

**HUBUNGAN STRES DENGAN KEJADIAN NYERI KEPALA  
PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI KEDOKTERAN  
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA**

Oleh

**Ryu Han Dhamma, NIM 1918011018**

**Jurusan Kedokteran**

**ABSTRAK**

Nyeri kepala merupakan salah satu keluhan yang paling sering ditemui dan dialami >50% orang dewasa di layanan kesehatan primer di seluruh dunia. Nyeri kepala dapat dibagi menjadi tiga jenis, yaitu: nyeri kepala primer, nyeri kepala sekunder, dan nyeri kepala neuropati. Nyeri kepala primer adalah nyeri kepala yang muncul tanpa disebabkan oleh penyakit lainnya. Stres menjadi faktor pemicu nyeri kepala primer. Stres merupakan suatu keadaan dimana seseorang merasakan suatu beban akibat adanya tuntutan dan stres menjadi keluhan yang sering dialami mahasiswa program studi kedokteran. Hal tersebut menyebabkan mahasiswa program studi kedokteran rentan untuk mengalami nyeri kepala yang dapat menghambat produktivitas dan proses perkuliahan. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara stres dengan kejadian nyeri kepala pada mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha. Penelitian ini menggunakan desain penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *total sampling*. Metode pengumpulan data dilakukan melalui kuesioner. Dari hasil pengolahan data menggunakan SPSS, didapatkan 110 responden (68.75%) mengalami stres sedang dan sebanyak 48 responden (30.00%) mengalami nyeri kepala. Semakin tinggi tingkat stres maka akan semakin besar kejadian nyeri kepala yang dialami. Sebanyak 78.26% dari stres berat mengalami nyeri kepala, diikuti dengan 22.73% responden dari stres sedang mengalami nyeri kepala, dan 18.52% responden dari stres ringan mengalami nyeri kepala. Berdasarkan hasil uji chi-square, didapatkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan kejadian nyeri kepala primer dengan nilai p sebesar 0.000 ( $p < 0.05$ ). Dapat diambil kesimpulan, terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kejadian nyeri kepala primer pada mahasiswa program studi kedokteran Undiksha. Dari penelitian ini mahasiswa diharapkan dapat mengelola tingkat stres yang berdampak pada menurunkan kejadian nyeri kepala primer.

Kata-kata kunci: nyeri kepala primer, stres, mahasiswa program studi kedokteran.

**RELATIONSHIP OF STRESS AND HEADACHE IN STUDENT  
OF THE DEPARTMENT OF MEDICINE GANESHA  
UNIVERSITY OF EDUCATION**

**By**

**Ryu Han Dhamma, NIM 1918011018**

**Department of Medicine**

**ABSTRACT**

Headache is one of the most common complaints and is experienced by >50% of adults in primary health care worldwide. Headaches can be divided into three types, namely: primary headaches, secondary headaches, and neuropathic headaches. Primary headaches are headaches that appear without being caused by another disease. Stress is a trigger factor for primary headaches. Stress is a condition where a person feels a burden due to demands and stress is a complaint that is often experienced by medical students. This causes medical student prone to experiencing headaches which can hamper productivity and the lecture process. The purpose of this study was to determine the relationship between stress and the incidence of headaches in Students of the Department of Medicine, Ganesha University of Education. This study uses an analytic observational research design with an approach cross sectional. The sampling technique in this study is total sampling. Methods of data collection is done through a questionnaire. From the results of data processing using SPSS, 110 respondents (68.75%) experienced moderate stress and 48 respondents (30.00%) experienced headaches. The higher the stress level, the greater the incidence of headaches experienced. As much as 78.26% of respondents with severe stress experienced headaches, followed by 22.73% of respondents with moderate stress experienced headaches, and 18.52% of respondents with mild stress experienced headaches. Based on the results of the Chi-Square test, it was found that there was a significant relationship between stress levels and the incidence of primary headaches with a p value of 0.000 ( $p < 0.05$ ). It can be concluded that there is a relationship between stress levels and the incidence of primary headaches in Student of the Department of Medicine Undiksha. From this study, students are expected to be able to manage stress levels that have an impact on reducing the incidence of primary headaches.

Key words: primary headache, stress, medical student