

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk menggambarkan stres pada *caregiver* yang merawat lansia di Desa Geudong Alue, Kabupaten Bireuen. Metode penelitian menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain fenomenologis. Subjek penelitian terdiri dari tiga orang *caregiver* lansia yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling, dengan karakteristik telah merawat lansia minimal satu tahun dan bersedia menjadi partisipan. Teknik pengumpulan data dilakukan melalui wawancara semi-terstruktur dan observasi non-partisipan. Keabsahan data diuji menggunakan triangulasi sumber, teknik, dan waktu. Analisis data mengacu pada model Creswell yang meliputi pengolahan data, pembacaan menyeluruh, coding, deskripsi tema, penyajian narasi, dan interpretasi data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa *caregiver* mengalami stres yang dipengaruhi oleh beberapa faktor utama. Beban perawatan yang tinggi dan intensif menjadi sumber stres utama, terutama ketika lansia mengalami ketergantungan fisik total dan gangguan kognitif. Konflik peran antara tanggung jawab merawat lansia dengan tuntutan pekerjaan dan pengasuhan anak menciptakan tekanan tersendiri bagi *caregiver*. Minimnya dukungan praktis dari anggota keluarga lain memperberat tanggung jawab yang harus ditanggung seorang diri. Keterbatasan waktu untuk diri sendiri menyebabkan *caregiver* kehilangan kesempatan untuk memulihkan energi dan menjalin interaksi sosial. Dalam menghadapi tekanan tersebut, *caregiver* mengembangkan strategi koping yang beragam, meliputi koping emosional melalui aktivitas sederhana seperti menonton handphone dan menyanyi, koping spiritual melalui doa dan kepasrahan kepada Tuhan, serta koping sosial dengan berbagi cerita kepada saudara melalui telepon.

Kata Kunci: *Beban perawatan, caregiver, lansia, stres.*