

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Berdasarkan *International Headache Society (IHS)* nyeri kepala diklasifikasikan menjadi 3 macam, yaitu nyeri kepala primer, nyeri kepala sekunder, nyeri kepala kranial neuropati, nyeri wajah dan nyeri kepala lainnya. Nyeri kepala primer tidak disebabkan oleh adanya gangguan struktur di kepala dan kondisi patologis, tetapi pada nyeri kepala sekunder disebabkan oleh kondisi patologis, seperti adanya tumor otak, aneurisma dan penyebab lainnya.<sup>1</sup> *Tension type headache* merupakan jenis dari nyeri kepala primer yang sering terjadi, daripada jenis-jenis nyeri kepala lainnya. Prevalensi kejadian *tension type headache* pada populasi umum, berdasarkan prevalensi seumur hidup sebesar 30% dan 78%.<sup>2</sup> Kemudian berdasarkan hasil penelitian multisenter pada 5 rumah sakit besar di Indonesia (Medan, Bandung, Makassar, Denpasar), prevalensi penderita *episodic tension type headache* 31% dan *chronic type headache* 24%.<sup>3</sup> *Tension type headache* juga dapat mempengaruhi 1,4 miliar orang atau 20,8% dari populasi, dan kejadiannya sering terjadi pada remaja, terutama pada wanita.<sup>4</sup>

Saat ini dunia sedang menghadapi pandemi *Coronavirus Disease 2019* (COVID-19). Salah satu upaya pencegahan penyebaran COVID-19, yaitu diberlakukannya penerapan pembatasan sosial. Hal tersebut dapat berdampak di berbagai bidang, terutama pada bidang pendidikan yang mengubah cara pembelajaran tatap muka menjadi pembelajaran *online*.<sup>5</sup> Tetapi pada kenyataannya pembelajaran *online* memiliki banyak dampak negatif bagi para mahasiswa yang menjalankannya, salah satunya dapat memicu rasa stres sehingga menyebabkan kesehatan mental yang kurang baik.<sup>6</sup> Hal itu dapat mengakibatkan penurunan produktivitas, yang berpengaruh pada proses kegiatan belajar mahasiswa.<sup>7</sup> Pada penelitian yang sudah dilakukan menyatakan

bahwa tingkat stres mahasiswa selama pembelajaran online yaitu 55,1%, selain itu berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Ikatan Psikolog Klinis (IPK) sebesar 23,9% kejadian stres pada remaja.<sup>8</sup>

Stres merupakan salah satu bentuk persoalan kesehatan mental yang sering dialami oleh remaja.<sup>6</sup> Stres artinya gangguan tubuh dan pikiran yang ditimbulkan sebab adanya tuntutan hidup, tekanan, ketegangan, dan gangguan yang berasal dari luar diri seseorang. Mahasiswa dapat mengalami stres yang diakibatkan oleh pikiran dalam menjalankan perkuliahan.<sup>5</sup> Prevalensi tingkat stres berdasarkan penelitian sebelumnya pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan sebesar 87,5% mahasiswa tingkat awal mengalami kondisi stres, dan pada mahasiswa tingkat akhir sebesar 73,3% mengalami kondisi stres.<sup>29</sup> Adanya pembelajaran *online* menyebabkan peningkatan tingkat stres pada mahasiswa, yang dapat terjadi karena berbagai faktor seperti gangguan jaringan internet, kurangnya pengalaman, kurangnya praktik secara langsung, sehingga terjadi kesulitan dalam memahami materi pembelajaran dan terhambatnya proses pembelajaran.<sup>9</sup>

Peningkatan tingkat stres akibat pembelajaran *online* yang dialami oleh mahasiswa, dapat memicu gejala *tension type headache*.<sup>10</sup> Terdapat peneliti yang sudah pernah melakukan penelitian tentang “Hubungan Tingkat Stres Akademik dengan *Tension Type Headache*” yang memiliki hasil 33,3% menderita *tension type headache*, sedangkan 77,7% tidak mengalaminya. Pada penelitian tersebut tidak meneliti tentang tingkat stres akibat pembelajaran online terhadap kejadian *tension type headache* yang sering dialami oleh mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan. Dengan adanya penelitian ini, bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh antara tingkat stres akibat pembelajaran *online* terhadap kejadian *tension type headache* pada mahasiswa praklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang yang sudah dijelaskan di atas, maka dapat disimpulkan rumusan masalah pada penelitian ini adalah :

“Apakah terdapat pengaruh tingkat stres akibat pembelajaran *online* terhadap kejadian *tension type headache* pada mahasiswa praklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?”

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan umum :

- a. Untuk mengetahui pengaruh tingkat stres akibat pembelajaran *online* terhadap kejadian *tension type headache* pada mahasiswa praklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

### 1.3.1 Tujuan khusus :

- a. Untuk mengetahui proporsi pembelajaran *online* pada mahasiswa praklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang melakukan pembelajaran secara *online*.
- b. Untuk mengetahui proporsi tingkat stres akibat pembelajaran *online* pada mahasiswa praklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
- c. Untuk mengetahui proporsi kejadian *tension type headache* pada mahasiswa praklinik Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang melakukan pembelajaran secara *online*.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Akademik**

- a. Untuk menambah wawasan pada peneliti dan pembaca dalam bidang kesehatan, terutama pada pengaruh tingkat stres mahasiswa praklinik akibat pembelajaran *online* dengan kejadian *tension type headache*.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

- a. Untuk meningkatkan pengetahuan terutama pada mahasiswa kedokteran tentang upaya pencegahan, agar dapat dilakukan untuk mencegah kejadian *tension type headache*.