

Hubungan Lama Menatap Monitor Komputer Terhadap Insidensi Nyeri

Kepala Tipe Tegang Pada Pemain *Game Online*

Julidar Haritz Lili Surono¹, Muhammad Ardiansyah Adi Nugroho²

¹Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, ²Departemen Neurologi, Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

INTISARI

Latar Belakang: Perkembangan teknologi khususnya komputer memberikan dampak pada kesehatan, salah satunya nyeri kepala. Nyeri kepala primer yang paling sering terjadi adalah nyeri kepala tipe tegang. Pemain *game online* memiliki faktor resiko yang cukup besar untuk mengalami nyeri kepala tipe tegang akibat ketegangan otot secara terus menerus dan radiasi monitor komputer.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara lama melihat monitor komputer terhadap insidensi nyeri kepala tipe tegang.

Metode: Penelitian ini bersifat *analytic* dengan pendekatan *cross sectional*. Responden dalam penelitian ini berjumlah 65 orang. Penelitian ini dilakukan di *Underground game online center* pada bulan Desember tahun 2014. Pengumpulan data dilakukan dengan menyebarkan kuesioner dan penilaian nyeri menggunakan metode (*Visual Analogue Scale*) VAS. Uji statistik yang digunakan adalah *Chi-Square*.

Hasil: Hasil analisis menggunakan uji *Chi-Square* menunjukkan nilai signifikan antara lama menatap monitor komputer terhadap nyeri kepala sebesar 0,001 ($p < 0,05$).

Kesimpulan: Hasil analisis data menunjukkan bahwa terdapat peningkatan yang signifikan angka kejadian nyeri kepala tipe tegang seiring dengan menatap monitor komputer yang meningkat.

Kata kunci: Nyeri kepala tipe tegang, monitor komputer, pemain *game online*.

Relation The Long Time Stare The Computer Monitor Towards Incident of Tension Type Headache on Online Game Players

Julidar Haritz Lili Suro¹, Muhammad Ardiansyah Adi Nugro²

¹*Student of Medical and Health Science of Muhammadiyah University of Yogyakarta,* ²*Departement of Neurology of Medical Medical and Health Science of Muhammadiyah University of Yogyakarta*

ABSTRACT

Background: Development of technology especially computer give effect to healthy, for example headache. Most common primary headache is tension type headache. Game online players have considerable risk factor to get tension type headache because muscle tension continuously and the radiation from computer monitor.

Purpose: This research has the objective to know is there any relation between the long time stare the monitor computer towards incident of tension type headcahe.

Method: This research is analytic with cross sectional approach. Respondents in this research amounted to 65 people. This research conducted at Undergroud game online center on December 2015. Data collection was done by a questionnaire and pain assessment using (Visual Analogue Scale) VAS. Statistical test using Chi-Square.

Results: The result of the research shows significant value between long time staring at a computer monitor to the headache is 0,001 ($p < 0,05$).

Correlation: Data analysis showed that there is a significant increase in the incident of tension type headache due to increased exposure to computer monitor.

Keywords: Tension type headache, computer monitor, game online players.