

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Nyeri kepala merupakan keluhan yang sangat umum dirasakan oleh pasien ketika datang ke dokter. Nyeri kepala sebagian besar tidak berbahaya dan dapat diobati dengan efektif oleh dokter umum.<sup>1</sup> *International Classification of Headache Disorders* edisi ke-3 mengklasifikasikan nyeri kepala menjadi nyeri kepala primer, nyeri kepala sekunder, dan neuralgia kranial, sentral atau nyeri fasial primer dan nyeri kepala lain.<sup>2</sup>

*Tension-type headache* /TTH merupakan episode nyeri kepala bilateral yang berlangsung dalam beberapa menit hingga berminggu-minggu dengan sifat yang mengikat dan menekan.<sup>3,4</sup> Etiologi pasti dari TTH masih belum diketahui. Terdapat dugaan bahwa faktor penyebab dapat berkaitan dengan stres, postur tubuh yang buruk, pola tidur, kelaparan dan dehidrasi.<sup>3,4</sup> *Tension-type headache* umum terjadi pada orang dengan usia 20-40 tahun<sup>2</sup>. Sebuah studi di Denmark menyatakan 78% orang dewasa setidaknya pernah mengalami satu episode serangan TTH dengan perbandingan tingkat kejadian TTH pada perempuan dan laki-laki mendekati rasio 5:4.<sup>5,6</sup> *Tension-type headache* pada mahasiswa atau dewasa muda, menimbulkan berbagai dampak negatif yang dapat mengganggu kualitas hidup. Dampak negatif yang ditimbulkan TTH dapat mencakup berbagai aspek kehidupan, seperti penurunan produktivitas kerja, terjadi gangguan tidur, terganggu prestasi di sekolah, terganggu kualitas hidup dan berbagai dampak lain.<sup>7</sup> Tekanan fisik dan

mental akibat beban akademis tinggi menjadi faktor risiko TTH, yang jika tidak diidentifikasi dan ditangani dengan baik dapat mengganggu kualitas hidup.<sup>7</sup>

Stres adalah respons seseorang terhadap perubahan dalam situasi yang tidak diinginkan dan biasa diikuti dengan perasaan tertekan dan ketegangan mental.<sup>8</sup> Stres merupakan salah satu faktor penyebab terjadi TTH. Penelitian terkait prevalensi dari kejadian gangguan stres masih sangat terbatas dan hanya terdapat penelitian terkait prevalensi PTSD (*Post Traumatic Stress Disorder*). Berdasarkan survei komorbiditas nasional, orang dewasa berusia 18 tahun dan lebih tua di Amerika Serikat memiliki prevalensi yang diperkirakan sebesar 6,8%.<sup>9</sup> Studi tingkat stres terbesar yang diketahui di Inggris dengan sampel 4.619 responden melaporkan terdapat 51% orang dewasa merasa stres.<sup>10</sup>

Stres dalam lingkup akademik sering disebut sebagai stres akademik. Mahasiswa rentan mengalami keadaan stres akibat tuntutan akademis.<sup>11</sup> Salah satu yang menjadi tuntutan akademik pada mahasiswa yaitu skripsi. Pengerjaan skripsi sering dianggap sebagai suatu beban dan tuntutan yang berat bagi mahasiswa semester akhir untuk mendapatkan gelar sarjana kedokteran. Mahasiswa cenderung berpikir negatif akibat kesulitan yang dialami selama proses pengerjaan skripsi sehingga membuat mahasiswa merasa terbebani dan menjadi stres. Mahasiswa yang mengalami stres dapat menunjukkan perilaku gelisah, cemas, sedih, dan depresi. Selain itu, mahasiswa dapat menunjukkan gejala fisik mulai dari sakit kepala, jantung berdebar-debar, perubahan pola makan, sering buang air kecil, dan sulit menelan.<sup>12</sup> Hal ini dapat terjadi, karena kurang kesiapan mahasiswa dalam menghadapi tuntutan dan tekanan akademik.<sup>11</sup>

Atas dasar permasalahan yang telah dipaparkan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan stres akademik dengan kejadian *tension-type headache* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya. Peneliti berharap dengan dilakukan penelitian ini mahasiswa FKUKWMS bisa lebih mengerti terkait dengan faktor pencetus terjadi TTH dan dapat meningkatkan kualitas hidup mahasiswa dalam menjalani perkuliahan di Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya.

## **1.2 Rumusan Masalah**

1. Apakah terdapat hubungan stres akademik dengan kejadian *tension-type headache* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya angkatan 2019 dan 2021?
2. Apakah terdapat perbedaan tingkat stres akademik dengan kejadian *tension-type headache* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Angkatan 2019 dan 2021?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mempelajari hubungan stres akademik dengan kejadian *tension-type headache* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya angkatan 2019 dan 2021.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mempelajari hubungan stres akademik dengan kejadian *tension-type headache* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya angkatan 2019 dan 2021.

2. Mempelajari perbedaan tingkat stres akademik dengan kejadian *tension-type headache* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya Angkatan 2019 dan 2021.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

1. Sebagai informasi untuk menambah wawasan peneliti terutama dalam kasus hubungan stres akademik dengan kejadian *tension-type headache* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya angkatan 2019 dan 2021.
2. Sebagai informasi tambahan yang dapat digunakan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat mencari faktor lain yang dapat menyebabkan kejadian *tension-type headache* pada mahasiswa.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

1. Sumber informasi bagi para praktisi mengenai hubungan stres akademik dengan kejadian *tension-type headache* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya angkatan 2019 dan 2021.
2. Sumber informasi bagi mahasiswa FKUKWMS untuk menambah wawasan tentang pentingnya manajemen stres agar dapat mengurangi kejadian stres dan *tension-type headache*.