tingkat Stres	Frekuensi (n=64)	Presentase (%)
Stres Ringan	10	15.6
Stres Sedang	42	65.6
Stres Berat	12	18.8
Total	64	100.0

Berdasarkan tabel 2, diketahui bahwa dari 64 responden, sebagian besar tingkat stres *caregiver* lansia berada pada kategori sedang, yaitu sebanyak 42 responden (65,6%). Selanjutnya, sebanyak 12 responden (18,8%) berada pada kategori stres berat. Sementara itu, 10 responden (15,6%) berada pada kategori stres ringan.

PEMBAHASAN

1) Karakteristik Responden Usia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas *caregiver* lansia di Poli Geriatri RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau berada pada kelompok usia remaja akhir (17–25 tahun). Temuan ini menunjukkan bahwa peran *caregiver* juga dijalankan oleh individu usia muda yang masih berada pada fase transisi perkembangan. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, remaja akhir merupakan tahap perkembangan yang ditandai dengan pencarian jati diri dan penyesuaian peran sosial, sehingga berpotensi menimbulkan konflik peran antara tuntutan caregiving dengan kebutuhan. Pendidikan, sosial, dan pengembangan diri (Kemenkes RI, 2018). Kondisi tersebut sejalan dengan teori Stuart (2016) yang menyatakan bahwa individu pada usia remaja akhir rentan mengalami stres akibat tuntutan peran yang bertumpuk serta mekanisme koping yang belum berkembang optimal. Hal ini tercermin dalam hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sebagian besar *caregiver* mengalami stres tingkat sedang, yang menandakan adanya tekanan caregiving yang cukup berat namun masih dalam batas kemampuan adaptasi individu.

Selain itu, keterlibatan *caregiver* pada usia dewasa dan lanjut menunjukkan bahwa usia berperan terhadap tingkat stres yang dialami. Penelitian Liu et al. (2021) menyebutkan bahwa *caregiver* usia produktif cenderung mengalami stres tingkat sedang akibat tanggung jawab perawatan yang berkelanjutan. Pada kelompok usia lanjut, fenomena *elderly caring for elderly* menunjukkan adanya risiko stres tambahan akibat penurunan kondisi fisik dan kesehatan. Kemenkes RI (2018) menjelaskan bahwa usia lanjut ditandai dengan penurunan fungsi tubuh dan meningkatnya risiko penyakit kronis, sehingga peran *caregiving* dapat menjadi beban tambahan. Secara keseluruhan, hasil penelitian ini menegaskan bahwa usia *caregiver* berperan penting terhadap tingkat stres. Dominannya *caregiver* usia remaja akhir serta ditemukannya stres tingkat sedang pada sebagian besar responden menunjukkan perlunya edukasi, dukungan psikososial, dan pendampingan dari tenaga kesehatan, khususnya perawat, guna membantu *caregiver* mengelola stres secara adaptif.

2) Karakteristik Responden Jenis Kelamin

Hasil penelitian menunjukkan bahwa jumlah *caregiver* laki-laki dan perempuan berada dalam proporsi yang seimbang, masing-masing 32 responden (50,0%). Temuan ini mengindikasikan bahwa peran *caregiving* pada lansia tidak lagi didominasi oleh satu jenis kelamin, melainkan menjadi tanggung jawab bersama dalam keluarga. Kondisi ini

mencerminkan perubahan peran sosial dalam keluarga modern, di mana keterlibatan laki-laki dalam perawatan lansia semakin meningkat (Del-Pino- Casado et al., 2019). Sejalan dengan pendekatan psikososial, stres pada *caregiver* dipengaruhi oleh persepsi terhadap peran dan tanggung jawab yang dijalani. Baik *caregiver* laki-laki maupun perempuan berpotensi mengalami stres akibat tuntutan perawatan jangka panjang yang melibatkan beban fisik, emosional, dan sosial, terutama jika dukungan sosial tidak memadai (Liu et al., 2020). Meskipun terdapat perbedaan pola stres berdasarkan jenis kelamin, penelitian menunjukkan bahwa tingkat stres lebih dipengaruhi oleh intensitas perawatan dan ketersediaan dukungan dibandingkan jenis kelamin semata (Bom et al., 2019). Dalam penelitian ini, mayoritas *caregiver* berada pada kategori stres sedang, yang menunjukkan bahwa tuntutan *caregiving* dialami secara relatif setara oleh *caregiver* laki-laki dan perempuan. Hal ini menegaskan bahwa jenis kelamin bukan faktor tunggal penentu stres, melainkan berinteraksi dengan faktor lain seperti usia, hubungan dengan lansia, lama merawat, serta dukungan keluarga. Oleh karena itu, intervensi penurunan stres *caregiver* perlu diberikan secara inklusif dengan mempertimbangkan karakteristik individu dan konteks *caregiving* (World Health Organization, 2021).

3) Karakteristik Responden Hubungan dengan Lansia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas *caregiver* memiliki hubungan sebagai anak dari lansia, yaitu sebanyak 40 responden (62,5%). Temuan ini mengindikasikan bahwa perawatan lansia pada penelitian ini terutama dilakukan oleh keluarga inti. Dominasi *caregiver* yang berstatus sebagai anak mencerminkan adanya keterikatan emosional yang kuat serta rasa tanggung jawab moral yang tinggi terhadap orang tua. Keterikatan emosional yang tinggi dalam hubungan keluarga inti dapat meningkatkan keterlibatan *caregiver* dalam perawatan, namun juga berpotensi memperbesar beban psikologis dan risiko stres (Schulz & Eden, 2016). Dalam penelitian ini, sebagian besar *caregiver* berada pada kategori stres sedang. Kondisi tersebut dapat dipahami sebagai dampak dari tingginya keterikatan emosional antara *caregiver* dan lansia, mengingat peran anak dalam keluarga sering kali disertai tuntutan perawatan yang berkelanjutan. Temuan ini sejalan dengan Adelman et al. (2014) yang menyatakan bahwa *caregiver* keluarga inti cenderung mengalami beban psikologis yang lebih tinggi.

4) Karakteristik Responden Pendidikan Terakhir

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas *caregiver* memiliki tingkat pendidikan terakhir Sekolah Menengah Atas (SMA), yaitu sebanyak 29 responden (45,3%). Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar *caregiver* berada pada tingkat pendidikan menengah. Tingkat pendidikan menengah dapat memengaruhi kemampuan *caregiver* dalam memahami informasi kesehatan dan tuntutan perawatan lansia. Keterbatasan literasi kesehatan berpotensi meningkatkan persepsi terhadap stresor, terutama ketika *caregiver* dihadapkan pada kompleksitas perawatan yang berkelanjutan (Stuart, 2016). Mayoritas *caregiver* dalam penelitian ini mengalami stres sedang. Kondisi tersebut sejalan dengan temuan Liu et al. (2021) yang menyatakan bahwa *caregiver* dengan tingkat pendidikan menengah ke bawah memiliki risiko lebih tinggi mengalami stres dibandingkan *caregiver* dengan pendidikan tinggi. Penghasilan Berdasarkan UMR Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas *caregiver* memiliki penghasilan di bawah Upah Minimum Regional (UMR), yaitu sebanyak 27 responden (42,2%). Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar *caregiver* berada pada kondisi ekonomi yang terbatas.

Keterbatasan penghasilan dapat menjadi stresor tambahan bagi *caregiver*, terutama dalam memenuhi kebutuhan perawatan lansia dan kebutuhan keluarga secara bersamaan. Tekanan ekonomi yang berlangsung secara terus-menerus dapat meningkatkan beban psikologis *caregiver* (Videbeck, 2020). Mayoritas *caregiver* dalam penelitian ini berada pada kategori stres sedang. Kondisi ini sejalan dengan penelitian Del-Pino-Casado et al. (2021) yang

menyatakan bahwa *caregiver* dengan pendapatan rendah memiliki risiko lebih tinggi mengalami stres dibandingkan *caregiver* dengan kondisi ekonomi yang lebih stabil.

5) Karakteristik Responden Lama Merawat Lansia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas *caregiver* telah merawat lansia selama lebih dari dua tahun, yaitu sebanyak 34 responden (53,1%). Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar *caregiver* menjalankan peran *caregiving* dalam jangka waktu yang panjang. Perawatan lansia dalam jangka panjang menuntut keterlibatan fisik dan emosional yang berkelanjutan, sehingga berpotensi menimbulkan kelelahan dan meningkatkan risiko stres pada *caregiver* (Bom et al., 2019). Mayoritas *caregiver* dalam penelitian ini mengalami stres sedang. Kondisi tersebut sejalan dengan temuan Del- Pino-Casado et al. (2021) yang menyatakan bahwa durasi *caregiving* yang lebih lama berhubungan dengan peningkatan beban dan stres *caregiver*.

6) Karakteristik Responden Pengalaman Merawat Lansia

Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas *caregiver* belum pernah memiliki pengalaman merawat lansia sebelumnya, yaitu sebanyak 36 responden (56,3%). Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar *caregiver* menjalani peran *caregiving* tanpa pengalaman awal. Ketidadaan pengalaman sebelumnya dapat memengaruhi kesiapan psikologis *caregiver* dalam menghadapi tuntutan perawatan lansia yang kompleks, sehingga meningkatkan persepsi terhadap stresor *caregiving* (Stuart, 2016). Mayoritas *caregiver* dalam penelitian ini berada pada kategori stres sedang. Kondisi ini sejalan dengan penelitian Riedel et al. (2022) yang menyatakan bahwa *caregiver* pemula lebih rentan mengalami stres dibandingkan *caregiver* yang telah berpengalaman.

7) Karakteristik Responden Domisili

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa sebagian besar *caregiver* berdomisili di luar Kota Pekanbaru, yaitu sebanyak 34 responden (53,1%). Temuan ini menunjukkan bahwa lebih dari separuh *caregiver* harus menghadapi tantangan geografis dalam menjalankan peran *caregiving* bagi lansia yang menjalani perawatan di fasilitas kesehatan rujukan di Kota Pekanbaru. Domisili di luar kota berpotensi menimbulkan berbagai tantangan tambahan bagi *caregiver*, seperti jarak tempuh yang jauh, biaya transportasi yang meningkat, serta keterbatasan akses terhadap layanan kesehatan dan dukungan sosial. Kondisi tersebut dapat memperberat beban fisik dan psikologis *caregiver*, terutama ketika perawatan lansia dilakukan secara berulang dan dalam jangka waktu lama.

Temuan ini sejalan dengan teori stres lingkungan yang dikemukakan oleh Videbeck (2020), yang menyatakan bahwa respons stres individu dipengaruhi oleh faktor lingkungan eksternal, termasuk kondisi tempat tinggal, akses terhadap fasilitas kesehatan, dan ketersediaan sumber daya pendukung. Lingkungan yang kurang mendukung dapat memperkuat persepsi stresor dan menurunkan kemampuan individu dalam mengelola stres. Selain itu, Stuart (2016) menjelaskan bahwa keterbatasan sumber daya sosial dan layanan kesehatan dapat meningkatkan risiko stres psikologis, terutama pada individu yang menjalankan peran *caregiving* dengan tuntutan tinggi. Dalam konteks penelitian ini, *caregiver* yang berdomisili di luar Kota Pekanbaru berpotensi mengalami stres yang lebih tinggi karena harus mengatur waktu, biaya, dan tenaga tambahan untuk mengakses layanan kesehatan di kota.

Hasil penelitian ini juga didukung oleh studi dalam negeri. Penelitian oleh Sari dan Handayani (2021) menunjukkan bahwa *caregiver* yang tinggal jauh dari fasilitas pelayanan kesehatan memiliki tingkat stres dan kelelahan yang lebih tinggi dibandingkan *caregiver* yang tinggal di wilayah perkotaan. Penelitian lain oleh Putri et al. (2022) menyatakan bahwa keterbatasan akses layanan kesehatan dan dukungan sosial di wilayah luar kota berhubungan

signifikan dengan peningkatan beban *caregiver* lansia. Dengan demikian, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa domisili *caregiver* merupakan faktor penting yang berkontribusi terhadap tingkat stres *caregiver*. Oleh karena itu, diperlukan perhatian dari tenaga kesehatan dan pembuat kebijakan untuk meningkatkan akses layanan kesehatan, menyediakan dukungan sosial, serta mengembangkan sistem rujukan dan pendampingan yang ramah bagi *caregiver* dari luar kota guna menurunkan beban psikologis dan meningkatkan kualitas perawatan lansia.

8) Tingkat Stres

Berdasarkan hasil penelitian, mayoritas *caregiver* lansia di Poli Geriatri RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau berada pada tingkat stres sedang, yaitu sebanyak 30 responden (46,9%). Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar *caregiver* mengalami tekanan psikologis yang cukup signifikan sebagai dampak dari peran *caregiving* yang dijalani secara berkelanjutan. Meskipun *caregiver* masih mampu menjalankan aktivitas sehari-hari, kondisi tersebut umumnya disertai dengan kelelahan emosional dan fisik akibat tuntutan perawatan lansia yang berlangsung terus-menerus. Dominannya stres tingkat sedang pada *caregiver* mencerminkan bentuk respons adaptif terhadap beban perawatan lansia yang bersifat kronis dan kompleks. Kondisi ini sejalan dengan hasil penelitian yang menunjukkan bahwa sebagian besar *caregiver* lansia di rumah sakit rujukan mengalami stres tingkat sedang sebagai akibat dari tuntutan perawatan yang berlangsung secara berkelanjutan, sehingga stres sedang menjadi kondisi yang umum dialami dan memerlukan perhatian melalui intervensi keperawatan yang berfokus pada dukungan psikososial serta penguatan kemampuan koping agar tidak berkembang menjadi stres yang lebih berat Sari, Handayani, dan Yuliana (2022).

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai gambaran tingkat stres *caregiver* lansia di Poli Geriatri RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau terhadap 64 responden, diperoleh gambaran bahwa karakteristik *caregiver* lansia menunjukkan variasi yang cukup beragam. Ditinjau dari aspek usia, sebagian besar *caregiver* berada pada kelompok remaja akhir, yaitu sebanyak 19 orang (29,7%). Selanjutnya, berdasarkan jenis kelamin, jumlah *caregiver* laki-laki dan perempuan berada pada proporsi yang seimbang, masing-masing 32 orang (50,0%). Di samping itu, dalam konteks hubungan dengan lansia, sebagian besar *caregiver* adalah anak kandung lansia, dengan jumlah sebanyak 40 orang (62,5%). Terkait dengan latar belakang pendidikan, hampir setengah dari responden memiliki pendidikan terakhir di tingkat SMA, yakni sebanyak 29 orang (45,3%). Selanjutnya, terkait dengan penghasilan, mayoritas *caregiver* memperoleh pendapatan yang tidak mencapai UMR, yaitu sebanyak 27 individu (42,2%).

Lebih lanjut, berdasarkan lama merawat lansia, lebih dari separuh responden telah menjalankan peran sebagai *caregiver* selama lebih dari dua tahun, yaitu sebanyak 34 orang (53,1%). Selanjutnya, ditinjau dari pengalaman merawat lansia, sebagian besar *caregiver* belum pernah memiliki pengalaman merawat lansia sebelumnya, yaitu sebanyak 36 orang (56,3%). Sementara itu, berdasarkan domisili, mayoritas *caregiver* berdomisili di luar Kota Pekanbaru, yaitu sebanyak 34 orang (53,1%). Berdasarkan ilustrasi mengenai tingkat stres *caregiver* lansia, mayoritas responden, yakni 42 orang (65,6%), mengalami stres dengan kategori sedang. Di samping itu, *caregiver* yang mengalami stres sangat berat tercatat sebanyak 12 orang (18,1%), sedangkan *caregiver* dengan stres ringan sebanyak 10 orang (16,1%). Temuan ini menunjukkan bahwa sebagian besar *caregiver* lansia mengalami tekanan psikologis yang cukup signifikan dalam menjalankan peran perawatan, meskipun masih berada pada tingkat stres sedang. Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa *caregiver* lansia di Poli Geriatri RSUD Arifin Achmad Provinsi Riau memiliki karakteristik yang beragam dan mayoritas mengalami tingkat stres sedang. Oleh karena itu, hasil penelitian ini menunjukkan pentingnya perhatian dan dukungan dari tenaga kesehatan, khususnya perawat, dalam membantu *caregiver* mengelola stres agar

kesejahteraan *caregiver* dan kualitas perawatan terhadap lansia dapat tetap terjaga.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Adelman, R. D., Tmanova, L. L., Delgado, D., Dion, S., & Lachs, M. S. (2014). Caregiver burden: A clinical review. *JAMA*, *311*(10), 1052–1060. <https://doi.org/10.1001/jama.2014.304>
- Badan Pusat Statistik. (2023). *Statistik penduduk lanjut usia Indonesia 2023*. Badan Pusat Statistik. <https://www.bps.go.id>
- Bom, J., Bakx, P., Schut, F., & Van Doorslaer, E. (2019). Health effects of caregiving. *Health Economics*, *28*(3), 353–367. <https://doi.org/10.1002/hec.3852>
- Del-Pino-Casado, R., Priego-Cubero, E., López-Martínez, C., & Orgeta, V. (2019). The association between perceived social support and caregiver burden in caregivers of older people: A systematic review. *Journal of Clinical Nursing*, *28*(3–4), 553–566.
- Del-Pino-Casado, R., Priego-Cubero, E., López-Martínez, C., & Orgeta, V. (2021). Subjective caregiver burden and anxiety in informal caregivers: A systematic review. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, *18*(4), 1–12. <https://doi.org/10.3390/ijerph18041934>
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Panduan perawatan lansia di Indonesia*. <https://www.kemkes.go.id>
- Liu, Z., Heffernan, C., & Tan, J. (2021). Caregiver burden: A concept analysis. *International Journal of Nursing Sciences*, *8*(3), 341–349. <https://doi.org/10.1016/j.ijnss.2021.06.002>
- Putri, A. R., Widodo, D., & Lestari, R. (2022). Akses pelayanan kesehatan dan beban caregiver lansia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, *17*(1), 45–52.
- Riedel, O., Klotsche, J., Spottke, A., Deuschl, G., Förstl, H., Henn, F., & Dodel, R. (2022). Burden and quality of life in caregivers of patients with chronic neurological and geriatric conditions. *BMC Geriatrics*, *22*(1), 1–10. <https://doi.org/10.1186/s12877-022-0xxxx-x>
- Rumah Sakit Umum Daerah Arifin Achmad Provinsi Riau. (2025). *Data kunjungan pasien lanjut usia di Poli Geriatri periode November 2024–Januari 2025* (Data internal rekam medis).
- Sari, D. P., & Handayani, F. (2021). Faktor-faktor yang memengaruhi stres caregiver lansia. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, *24*(2), 95–103. <https://doi.org/10.7454/jki.v24i2.1356>
- Sari, D. P., Handayani, F., & Yuliana, R. (2022). Tingkat stres caregiver dalam merawat lansia dengan penyakit kronis. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, *25*(2), 112–120.
- Schulz, R., & Eden, J. (2016). *Families caring for an aging America*. National Academies Press. <https://doi.org/10.17226/23606>
- Stuart, G. W. (2016). *Principles and practice of psychiatric nursing* (10th ed.). Elsevier.
- Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia. (1998). Lembaran Negara Republik Indonesia Tahun 1998 Nomor 190. <https://peraturan.bpk.go.id>
- United Nations Children's Fund. (2022). *Understanding stress: A guide for caregivers*. <https://www.unicef.org>
- United Nations Population Fund. (2020). *State of world population 2020*. <https://www.unfpa.org/swp2020>
- Videbeck, S. L. (2020). *Psychiatric–mental health nursing* (8th ed.). Wolters Kluwer.
- World Health Organization. (2015). *World report on ageing and health*. <https://www.who.int>
- World Health Organization. (2021). *Social isolation and loneliness among older people*. <https://www.who.int>
- World Health Organization. (2024). *Ageing and health: Key facts*. <https://www.who.int>