

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Tension type headache (TTH) adalah nyeri kepala bilateral yang sifatnya menekan atau mengikat dengan intensitas ringan sampai sedang, tidak berdenyut, tidak diperburuk oleh aktivitas fisik, tidak disertai mual, tetapi dapat disertai fonofobia atau fotofobia.^{1,2} TTH merupakan bentuk nyeri kepala paling umum dan paling sering dijumpai.^{1,3} Sekitar 30-78% orang dewasa pernah mengalami TTH setidaknya sekali dalam hidupnya.³ Nyeri kepala ini dapat menyerang segala usia, namun prevalensinya akan meningkat pada dekade kedua dan ketiga, serta lebih sering menyerang perempuan daripada laki-laki dengan rasio 5:4.^{4,5}

Tension type headache (TTH) sering dihubungkan dengan peningkatan stres.¹ Stres adalah suatu respon tubuh non spesifik terhadap suatu tuntutan individu yang dapat memberikan efek positif maupun negatif.⁶ Adaptasi menjadi suatu respon terhadap stres yang dilakukan seseorang untuk bertahan dalam menyelesaikan masalah di hidupnya.⁷

Mahasiswa tentunya juga tidak terlepas dari stres.⁸ *Stressor* atau penyebab stres pada mahasiswa dapat bersumber dari kehidupan akademiknya, seperti tingginya tekanan akademik dari pengajar, orang tua, maupun harapannya sendiri.^{8,9} Stres yang terjadi di lingkungan pendidikan atau akademik disebut dengan stres akademik.⁸ Stres akademik yaitu keadaan dimana individu mengalami tekanan dari lingkungan perkuliahan yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan di perguruan tinggi.¹⁰ Penelitian yang dilakukan oleh Rahman pada tahun 2013 menunjukkan prevalensi stres pada mahasiswa kedokteran mencapai 53%.¹¹ Stres akademik menjadi salah satu faktor pencetus timbulnya TTH pada mahasiswa kedokteran.¹²

Mahasiswa fakultas kedokteran mempunyai beban akademik yang tinggi sehingga menyebabkan timbulnya stres akademik.¹² Beban mengenai tugas-

tugas perkuliahan, target pencapaian nilai, prestasi akademik, serta perubahan gaya belajar dari sekolah menengah ke perguruan tinggi yang dialami oleh mahasiswa menjadi suatu tuntutan akademik yang harus dijalani.¹³

Stres juga menimbulkan dampak bagi kehidupan, maka dari itu Allah berfirman pada surah Ar-Ra'd ayat 28:¹⁴

الَّذِينَ آمَنُوا وَتَطْمَئِنُّ قُلُوبُهُمْ بِذِكْرِ اللَّهِ أَلَا بِذِكْرِ اللَّهِ تَطْمَئِنُّ الْقُلُوبُ

Artinya : “(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka manjadi tenteram dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah-lah hati menjadi tenteram.”

Dari ayat tersebut dapat diambil kesimpulan bahwa setiap orang yang beriman dan selalu mengingat Allah, maka hati mereka akan tenteram, sehingga dapat terhindar dari kecemasan dan stres akan kehidupan dunia.

Beban akademik berat yang harus dipikul oleh mahasiswa fakultas kedokteran berisiko terjadinya stres akademik, sehingga menjadikannya berisiko pula mengalami *tension type headache*, dimana hal tersebut dapat mengganggu kegiatan belajarnya. Penelitian mengenai hubungan tingkat stres akademik dengan *tension type headache* juga belum pernah dilakukan di fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang. Berdasarkan latar belakang dan penelitian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan tingkat stres akademik dengan *tension type headache* pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan antara tingkat stres akademik dengan *tension type headache* pada mahasiswa fakultas kedokteran?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Menganalisis adanya hubungan antara tingkat stres akademik dengan *tension type headache* pada mahasiswa fakultas kedokteran.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk menganalisis tingkat stres akademik yang terjadi pada mahasiswa fakultas kedokteran
- b. Untuk menganalisis adanya *tension type headache* yang terjadi pada mahasiswa fakultas kedokteran
- c. Untuk menganalisis adanya hubungan antara tingkat stres akademik dengan *tension type headache* pada mahasiswa kedokteran

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

- 1) Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan di bidang kedokteran khususnya tentang *tension type headache*.
- 2) Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai salah satu acuan dan manfaat bagi penelitian-penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Praktis

- 1) Bagi responden

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi kepada mahasiswa kedokteran tentang hubungan tingkat stres akademik dengan *tension type headache*.

- 2) Bagi tempat penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi dan masukan untuk melakukan pencegahan terhadap terjadinya stres akademik yang dapat memicu timbulnya *tension type headache*.

- 3) Bagi instansi pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dan referensi untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan tingkat stres akademik dan *tension type headache*.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama, Tahun	Judul Penelitian	Metode	Hasil	Perbedaan	Persamaan
1	Meriyansyah T. 2018. ¹⁵	Hubungan Tingkat Kecemasan dan Kualitas Tidur dengan Kejadian <i>Tension-Type Headache</i> pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta	Penelitian observasional analitik dengan pendekatan <i>cross sectional study</i> .	Terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dan kualitas tidur dengan TTH pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.	Lokasi penelitian, waktu penelitian, variabel bebas	Variabel terikat, metode penelitian
2	Nugroho SA. 2019. ¹⁶	Hubungan Depresi dan Kualitas Tidur dengan <i>Tension Type Headache</i>	Penelitian observasional analitik dengan metode <i>cross sectional</i>	Terdapat hubungan yang antara depresi dan kualitas tidur dengan kejadian <i>tension-type headache</i> (TTH) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran.	Lokasi penelitian, waktu penelitian, variabel bebas	Variabel terikat, metode penelitian
3	Afiqah N. 2017. ¹⁷	Hubungan Antara Kualitas Tidur dengan Nyeri Kepala Primer (NKP) pada Mahasiswa Angkatan 2014-2016 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin Tahun 2017	Penelitian observasional analitik dengan rancangan <i>cross sectional</i>	Terdapat hubungan yang bermakna antara kualitas tidur dengan nyeri kepala primer pada mahasiswa angkatan 2014-2016 Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin tahun 2017	Lokasi penelitian, waktu penelitian, variabel bebas, variabel terikat.	Metode penelitian

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang telah dilakukan sebelumnya pada tabel 1.1 adalah waktu penelitian, lokasi penelitian, dan variabel bebas yaitu tingkat stres akademik. Sehingga penelitian mengenai hubungan stres akademik dengan *tension type headache* pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Semarang belum pernah dilakukan.