

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Nyeri kepala merupakan salah satu keluhan yang paling umum ditemui di fasilitas kesehatan primer di seluruh dunia. Nyeri kepala merupakan sensasi tidak nyaman serta sensasi sakit yang dapat terjadi di sebagian bagian kepala, nyeri kepala juga dikenal dengan nama sefalgia. Nyeri kepala dapat dirasakan pada bagian belakang kepala bahkan pada garis orbito-meatal (Haryani *et al.* 2018). Nyeri kepala secara garis besar dapat dibagi menjadi tiga jenis berdasarkan penyebabnya, yaitu nyeri kepala primer, nyeri kepala sekunder, dan nyeri kepala neuropati. Nyeri kepala primer adalah nyeri kepala yang penyebabnya sampai sekarang masih belum diketahui, nyeri kepala primer terdiri dari tipe tegang, migren, dan klaster. Sedangkan nyeri kepala yang disebabkan oleh adanya infeksi, penyakit kejiwaan, penyakit pembuluh darah serta trauma dikenal dengan nama nyeri kepala sekunder (Rizzoli & Mullally 2018).

Angka prevalensi nyeri kepala di seluruh dunia termasuk angka yang tinggi, dalam setahun setidaknya sekitar 50% orang dewasa pernah mengalami nyeri kepala. Bahkan dari seluruh penduduk dunia yang berusia 18-65 tahun, setengah sampai tiga perempatnya pernah menderita nyeri kepala, dimana 30% diantaranya mengalami migren dan sekitar 70% diantaranya mengalami nyeri kepala tipe tegang (World Health Organization 2016). Dengan jumlah penderita nyeri kepala yang sangat tinggi, nyeri kepala lebih sering diderita oleh perempuan, bahkan nyeri kepala tipe migren tiga kali lebih sering diderita oleh perempuan. Jenis nyeri kepala

yang paling sering ditemui adalah nyeri kepala tipe tegang, yang kedua adalah tipe migren, dan yang paling jarang ditemui adalah tipe klaster (Rizzoli & Mullally 2018). Berdasarkan waktu keberlangsungannya, nyeri kepala dibagi menjadi nyeri kepala akut dan nyeri kepala kronis. Dimana nyeri kepala kronis adalah nyeri kepala yang dialami selama lebih dari 15 hari dalam satu bulan dan berlangsung melebihi tiga bulan (Susanto 2014).

Nyeri kepala dapat berdampak buruk dalam kehidupan sehari-hari seseorang. Nyeri kepala sering kali mengganggu aktivitas sehari-hari, bahkan nyeri kepala tipe migren termasuk ke dalam sepuluh keluhan tersering yang menyebabkan keterbatasan aktivitas (disabilitas). Berdasarkan hasil penelitian, nyeri kepala dapat menimbulkan adanya penurunan kualitas hidup (Ayzenberg *et al.* 2014). Tidak sedikit penderita nyeri kepala mengalami penurunan produktivitas dikarenakan rasa tidak nyaman yang dialaminya ketika berkegiatan, bahkan banyak penderita nyeri kepala yang tidak dapat bekerja sama sekali sehingga tidak datang ke tempat kerja (Selekler *et al.* 2015). Nyeri kepala juga dapat menyebabkan adanya gangguan tidur, kedua hal tersebut diketahui memiliki hubungan yang erat, keduanya saling mempengaruhi satu sama lain. Gangguan tidur yang paling sering disebabkan oleh nyeri kepala adalah insomnia (Kamelia *et al.* 2013).

Berdasarkan *International Headache Society* (IHS) ada enam faktor yang dipercaya dapat mencetuskan kejadian nyeri kepala primer, faktor-faktor tersebut adalah disfungsi oromandibular, kecemasan, depresi, stres psikososial, stres otot, dan penggunaan obat berkepanjangan (Welch & Goadsby 2002). Pada sebuah penelitian yang dilakukan terhadap residen di RSUP dr. Mohammad Hoesin Palembang, ditemukan bahwa rata-rata lama waktu tidur serta faktor stres berperan

cukup besar dalam memicu munculnya nyeri kepala primer, nyeri kepala primer yang banyak ditemukan adalah tipe migren (Fahmi *et al.* 2019). Penelitian serupa juga dilakukan terhadap mahasiswa program studi kedokteran Universitas Malahayati, hasilnya menyebutkan tingkat stres berhubungan erat dengan kejadian nyeri kepala primer, dimana seluruh mahasiswa yang mengalami stres pernah mengalami nyeri kepala primer terutama tipe migren (Dharmawita *et al.* 2021). Berdasarkan beberapa penelitian sebelumnya, faktor stres berperan penting dalam memicu munculnya keluhan nyeri kepala primer.

Stres adalah suatu keadaan kejiwaan, dimana seseorang merasakan adanya suatu beban akibat adanya tuntutan fisik, ataupun akibat keadaan sekitar yang dianggap mengancam, tidak terkontrol maupun diluar kemampuannya (Nasution 2007). Berdasarkan data dari WHO, hampir sebanyak 350 penduduk dunia pernah mengalami stress, terutama perempuan (Ambarwati *et al.* 2017). Mahasiswa program studi kedokteran juga tidak terlepas dari keadaan stress, seringkali mahasiswa program studi kedokteran mengalami kondisi stress. Berdasarkan hasil penelitian terhadap 87 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado, didapatkan hasil bahwa seluruh mahasiswa fakultas kedokteran pernah mengalami stres. Stres yang muncul dapat dipengaruhi oleh jenis kelamin, orang tua, dosen serta teman sebaya (Sutjiato & Tucunan 2015). Faktor penyebab stres paling sering pada mahasiswa kedokteran adalah faktor akademik, hal tersebut dikarenakan teori yang harus dipelajari jumlahnya sangat banyak dan dipelajari dalam waktu yang singkat (Melaku *et al.* 2015). Mahasiswa kedokteran mengalami stres dari tingkat ringan, sedang bahkan berat. Tingkat stres yang paling sering

dialami adalah tingkat sedang, dimana lebih banyak dialami oleh mahasiswa perempuan (Dharmawita *et al.* 2021).

Berdasarkan penelitian-penelitian diatas, sebagian besar bahkan hampir seluruh mahasiswa kedokteran pernah menderita stres. Stres yang dialami seseorang berhubungan erat dengan munculnya nyeri kepala, dimana peningkatan stres akan menyebabkan peningkatan intensitas dari nyeri kepala primer (Schramm *et al.* 2015). Hal tersebut menyebabkan mahasiswa kedokteran sangat rentan mengalami keluhan nyeri kepala primer.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan stres dengan kejadian nyeri kepala pada mahasiswa program studi kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan stres dengan kejadian nyeri kepala pada mahasiswa program studi kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik subjek penelitian yang menderita nyeri kepala
2. Mengetahui hubungan stres dengan kejadian nyeri kepala primer.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Hasil penelitian dapat dijadikan bahan refleksi bagi para dokter untuk melakukan upaya manajemen stres sebagai tindakan preventif nyeri kepala primer
2. Hasil penelitian dapat dijadikan bahan refleksi bagi para tenaga pendidikan untuk melakukan upaya penyesuaian proses pendidikan sebagai tindakan preventif stres serta nyeri kepala primer.

