

GAMBARAN TINGKAT STRES PADA PERAWAT LANSIA (CAREGIVER) DI JEPANG

Irma Amalia¹, Eska Dwi Prajayanti²
irmaamalia433@gmail.com
Universitas 'Aiyiyah Surakarta

ABSTRAK

Latar Belakang: *Caregiver* merupakan tenaga yang berperan penting dalam memberikan asuhan pada lansia. Tingginya jumlah lansia di Jepang meningkatkan kebutuhan *caregiver*, terutama dari negara lain termasuk Indonesia. Tuntutan kerja yang berat, perbedaan budaya, serta tekanan emosional dapat memengaruhi tingkat stres *caregiver*. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stres pada perawat lansia (*caregiver*) asal Indonesia yang bekerja di Jepang berdasarkan karakteristik responden dan kategori tingkat stres. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif. Sampel berjumlah 51 responden *caregiver* yang diambil dengan teknik total *sampling*. Instrumen penelitian berupa kuesioner *Zarit Burden Interview (ZBI)* versi 12 item yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya. Data dianalisis secara univariat menggunakan distribusi frekuensi. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berada pada kelompok usia 26-35 tahun dan mayoritas berjenis kelamin perempuan. Berdasarkan tingkat stres, sebanyak 20 responden (39,2%) mengalami stres rendah, 21 responden (41,2%) mengalami stres sedang, dan 10 responden (19,6%) mengalami stres tinggi. **Kesimpulan:** Mayoritas *caregiver* berada pada kategori stres sedang, dengan dominasi responden perempuan usia produktif. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar *caregiver* mampu beradaptasi, terdapat kelompok yang mengalami stres tinggi sehingga membutuhkan perhatian khusus, baik melalui dukungan sosial, manajemen stres, maupun kebijakan kerja yang lebih mendukung kesejahteraan *caregiver*.

Kata Kunci : *caregiver*, lansia, tingkat stres, Jepang