



UNIVERSITAS PELITA HARAPAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN

---

**KATA PENGANTAR**

Puji syukur saya panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa atas berkat dan rahmat-Nya, saya dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini dengan baik.

Tugas Akhir yang berjudul “Hubungan Kualitas Tidur Terhadap *Tension-Type Headache* Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan Angkatan 2017” ini ditujukan untuk memenuhi persyaratan akademik guna memperoleh Sarjana Kedokteran pada program studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

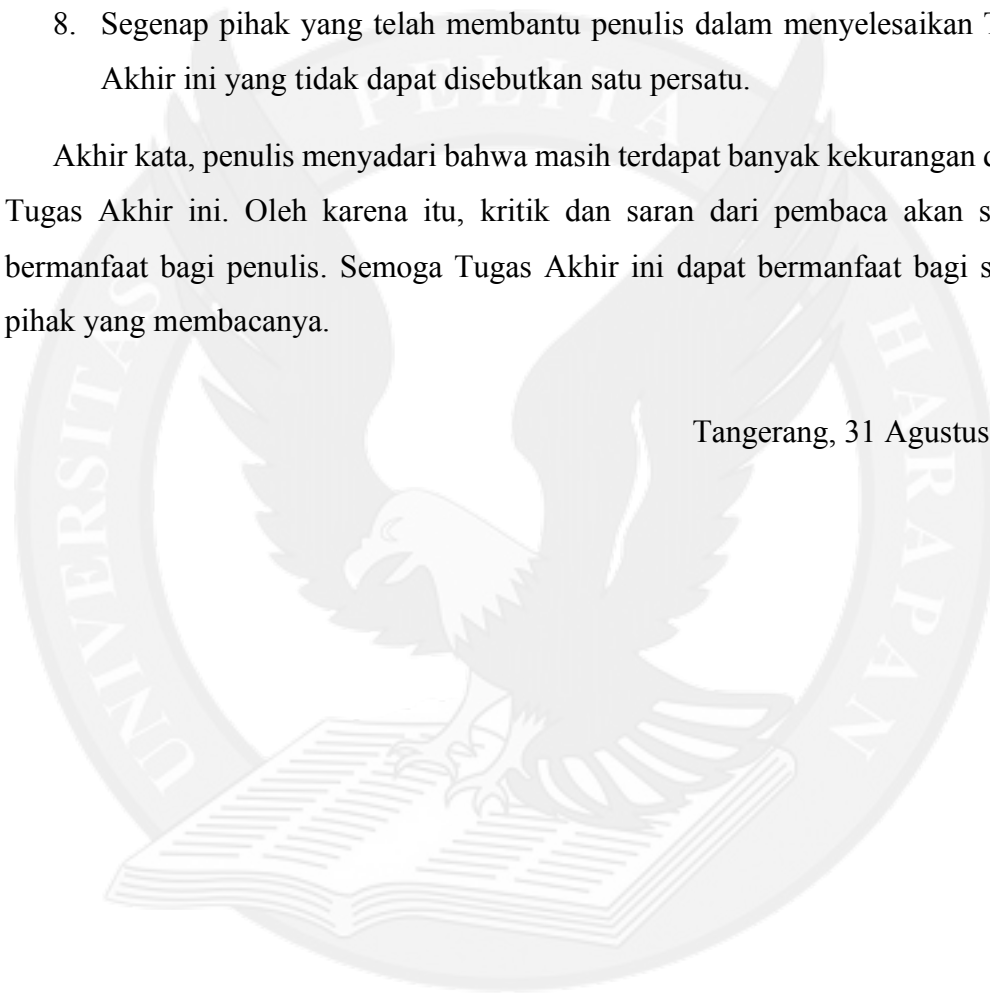
Terima kasih atas doa serta bimbingan yang telah mengambil bagian dalam proses pembuatan Tugas Akhir ini, karena tanpa bantuan, bimbingan, dan doa dari berbagai pihak tugas ini tidak dapat selesai. Saya selaku penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya atas selesainya Tugas Akhir ini yaitu kepada :

1. Prof. Dr. Dr. dr. Eka Julianta Wahjoepramono, Sp. BS, PhD, selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
2. dr. Ratna Sari Wijaya, M.Biomed, Ph.D selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan serta memberikan masukan yang membangun kepada penulis.
3. dr. Ignatius Bima Prasetya, Sp.PD dan dr. Andry Juliansen, Sp.A yang telah bersedia menguji dan juga memberikan masukan kepada penulis.
4. Keluarga saya yang selalu memberikan dukungan moral dan doa sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir ini dengan baik.
5. Seluruh dosen dan staf di Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang selama masa perkuliahan ini telah memberikan ilmu pengetahuan, bimbingan, serta bantuan kepada penulis.

6. Teman-teman selama di Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang telah memberikan dukungan dan semangat bagi saya agar dapat menyelesaikan Tugas Akhir ini dengan baik.
7. Seluruh mahasiswa FK UPH angkatan 2017 yang telah bersedia membantu penulis dalam menjadi sampel penelitian sehingga penulis dapat melaksanakan pengumpulan data dengan lancar
8. Segenap pihak yang telah membantu penulis dalam menyelesaikan Tugas Akhir ini yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Akhir kata, penulis menyadari bahwa masih terdapat banyak kekurangan dalam Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, kritik dan saran dari pembaca akan sangat bermanfaat bagi penulis. Semoga Tugas Akhir ini dapat bermanfaat bagi semua pihak yang membacanya.

Tangerang, 31 Agustus 2020



## DAFTAR ISI

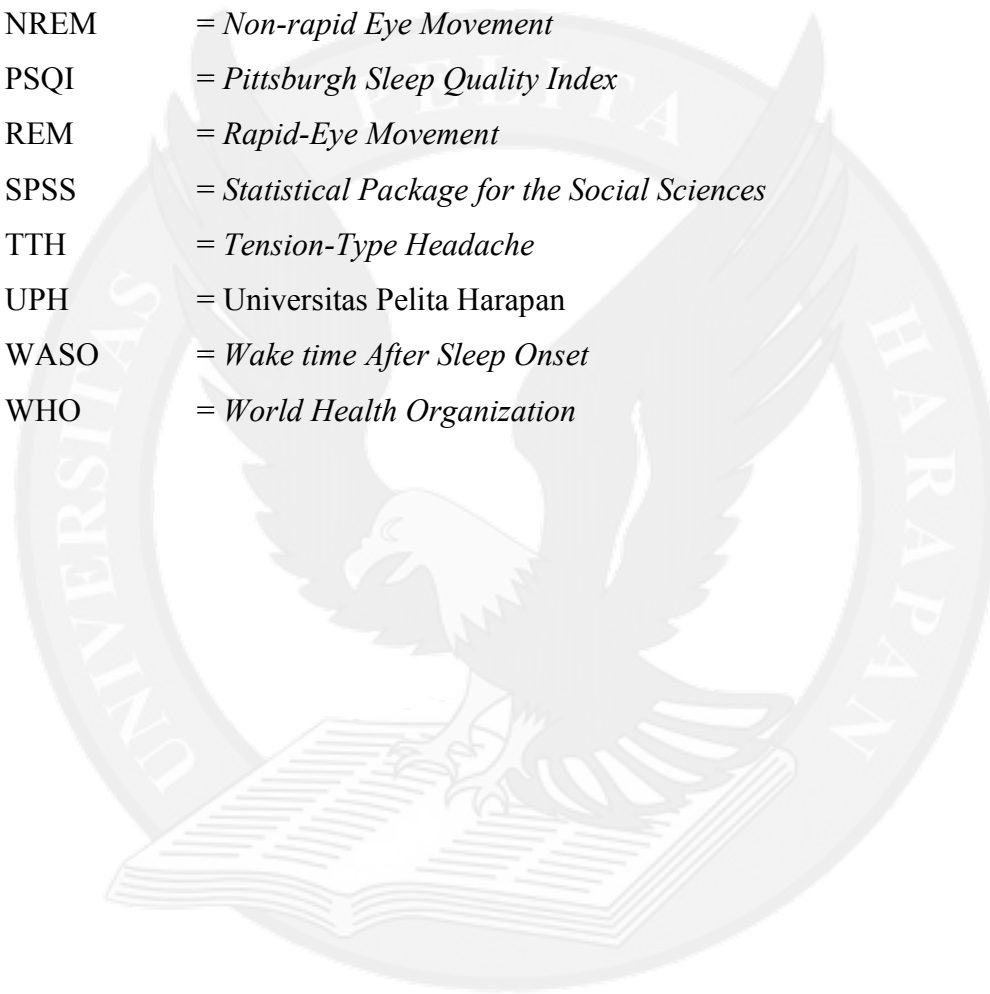
SAMPUL.....	i
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR .....	ii
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING TUGAS AKHIR .....	iii
PERSETUJUAN TIM PENGUJI TUGAS AKHIR.....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR SINGKATAN .....	x
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR .....	xii
ABSTRAK.....	xiii
ABSTRACT.....	xiv
BAB I. PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang .....	1
1.2 Rumusan Masalah .....	2
1.3 Pertanyaan Penelitian .....	2
1.4 Tujuan Penelitian .....	3
1.4.1 Tujuan Umum .....	3
1.4.2 Tujuan Khusus .....	3
1.5 Manfaat Penelitian .....	3
1.5.1 Manfaat Akademik.....	3
1.5.2 Manfaat Praktis .....	3
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA.....	4
2.1 Nyeri Kepala .....	4

2.2	Klasifikasi Nyeri Kepala .....	4
2.3	<i>Tension Type Headache</i> (TTH).....	4
2.3.1	Definisi .....	4
2.3.2	Etiologi .....	5
2.3.3	Klasifikasi .....	5
2.3.4	Patofisiologi .....	7
2.3.5	Faktor-faktor yang Memengaruhi TTH .....	8
2.4	Tidur dan Kualitas Tidur .....	9
2.4.1	Definisi Tidur .....	9
2.4.2	Fisiologi Tidur .....	9
2.4.3	Manfaat Tidur .....	11
2.4.4	Kualitas Tidur .....	11
2.4.5	Faktor-faktor yang Memengaruhi Kualitas Tidur .....	12
2.5	Hubungan antara Gangguan Tidur dengan TTH dari Penelitian Sebelumnya .....	13
BAB III. KERANGKA TEORI, KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS ....		15
3.1	Kerangka Teori .....	15
3.2	Kerangka Konsep .....	16
3.3	Hipotesis.....	16
3.4	Variabel .....	16
3.4.1	Variabel Bebas .....	16
3.4.2	Variabel Terikat .....	16
3.4.3	Variabel Perancu .....	17
3.5	Definisi Operasional .....	17
BAB IV. METODOLOGI PENELITIAN .....		19
4.1	Desain Penelitian.....	19
4.2	Lokasi dan Waktu Penelitian .....	19

4.2.1	Lokasi Penelitian .....	19
4.2.2	Waktu Penelitian .....	19
4.3	Bahan dan Cara Penelitian .....	19
4.3.1	Bahan Penelitian .....	19
4.3.2	Cara Penelitian .....	19
4.4	Populasi Penelitian .....	20
4.4.1	Populasi Target .....	20
4.4.2	Populasi Terbatas .....	20
4.4.3	Sampel Penelitian .....	20
4.5	Cara Pengambilan Sampel .....	20
4.6	Cara Perhitungan Jumlah Sampel .....	20
4.7	Kriteria Inklusi dan Eksklusi .....	21
4.7.1	Kriteria Inklusi .....	21
4.7.2	Kriteria Eksklusi .....	21
4.8	Alur Penelitian .....	21
4.9	Pengolahan Data .....	22
4.10	Uji Statistik .....	22
BAB V	.....	23
BAB VI	.....	27
DAFTAR PUSTAKA	.....	28
LAMPIRAN	.....	32
Lampiran 1.	Lembar Informasi Penelitian .....	32
Lampiran 2.	Lembar Persetujuan Partisipasi ( <i>Informed Consent</i> ) .....	35
Lampiran 3.	Lembar Kuesioner <i>Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)</i> .....	36
Lampiran 4.	Lembar <i>Checklist</i> Wawancara <i>Tension-Type Headache</i> .....	40

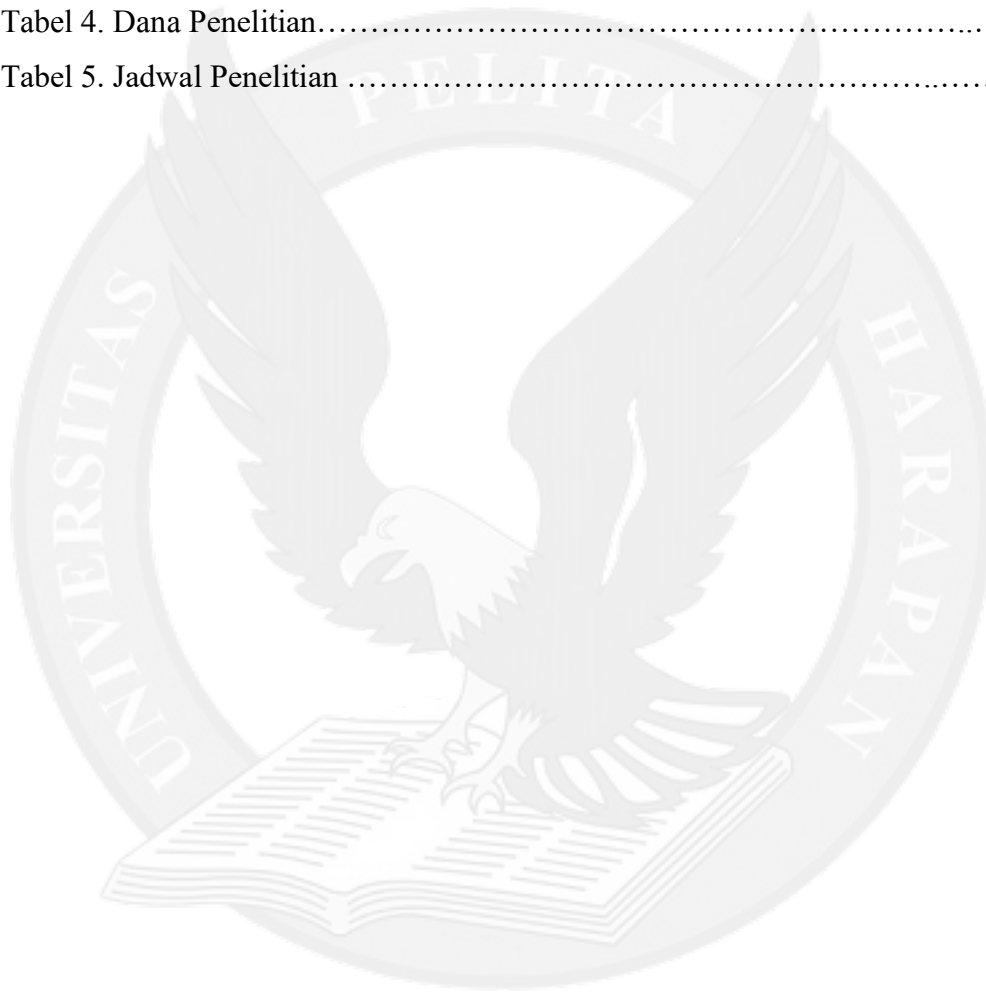
## DAFTAR SINGKATAN

EDS	= <i>Excessive Daytime Sleepiness</i>
EEG	= <i>Electroencephalogram</i>
HGH	= <i>Human Growth Hormone</i>
NREM	= <i>Non-rapid Eye Movement</i>
PSQI	= <i>Pittsburgh Sleep Quality Index</i>
REM	= <i>Rapid-Eye Movement</i>
SPSS	= <i>Statistical Package for the Social Sciences</i>
TTH	= <i>Tension-Type Headache</i>
UPH	= Universitas Pelita Harapan
WASO	= <i>Wake time After Sleep Onset</i>
WHO	= <i>World Health Organization</i>



## DAFTAR TABEL

Tabel 1. Definisi Operasional .....	17
Tabel 2. Karakteristik Subjek Penelitian.....	23
Tabel 3. Hubungan antara Kualitas Tidur dengan <i>Tension-Type Headache</i> .....	24
Tabel 4. Dana Penelitian.....	29
Tabel 5. Jadwal Penelitian .....	30



## DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Teori.....	15
Gambar 2. Kerangka Konsep.....	16
Gambar 3. Alur Penelitian .....	21

