

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Nyeri kepala atau sakit kepala adalah suatu keluhan yang umum ditemukan pada fasilitas kesehatan. Nyeri kepala menggambarkan sensasi sakit yang terjadi pada kepala yang cenderung menyebabkan rasa tidak nyaman pada seseorang. Menurut *International Classification of Headache Disorders (ICHD)* sakit kepala dibagi kedalam dua jenis, yakni sakit kepala primer serta sakit kepala sekunder. Sakit kepala primer merupakan nyeri kepala yang tidak ditimbulkan dari adanya kelainan pada struktural intracranial (Qayyum et al., 2022). Mengutip dari *World Health Organization (WHO)* 1 dari 20 orang akan mengalami sakit kepala dalam sehari maupun setengah hari, nyeri kepala terjadi pada 40% populasi atau sebanyak 3,1 miliar manusia pada tahun 2021 dan nyeri kepala sering terjadi pada perempuan daripada laki-laki.

Nyeri kepala dapat disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya dari faktor yang dapat diubah dan faktor yang tidak dapat diubah. Beberapa faktor yang dapat diubah yakni seperti masalah kesehatan mental (seperti kecemasan, depresi, dan gangguan somatisasi), masalah tidur (insomnia, mendengkur, menggemeretakkan gigi saat tidur dan kantuk di siang hari), obesitas, mengonsumsi terlalu banyak kafein serta penggunaan obat yang berlebihan. Sedangkan faktor risiko yang tidak dapat diubah yakni jenis kelamin, usia, status sosial ekonomi rendah, latar belakang genetik, dan cedera kepala atau leher (Cho dan Chu, 2015). Nyeri kepala pada pelajar dapat disebabkan oleh berbagai hal, antara lain kelelahan, stres, kelaparan,

kecemasan, cahaya terang, masalah sosial dan kekhawatiran yang merupakan pemicu umum terjadinya sakit kepala tipe tegang dan migrain pada pelajar (El-Mawgod et al., 2022; Yakubu et al., 2022).

Beberapa jenis sakit kepala tipe primer yang paling umum dialami pada beberapa orang yakni sakit kepala tipe tegang dan juga migraine (Abrianto Wijaya *et al.*, 2019). Pada sebuah penelitian yang dilakukan terhadap mahasiswa kedokteran di fakultas kedokteran Undiksha oleh Ryu Han Dhamma, ditemukan bahwa dari 160 mahasiswa yang menjadi sampel penelitian sebanyak 48 mahasiswa mengeluhkan pernah mengalami nyeri kepala primer.

Kecemasan merupakan keadaan pikiran dimana individu mengalami ketidaknyamanan dan mengalami ketidakpastian, dengan disertai perasaan tidak berdaya (Annisa and Ifdil, 2016). Terdapat beberapa gejala yang dapat timbul dari adanya kecemasan pada seseorang, gejala yang dapat timbul meliputi gejala fisik seperti kesulitan bernapas, denyut jantung meningkat, susah tidur, mual, gemetar, dan pusing, gejala otonom yang muncul yakni seperti nyeri kepala, berkeringat, dada tegang, berdebar-debar, dan gangguan gastrointestinal ringan (Akbar *et al.*, 2022). Pada suatu studi dikatakan bahwa kecemasan memiliki hubungan dua arah dengan nyeri kepala, dimana kecemasan dapat meningkatkan risiko terjadinya nyeri kepala tipe tegang dan juga migrain (Giri *et al.*, 2022)

Kecemasan pada diri mahasiswa dapat muncul karena berbagai sebab, antara lain tekanan akademis, pikiran negatif pada diri sendiri, dan ketakutan akan kegagalan dalam proses pembelajaran atau ujian (Wadi *et al.*, 2022). Suatu studi review yang dilakukan oleh Quek *et al.* (2019), terhadap 69 penelitian yang terdiri dari 40.348 mahasiswa kedokteran didapatkan prevalensi mahasiswa kedokteran

yang mengalami kecemasan secara global sebanyak 33,8% mahasiswa. Pada suatu penelitian lain yang dilaksanakan oleh Thinagar dan Westa (2017) terkait tingkat kecemasan mahasiswa kedokteran Universitas Udayana, mendapatkan hasil yakni dari 130 responden, sebanyak 30 responden (23,1%) mengalami kecemasan ringan sedangkan 100 responden (76,9%) mengalami kecemasan tingkat sedang.

Berdasarkan gejala yang ditimbulkan oleh adanya kecemasan yaitu nyeri kepala, maka disini peneliti ingin untuk melaksanakan suatu penelitian terkait hubungan kecemasan terhadap kejadian nyeri kepala pada mahasiswa kedokteran fakultas kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha. Penelitian akan dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha karena cenderung mahasiswa rentan mengalami kecemasan akibat tekanan akademis yang mereka terima seperti halnya ujian blok, responsi, UTS, UAS, OSCE, KKN pada mahasiswa semester 5 dan tahap pembuatan skripsi khususnya bagi mahasiswa semester akhir, serta pada waktu peralihan antara Sekolah Menengah Atas (SMA) ke perkuliahan khususnya pada mahasiswa baru yang sedang beradaptasi mengenai kehidupan di kampus, oleh karena hal tersebut mahasiswa kedokteran cukup rentan mengalami sakit kepala.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

1. Bagaimana karakteristik subjek penelitian yang mengalami nyeri kepala?
2. Bagaimana karakteristik subjek penelitian yang menderita kecemasan?
3. Bagaimana hubungan kecemasan dengan kejadian nyeri kepala pada mahasiswa prodi kedokteran fakultas kedokteran Undiksha?.

1.3 Tujuan

1. Mengetahui karakteristik subjek penelitian yang mengalami nyeri kepala
2. Mengetahui karakteristik subjek penelitian yang menderita kecemasan
3. Mengetahui hubungan kecemasan dengan kejadian nyeri kepala pada mahasiswa prodi kedokteran fakultas kedokteran Undiksha.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini semoga bisa memberikan kontribusi dalam pengembangan teori dan bukti mengenai kecemasan sebagai faktor risiko nyeri kepala maupun sebagai data prevalensi nyeri kepala dan kecemasan di kalangan mahasiswa, khususnya mahasiswa program studi kedokteran.

2. Manfaat Praktis

A. Bagi Peneliti

Meningkatkan pengetahuan serta pengalaman meneliti melalui kegiatan penggalian literatur hingga pelaksanaan dari penelitian. Diharapkan pula penelitian ini dapat membantu peneliti berikutnya saat melakukan penelitian serupa.

B. Bagi Masyarakat

Meningkatkan wawasan serta gambaran bagi masyarakat khususnya orang tua mahasiswa, mengenai tingkat kecemasan dan kejadian nyeri kepala pada mahasiswa agar kedepannya orang tua paham akan pentingnya peran mereka menjadi pendukung dan pemberi semangat kepada anaknya dalam proses belajar di perguruan tinggi.

C. Bagi Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha

Memberikan Gambaran terkait tingkat kecemasan serta nyeri kepala pada mahasiswa program studi kedokteran, fakultas kedokteran, universitas Pendidikan ganesha.

D. Bagi Pemerintah

Memberikan gambaran terkait tingkat kecemasan serta nyeri kepala pada mahasiswa. Dimana kedepannya pemerintah dapat membuat program-program yang dapat diterapkan pada tiap Lembaga Pendidikan terkait dengan kesehatan mental anak didik.

