

ABSTRAK

Valentina Budiono (01071200037)

HUBUNGAN GANGGUAN TIDUR DENGAN *TENSION TYPE HEADACHE* (TTH) PADA MAHASISWA PRE-KLINIK FK UPH ANGKATAN 2020

(xvi + 54 halaman: 6 tabel, 3 bagan, 7 lampiran)

Latar Belakang: Nyeri kepala merupakan keluhan klinis yang paling umum terjadi pada kalangan masyarakat luas. Salah satu jenis nyeri kepala yang seringkali dikeluhkan adalah *tension type headache* (TTH), yang muncul sebagai akibat dari ketegangan otot di daerah kepala dan leher. Beberapa studi membuktikan bahwa faktor pencetus TTH yang paling signifikan merupakan gangguan tidur. Selain itu, studi di negara lainnya juga membuktikan bahwa mahasiswa fakultas kedokteran merupakan kelompok individu yang memiliki kualitas tidur yang buruk hingga menyebabkan adanya gangguan tidur, seperti insomnia. Oleh karena itu, TTH seringkali menyerang atau muncul pada kalangan mahasiswa kedokteran dan hal ini dapat memberikan dampak negatif pada aktivitas sehari-hari, seperti performa akademik.

Tujuan Penelitian: Penelitian ini bertujuan untuk mengevaluasi korelasi antara gangguan tidur dengan angka kejadian *tension type headache* (TTH) pada kalangan mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan angkatan 2020.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian analitik komperatif kategorik tidak berpasangan dengan pendekatan studi potong-lintang (*cross-sectional*). Pengambilan data dilakukan dengan cara pengisian lembar kuesioner PSQI, DASS 21, dan wawancara diagnosis TTH. Penelitian dilakukan terhadap 150 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan angkatan 2020. Analisis data penelitian dilakukan dengan menggunakan SPSS 25.

Hasil: Berdasarkan dari hasil penelitian yang dilakukan pada 150 mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan, terdapat 67 mahasiswa mengalami gangguan tidur. Dari 67 mahasiswa tersebut, terdapat 45 mahasiswa yang mengalami gejala TTH.

Kesimpulan: Sebagai kesimpulan dipaparkan bahwa terdapat hubungan antara gangguan tidur dengan TTH secara signifikan yang ditinjau berdasarkan hasil *p value*, yaitu $p < 0,001$.

Kata Kunci: *Gangguan Tidur, Tension type headache (TTH), Stress*

Referensi: 52 (2014-2022)



ABSTRACT

Valentina Budiono (01071200037)

THE CORRELATION OF SLEEP DISORDERS WITH TENSION TYPE HEADACHE (TTH) IN PRE-CLINICAL STUDENTS OF UPH FK 2020

(xvi + 53 pages: 6 tables, 3 charts, 7 attachments)

Background: *Headache is the most common clinical complaint among the public. One type of headache that is often complained of is tension type headache (TTH), which arises because of muscle tension in the head and neck area. Several studies have shown that the most significant trigger factor for TTH is sleep disturbance. In addition, studies in other countries also prove that medical school students are a group of individuals who have poor sleep quality that causes sleep disorders, such as insomnia. Therefore, TTH often attacks or appears among medical students which can have a negative impact on daily activities, such as academic performance.*

Objectives: *This study aims to evaluate the correlation between sleep disorders and the incidence of tension type headache (TTH) among students of the Faculty of Medicine, Universitas Pelita Harapan class 2020.*

Methods: *This study is an unpaired categorical comparative analytic study with a cross-sectional study approach. Data were collected by filling out the PSQI questionnaire sheet, DASS 21, and interviewing the diagnosis of TTH. The research was conducted on 150 students of the Faculty of Medicine, Universitas Pelita Harapan batch 2020. The research data analysis was carried out using SPSS 25.*

Result: *Based on the results of research conducted on 150 students of the Faculty of Medicine, Pelita Harapan University, there were 67 students experiencing sleep disturbances. Of the 67 students, there were 45 students who experienced TTH symptoms.*

Conclusion: *So, it can be concluded that there is a significant relationship between sleep disturbances and TTH which is reviewed based on the results of the p value, namely $p < 0.001$.*

Keywords: *Sleep Disorders, Tension type headache (TTH),*

Reference: 52 (2014-2022)

