

## ABSTRAK

### HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN NYERI KEPALA MIGREN PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PELITA HARAPAN

**Latar Belakang:** Menurut WHO pada tahun 2016, dilaporkan bahwa terdapat nyeri kepala migren yang terjadi pada usia 18-26 tahun dan 35-45 tahun. Hal tersebut terjadi karena beberapa faktor termasuk depresi, kecemasan dan kehidupan sosial. Telah dilaporkan adanya hubungan nyeri kepala dengan kualitas tidur pada mahasiswa kedokteran menggunakan kuesioner HIS yang menilai tiga indikasi dari nyeri kepala di Universitas Lampung pada tahun 2017. Di India telah dilaporkan bahwa terdapat masalah kualitas tidur pada mahasiswa kedokteran tahun 2013 di Universitas India. Walaupun telah dilaporkan adanya hubungan antara kualitas tidur dengan nyeri kepala migren yang menggunakan kuesioner HIS namun belum di teliti mengenai hubungan kualitas tidur dengan nyeri kepala migren pada mahasiswa fakultas kedokteran menggunakan kuesioner MS-Q yang lebih spesifik untuk mengukur nyeri kepala migren.

**Tujuan Penelitian :** Mengetahui apakah ada hubungan antara kualitas tidur yang di ukur menggunakan *PSQ-I* dengan nyeri kepala migren yang di ukur menggunakan *MS-Q* pada mahasiswa fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

**Metode Penelitian :** Penelitian dilakukan dengan menggunakan metode analitik komparatif kategorik tidak berpasangan. Pengumpulan sampel dilakukan dengan cara membagikan kuesioner PSQI dan MS-Q melalui *google form* kepada mahasiswa angkatan 2019-2021. Kebutuhan sampel sebanyak 65 responden, namun didapatkan jumlah kriteria inklusi sebanyak 91 sampel. Data yang diperoleh akan diolah menggunakan *Microsoft Excel* dengan *Statistical Package for the Social Sciences* (SPSS) dan di analisa dengan uji *Pearson chi-square* dengan derajat kepercayaan 95% ( $p < 0,05$ ).

**Hasil dan Pembahasan :** Pada 91 mahasiswa yang memenuhi kriteria inklusi mendapati hasil kualitas tidur buruk sebanyak 59 responden (67.0%) dan kualitas tidur baik sebanyak 32 responden (32,9%). Dari masing-masing kelompok nyeri kepala migren sebanyak 31 responden (34.0%) dan yang tidak mengalami migren sebanyak 60 responden (65.9%). Metode analisa uji *Pearson chi-square* menunjukkan hubungan antara kualitas tidur dengan nyeri kepala migren yang signifikan (  $p = 0,003$ ), dan OR = 1,6. Penelitian sebelumnya telah melaporkan terdapat hasil yang signifikan antara kualitas tidur dengan nyeri kepala migren menggunakan kuesioner HIS, sedangkan penelitian ini yang dilakukan pada mahasiswa kedokteran menggunakan kuesioner MSQ menunjukkan hasil yang bermakna juga. Kejadian nyeri kepala migren yang terjadi akibat gangguan kualitas tidur disebabkan karena adanya gangguan ritme sirkadian pada nucleus suprachiasmatic hypothalamus yang menyebabkan vasodilatasi otot – otot kepala sehingga menimbulkan nyeri.

**Kesimpulan :** Hasil penelitian ini mendukung hipotesis penelitian yang menyatakan adanya hubungan antara kualitas tidur dengan nyeri kepala migren yang bermakna (  $p = 0,003$ ) dengan menunjukkan bahwa mahasiswa yang memiliki kualitas tidur buruk memiliki risiko 1,6 kali lebih tinggi menderita migren.

**Kata Kunci: Kualitas tidur, Mahasiswa kedokteran, Nyeri kepala migren.**

## **ABSTRACT**

Dea Ayuningtias Hambali (01071190144)

### **THE RELATIONSHIP OF SLEEP QUALITY WITH MIGRAINE HEAD PAIN IN FACULTY OF MEDICINE STUDENTS OF PELITA HARAPAN UNIVERSITY**

**Background:** According to WHO in 2016, it was reported that there were migraine headaches that occurred at the age of 18-26 years and 35-45 years. This happens due to several factors including depression, anxiety and social life. It has been reported that there is a relationship between headache and sleep quality in medical students using the HIS questionnaire which assessed three indications of headache at the University of Lampung in 2017. In India, it has been reported that there are sleep quality problems in medical students in 2013 at the University of India. Although it is reported that there is a relationship between sleep quality and migraine headaches using the HIS questionnaire, there has been no discussion of sleep quality with migraine headaches in medical students 2 using the MS-Q questionnaire which is more specific to measure migraine headaches.

**Research Objectives:** To find out whether there is a relationship between sleep quality as measured using PSQ-I and migraine headaches measured using MS-Q in students of the Faculty of Medicine, Universitas Pelita Harapan.

**Methods:** The research was conducted by distributing google forms to UPH Medical Faculty students who were taken randomly as many as 91 people from the 2019-2021 class.

**Results and Discussion:** In 91 students who met the inclusion criteria, 59 respondents (67.0%) had poor sleep quality and 32 (32.9%). From each migraine headache group there were 31 respondents (34.0%) and 60 respondents (65.9%). The Pearson chi-square test analysis method showed a significant relationship

*between sleep quality and migraine headaches ( $p = 0.003 < 0.05$ ), and  $OR = 1.6$ . In previous studies, it has been reported that there are significant results between sleep quality and migraine headaches as measured using the HIS questionnaire, but no one has used the MSQ questionnaire on medical students that specifically only assesses migraine with sleep quality.*

**Conclusion:** *The results of the study on students of the Faculty of Medicine, University of Pelita Harapan showed a significant relationship between sleep quality and migraine headaches ( $p = 0.003 < 0.05$ ), indicating that students who had poor sleep quality had a 1.6 times higher risk suffer from migraines than students who have good sleep quality. It can be concluded that the results of this study are in accordance with the hypothesis.*

**Keywords:** *Sleep quality, Medical students, Migraine headaches.*

