

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres merupakan stimulus intrinsik maupun ekstrinsik yang dapat mempengaruhi respons biologis.¹ Menurut Kementerian Kesehatan Indonesia, stres adalah reaksi yang terjadi pada seseorang secara fisik ataupun emosional ketika terjadi sebuah perubahan dari lingkungan yang mengharuskan diri untuk melakukan penyesuaian. Sehingga, stres ini merupakan permasalahan yang dapat melingkupi permasalahan mental dan juga biologis dari seseorang. Pada dasarnya, stres dapat terjadi ketika seorang individu tidak dapat menyesuaikan diri dengan peristiwa yang sedang terjadi.²

Mahasiswa kedokteran tidak pernah luput dengan kata stres, *stressor* mahasiswa kedokteran meliputi akademik dan non-akademik. Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Universitas Jambi, stres akademik sering dilibatkan dengan tuntutan terhadap ujian lalu disertai dengan waktu belajar yang sangat padat.³ Penelitian di Fakultas Kedokteran Universitas Malahayati yang meneliti mengenai hubungan stres dengan kejadian nyeri kepala migrain mendapatkan nilai yang signifikan menandakan terdapat hubungan antara stres dengan kejadian nyeri (*p-value* 0,000 (*p-value* < 0,05)).⁴

Ketika stres terjadi, stres dapat menstimulus terjadinya nyeri kepala. Nyeri kepala adalah rasa sakit tidak menyenangkan yang dirasakan pada bagian kepala, wajah, ataupun leher.⁵ Permasalahan nyeri kepala merupakan masalah yang universal. Prevalensi dari nyeri kepala sendiri hampir mencapai 96% di seluruh dunia dan mayoritas terjadi pada wanita.⁶ Setiap harinya, 15.8% populasi di dunia mengalami nyeri sakit kepala.⁷ Keluhan utama nyeri kepala di unit gawat darurat mencapai 1-4% setiap harinya.⁸ Berdasarkan *Global Burden of Disease Study*, gangguan nyeri kepala menempati posisi ketiga dalam daftar penyebab disabilitas seluruh dunia.⁹

Ketika melihat insiden yang ada secara global, *tension-type headache* (*TTH*) terjadi sebanyak 40%, sedangkan migrain sebanyak 10%.⁶ Walaupun

prevalensi dari *tension-type headache (TTH)* lebih tinggi namun migrain menjadi peringkat kedua penyebab disabilitas (*years lived with disability - YLDs*) di dunia pada tahun 2016.¹⁰ Hanya saja, berdasarkan *World Health Organization (WHO)*, 50% orang yang mengalami nyeri kepala tidak menghubungi tenaga kesehatan dan hanya melakukan pengobatan mandiri.¹¹

Penelitian mengatakan bahwa 75.9% migrain terjadi karena pemicu.¹² Pemicu migrain antara lainnya adalah stres (80%), hormonal (65%), melewati makan (57%), pergantian cuaca (53%), kurang tidur (50%), wangi yang menyengat (40%), cahaya (38%), olahraga (22%), dan lainnya.¹³ Stres menjadi pemicu dengan persentase tertinggi dalam penyebab nyeri kepala migrain.

Terjadinya stres perlu diperhatikan karena bisa meningkatkan kejadian migrain sehingga dapat berdampak terhadap abilitas seseorang dalam kehidupan sehari-hari. Hal-hal yang mempengaruhi adalah meningkatnya frekuensi dan intensitas, produktivitas, gangguan kesehatan mental, dan pengaruh pada kualitas hidup. Mahasiswa kedokteran dapat menjadi lebih sulit untuk melakukan kegiatan akademik maupun non-akademik dengan maksimal sehingga pada akhirnya dapat berpengaruh terhadap kualitas nilai dan performa selama berada di Fakultas Kedokteran.¹⁴

Namun, penelitian yang membahas mengenai tingkat stres dengan intensitas nyeri yang dialami mahasiswa kedokteran ketika mengalami nyeri kepala migrain sulit untuk ditemukan. Oleh karena itu, dengan adanya penelitian ini harapan yang ingin dicapai adalah mengetahui apakah terdapat hubungan antara tingkat stres dengan intensitas nyeri yang dialami.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan beberapa penelitian yang ada, sudah cukup banyak yang membahas mengenai hubungan antara stres dengan kejadian nyeri kepala primer. Namun, sulit ditemukan penelitian yang membahas mengenai hubungan dari tingkatan stres dengan intensitas nyeri yang dialami ketika terjadi nyeri kepala primer. Kejadian stres dan nyeri kepala primer sangat signifikan terjadi pada mahasiswa kedokteran dan intensitas nyeri dapat

mengganggu kegiatan sehari-hari.⁴ Terlebih lagi, dampak dari stres dan nyeri kepala primer dapat berdampak buruk untuk kesehatan mental maupun fisik.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat hubungan antara tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Pelita Harapan dengan intensitas nyeri kepala migrain?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara tingkat stres dengan intensitas nyeri kepala migrain pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.4.2 Tujuan Khusus

Terdapat beberapa tujuan khusus pada penelitian ini, antara lain:

1. Untuk mengetahui angka kejadian nyeri kepala migrain pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Pelita Harapan.
2. Untuk mengetahui tingkat stres yang dialami oleh mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademis

Manfaat akademis yang diharapkan dari penelitian ini adalah menjadi sebuah acuan atau rujukan penelitian selanjutnya mengenai hubungan antara tingkat stres dengan intensitas nyeri kepala migrain pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.5.2 Manfaat Praktis

Manfaat praktis yang dapat diharapkan dari penelitian ini adalah meningkatkan pengetahuan mahasiswa mengenai dampak dari stres dan nyeri kepala migrain.

