

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Nyeri kepala merupakan gejala yang paling umum dikeluhkan oleh pasien ketika datang ke dokter umum maupun neurolog. Menurut kriteria *HIS* yang diadopsi oleh PERDOSSI, klasifikasi nyeri kepala menurut etiologinya dibagi menjadi nyeri kepala primer dan nyeri kepala sekunder. 90 % kasus nyeri kepala yang dijumpai masuk dalam klasifikasi nyeri kepala primer, dan sisanya sebanyak 10% kasus nyeri kepala masuk dalam klasifikasi nyeri kepala sekunder (Hidayati, 2016). Nyeri kepala primer terdiri dari migren, *trigeminal autonomic cephalgia*, *tension-type headache (TTH)*, dan kelainan lainnya. Kelainan nyeri kepala sekunder sendiri terdiri dari nyeri kepala yang diakibatkan oleh kondisi kesehatan seperti trauma pada kepala dan leher, kelainan vascular kranial dan servikal, penyakit intrakranial non-vaskular, akibat obat-obatan atau gejala putus obat, infeksi, dan lain sebagainya (*“Headache Classification Committee of the International Headache Society (IHS) The International Classification of Headache Disorders, 3rd edition,” 2018*). Dampak yang dapat ditimbulkan dari keluhan nyeri kepala itu sendiri selain berupa terganggunya aktifitas sehari-hari, kualitas hidup yang menurun, dan peningkatan beban ekonomi (*World Health Organization, 2011*). Berdasarkan hasil penelitian multisenter yang berbasis rumah sakit menunjukkan hasil bahwa prevalensi

pasien dengan *chronic tension-type headache* 24%, *cluster headache* 0,5%, *mixed headache* 14%, dan *episodic tension-type headache (TTH)* mencapai 31%. Penelitian ini dilakukan di lima rumah sakit besar di Indonesia. Menurut hasil penelitian tersebut, dapat disimpulkan bahwa keluhan yang paling banyak dialami oleh masyarakat adalah keluhan *tension-type headache* (Oroh *et al.*, 2016).

*Tension-Type Headache* merupakan bentuk nyeri kepala primer yang paling umum. Keluhan ini terjadi sampai dua pertiga dari populasi dan 78% orang pada usia dewasa pasti pernah mengalami kondisi *tension-type headache* minimal satu kali seumur hidupnya. *Tension-Type Headache* merupakan nyeri kepala di dua sisi yang dirasakan seperti mengikat, tidak berdenyut namun dirasakan seperti menekan (*pressing/squeezing*), dengan skala nyeri ringan hingga sedang, tidak didapati mual dan/atau muntah, namun dapat terjadi fonofobia maupun fotofobia (Anurogo, 2014). *TTH* sendiri dapat di klasifikasikan menjadi dua, yaitu *TTH* episodik dan *TTH* kronik. *TTH* tipe episodik dibagi lagi menjadi dua jenis, *TTH* episodik yang jarang (*infrequent episodic*) dan *TTH* episodik yang sering (*frequent episodic*). Jenis *TTH* dengan *infrequent episodic*, pada kasus ini seseorang dapat mengalami serangan nyeri kepala paling tidak 1 kali setiap bulan atau kurang dari 12 kali setiap tahunnya dan biasanya tidak terlalu membutuhkan perawatan medis, sedangkan *TTH* dengan *frequent episodic* sering dikaitkan dengan suatu kecacatan yang serius dan biasanya membutuhkan perawatan medis dengan obat – obat yang mahal. *TTH* tipe kronik

merupakan penyakit yang serius, yang menyebabkan penurunan kualitas hidup seseorang dan memiliki tingkat kecacatan yang tinggi (“*Headache Classification Committee of the International Headache Society (IHS) The International Classification of Headache Disorders, 3rd edition,*” 2018). Terdapat banyak sekali faktor risiko yang dapat mencetuskan terjadinya nyeri kepala primer khususnya pada tipe *TTH*, faktor risiko yang telah berhasil diidentifikasi diantaranya adalah depresi, stres (baik secara mental maupun fisik), rendahnya tingkat kesehatan diri, kecemasan, ketidakstabilan temperamental; misalnya emosionalitas yang tinggi, pola makan ireguler, sedikit berolahraga, tingginya asupan kopi, postur tubuh yang buruk, dan dehidrasi (Kandil *et al.*, 2014).

Stres dan konflik emosional adalah pemicu yang paling sering pada kasus *TTH*. Gangguan psikologik dapat menjadi faktor risiko *tension-type headache*, sedangkan ketegangan mental dan stres merupakan faktor - faktor yang paling sering menyebabkan keluhan *tension-type headache*. Hubungan antara keluhan nyeri kepala dengan stres memang telah terbukti pada pasien *tension-type headache* (Anurogo, 2014). Stres sendiri merupakan reaksi atau tanggapan dari berbagai banyaknya tuntutan atau beban yang bersifat non spesifik, di samping itu stres juga dapat menjadi faktor penyebab sekaligus akibat dari suatu keluhan ataupun penyakit. Kejadian stres di dalam kehidupan seseorang merupakan suatu hal yang sangat sulit untuk dapat dihindari (Yosep & Sutini, 2014). Faktor yang menyebabkan timbulnya stres atau yang biasa disebut dengan stressor

dapat berubah-ubah, sejalan dengan perkembangan manusia tetapi kondisi stress juga dapat terjadi setiap saat sepanjang kehidupan seseorang. Stres sendiri dapat berasal dari mana saja, seperti dari dalam diri, di dalam keluarga, maupun di dalam komuitas/organisasi (Seke *et al.*, 2016).

Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter (PSPD) adalah orang dewasa muda yang sedang menempuh pendidikan S1 di jurusan kedokteran atau pendidikan sarjana sebelum memasuki pendidikan profesi. Umumnya mereka yang menempuh pendidikan di jurusan kedokteran memiliki komitmen akademik yang tidak sembarangan. Tuntutan akademik yang harus dijalani serta jadwal kuliah yang padat, beban akademik yang begitu berat berupa banyaknya jadwal ujian, praktikum dan *skills lab* yang harus dijalani oleh mahasiswa PSPD dapat berdampak timbulnya kualitas tidur yang buruk dan stres bagi mahasiswa PSPD.

Kita dapat melihat di dalam Al-Quran, Allah SWT memfirmankan kepada umatnya untuk tidak bersedih dan takut selain kepada Allah SWT yang dapat menyebabkan seseorang merasa stres, sebagaimana firman Allah SWT:

أَلَا إِنَّ أَوْلِيَاءَ اللَّهِ لَا خَوْفٌ عَلَيْهِمْ وَلَا هُمْ يَحْزَنُونَ ﴿٦٢﴾

“Ingatlah, sesungguhnya para kekasih Allah itu, tidak ada kekhawatiran terhadap mereka dan tidak (pula) mereka bersedih hati.”(QS. Yunus [10]:62).

Berdasarkan data tersebut di atas, maka penulis merasa perlu untuk melakukan penelitian tentang hubungan stres terhadap angka kejadian *tension-type headache (TTH)* pada Mahasiswa PSPD FKIK UMY.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah yang dapat dikemukakan yaitu apakah terdapat hubungan antara stres dengan angka kejadian *Tension Type Headache (TTH)* pada Mahasiswa PSPD FKIK UMY ?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum :**

Untuk menentukan hubungan antara stres dengan angka kejadian *Tension Type Headache (TTH)* pada Mahasiswa PSPD FKIK UMY.

### **2. Tujuan Khusus :**

- a) Untuk menentukan ada tidaknya hubungan antara stres dengan *Tension Type Headache (TTH)* pada mahasiswa PSPD FKIK UMY.
- b) Untuk menentukan keeratan hubungan antara stres dengan *Tension Type Headache (TTH)* pada mahasiswa PSPD FKIK UMY.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **a. Bagi Ilmu Pengetahuan :**

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya informasi dan pengetahuan yang dapat digunakan sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.

b. Bagi Peneliti :

Memperkaya wawasan dan pengalaman penulis dalam membuat karya tulis ilmiah yang baik dan benar dan dapat dijadikan sebagai sarana untuk menambah ilmu pengetahuan dan ilmu klinis khususnya tentang seberapa besar hubungan antara stres dengan *Tension Type Headache (TTH)*

c. Bagi Masyarakat :

Menambah pengetahuan masyarakat mengenai hubungan stres dengan angka kejadian *Tension Type Headache (TTH)* sehingga masyarakat dapat mawas diri serta sadar akan status kesehatannya.

**E. Keaslian Penelitian**

Penelitian mengenai Hubungan Stres dengan Angka Kejadian *Tension Type Headache* pada Mahasiswa PSPD FKIK UMY belum pernah dilakukan sebelumnya. Data pustaka yang menunjukkan adanya beberapa penelitian yang menunjang dan digunakan sebagai rujukan oleh peneliti yang serupa berhubungan dengan penelitian yang akan dilakukan, diantaranya :

**Tabel 1.1 Keaslian Penelitian**

No.	Judul Penelitian	Variabel	Jenis penelitian	Perbedaan	Persamaan
1	Pengaruh Stres Kerja terhadap Kejadian Nyeri Kepala pada Pekerja <i>Ground Handling</i> (Studi Kasus di Bandara Ahmad Yani Semarang) Tahun 2017	Variabel bebas : stres kerja Variabel terikat : nyeri kepala	Kuantitatif, <i>cross sectional</i>	Variabel terikat Dulu : nyeri kepala Sekarang : <i>tension type headache</i>  Tempat penelitian Dulu : Bandara Ahmad Yani Semarang Sekarang : Kampus Terpadu UMY	Metode penelitian : <i>cross sectional</i>
2	<i>Anxiety and Depression in Tension-Type Headache: A Population-Based Study</i> Tahun 2016	Variabel bebas : cemas dan depresi Variabel terikat : <i>tension type headache</i>	Kuantitatif, <i>cross sectional</i>	Variabel bebas dulu : cemas dan depresi Sekarang : stres	Variabel terikat : <i>tension type headache</i> Metode penelitian : <i>cross sectional</i>