

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kecemasan adalah kondisi dimana seseorang merasa takut dan gelisah.^[1] Kecemasan merupakan salah satu masalah kesehatan mental yang sering terjadi pada remaja. Manifestasi kecemasan dapat berupa gelisah, tertekan, peningkatan tekanan darah, jantung berdebar, kepala terasa ringan, dan lemas.^[2,3]

Cemas biasanya muncul ketika seseorang sedang berada dibawah tekanan. Respon tubuh terhadap stresor yang terjadi pada setiap orang berbeda-beda. Sehingga gejala kecemasan yang muncul antara satu individu dengan individu lain tidak selalu sama dan hal tersebut merupakan respon fisiologis dari dalam tubuh untuk mengatasi tekanan.^[3,4] Namun, gejala cemas dapat berevolusi menjadi sebuah gangguan kecemasan apabila seseorang terpapar stresor dalam jangka waktu panjang atau manajemen terhadap stres yang kurang baik.^[5]

Mahasiswa kedokteran termasuk salah satu populasi yang rentan mengalami kecemasan dibanding dengan mahasiswa dari fakultas lainnya.^[6] Hal tersebut disebabkan oleh beberapa faktor seperti proses adaptasi dari SMA menuju kuliah, materi yang banyak dan sulit, lamanya durasi kuliah, serta ujian yang dilakukan hampir setiap bulan.^[7,8] Sehingga dapat berdampak negatif terhadap fisik dan mental. Dari tahun 2005-2015, WHO memperkirakan 246 juta orang di dunia mengalami kecemasan.

Pada Februari 2019, secara global terdapat 33.8% mahasiswa kedokteran yang mengalami kecemasan.^[9] Berdasarkan penelitian *cross-sectional* yang dilakukan di Pakistan, prevalensi kecemasan pada mahasiswa kedokteran mencapai 47%.^[10] 27.6% diantaranya menderita kecemasan ringan, 13.6% kecemasan sedang, dan 6.5% mengalami kecemasan berat.^[10] Sedangkan penelitian di Iran 2018, India 2015, Brazil 2016, USA 2011, dan Belanda 2015 menunjukkan prevalensi mahasiswa kedokteran yang mengalami kecemasan

sebanyak 88.9%, 66.9%, 81.7%, 35.2%, dan 28.8%.^[9,73] Lalu berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Jessica *et al.* (2018) di Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanegara prevalensi kecemasan ringan, sedang, dan berat pada mahasiswa sebesar 66.7%, 23.4%, 9.9%.^[14]

Nyeri leher merupakan salah satu gangguan muskuloskeletal yang sering terjadi.^[13] Prevalensi nyeri leher secara global melebihi 30% dalam satu tahun dimana wanita lebih rentan nyeri leher dibanding pria.^[13] Menurut Global Burden of Disease pada tahun 2017, terdapat 166 juta kasus nyeri leher pada wanita sedangkan pada pria hanya sekitar 122.7 juta.^[12] Penelitian Breera *et al.* (2019) menunjukkan 38% mahasiswa Fakultas Kedokteran di India mengalami nyeri leher dengan prevalensi terbanyak pada mahasiswa tingkat akhir sebesar 39.5%.^[72] Sedangkan pada mahasiswa FK Udayana terdapat 46.4% subjek yang mengalami nyeri leher di tahun 2019.^[11] Faktor risiko nyeri leher sangat beragam seperti umur, gender, postur kepala yang buruk, memiliki riwayat cedera leher, kebiasaan merokok, indeks masa tubuh, posisi tidak ergonomis, stress, depresi, dan cemas.^[12] Berdasarkan *systematic review* dan *meta-analysis* yang dilakukan oleh Fushui *et al.* (2018), gejala kecemasan berhubungan dengan morbiditas pada orang dengan nyeri leher.^[16]

Penelitian mengenai hubungan kecemasan dengan nyeri leher yang telah dilakukan oleh Bagus *et al.* (2021) menunjukkan hubungan signifikan antara kecemasan dengan nyeri leher. Namun, faktor perancu tidak dikontrol pada penelitian tersebut.

1.2 Rumusan Masalah

Penelitian mengenai hubungan kecemasan dengan nyeri leher sudah pernah dilakukan sebelumnya dan menunjukkan hubungan yang signifikan. Akan tetapi, variabel perancu tidak dikontrol pada penelitian tersebut. Selain itu, penelitian serupa sudah pernah dilakukan di India namun hasil yang didapat bertolak belakang dengan penelitian yang terdapat di Indonesia. Didukung oleh hasil *systematic review* yang menyatakan kecemasan dapat mengganggu kualitas

hidup pada penderita nyeri leher membuat peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai hubungan tingkat kecemasan dengan nyeri leher pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.3 Pertanyaan Penelitian

- a. Apakah terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan nyeri leher pada mahasiswa FK UPH angkatan 2020-2022?
- b. Bagaimana prevalensi tingkat kecemasan pada mahasiswa FK UPH angkatan 2020-2022?
- c. Bagaimana prevalensi nyeri leher pada mahasiswa FK UPH angkatan 2020-2022?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

- a. Untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan nyeri leher pada mahasiswa FK UPH angkatan 2020-2022.

1.4.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui bagaimana prevalensi tingkat kecemasan pada mahasiswa FK UPH angkatan 2020-2022.
- b. Untuk mengetahui bagaimana prevalensi nyeri leher pada mahasiswa FK UPH angkatan 2020-2022.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat akademik

- a. Memberikan informasi kepada pembaca mengenai hubungan tingkat kecemasan dengan nyeri leher.
- b. Dapat digunakan sebagai referensi literatur pada penelitian selanjutnya mengenai hubungan tingkat kecemasan dengan nyeri leher.

1.5.2 Manfaat Praktis

- a. Memberikan informasi bagi masyarakat mengenai kecemasan agar dapat mengelola gejala kecemasan yang muncul.
- b. Memberikan informasi kepada masyarakat mengenai dampak gejala kecemasan terhadap nyeri leher.

