

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DAN KUALITAS TIDUR DENGAN
KEJADIAN *TENSION-TYPE HEADACHE* PADA MAHASISWA FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan
Mencapai Derajat Sarjana Kedokteran



Diajukan Oleh :

TAMARA MERIYANSYAH

J500140120

**FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2018

SKRIPSI
HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DAN KUALITAS TIDUR TERHADAP
KEJADIAN *TENSION-TYPE HEADACHE* PADA MAHASISWA FAKULTAS
KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

Yang diajukan oleh :

Tamara Meriyansyah

J500140120

Telah disetujui dan disahkan oleh Dewan Penguji Skripsi
Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

Pada hari Kamis, tanggal 8 Februari 2018

Ketua Penguji

Nama : Dr. Tri Agustina, M.Gizi

NIK : 100.1770

Anggota Penguji

Nama : Dr. Erna Herawati, Sp.K.J.

NIK : 1046

Pembimbing Utama

Nama : Dr. Iwan Setiawan, Sp.S., M.Kes.

NIK : 110.1647

Dekan FK UMS

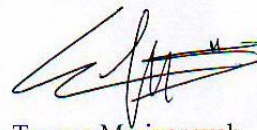
Prof. DR. Dr. EM Sutrisna, M.Kes.

NIK. 919

PERNYATAAN

Dengan ini penulis menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu Perguruan Tinggi manapun. Sepanjang pengetahuan penulis, tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain yang tertulis dalam naskah ini, kecuali disebutkan dalam daftar pustaka.

Surakarta, Februari 2018



Tamara Meriyansyah

NIM. J500140120

MOTTO

“Dan apabila hamba-hamba-Ku bertanya kepadamu tentang Aku, maka (jawablah), bahwasanya Aku adalah dekat. Aku mengabulkan permohonan orang yang berdoa apabila ia berdoa kepada-Ku, maka hendaklah mereka itu memenuhi (segala perintah) Ku dan hendaklah mereka beriman kepada-Ku, agar mereka selalu berada dalam kebenaran.”

(QS. Al-Baqoroh : 186)

“Dan bahwa manusia hanya memperoleh apa yang telah diusahakannya. Dan sesungguhnya usahanya itu kelak akan diperlihatkan (kepadanya). Kemudian akan diberi balasan kepadanya dengan balasan yang paling sempurna. Dan sesungguhnya kepada Tuhanmulah kesudahannya (segala sesuatu).”

(QS. An-Najm : 39-42)

“Siapa saja yang menempuh perjalanan untuk mencari ilmu, maka Allah akan membuka jalan baginya menuju surga. Dan sesungguhnya para malaikat itu akan membentangkan sayapnya karena ridho terhadap orang yang menuntut ilmu.”

(HR. Abu Dawud no. 3641; Tirmidzi no. 2682; Ibnu Majah no. 223)

“Berjalah tetapi jangan meminta jasa. Orang besar bukanlah orang yang mengajar di kota besar, tetapi orang besar ialah orang yang mau mengamalkan ilmu meskipun hanya di tempat terpencil.”

(KH. Jamaluddin)

KATA PENGANTAR

Dengan mengucapkan *Alhamdulillahirabbil'alamin*, saya panjatkan puji syukur atas kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penulisan skripsi yang berjudul “Hubungan Antara Tingkat Kecemasan dan Kualitas Tidur dengan Kejadian *Tension-Type Headache* Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta”.

Adapun skripsi ini disusun untuk memenuhi persyaratan dalam menyelesaikan studi pendidikan dokter di Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta. Dengan hormat, penulis mengucapkan terima kasih sebesar-besarnya kepada :

1. Prof. DR. Dr. EM Sutrisna, M.Kes., selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Dr. Erika Diana Risanti, M.Sc., selaku Kepala Biro Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Dr. Iwan Setiawan, Sp.S., M.Kes., selaku dosen pembimbing utama skripsi yang telah berkenan memberikan bimbingan, saran dan motivasi bagi penulis.
4. Dr. Tri Agustina, M.Gizi., selaku ketua penguji yang telah berkenan menguji sekaligus memberikan masukan, nasehat, saran dan kritik bagi penulis.
5. Dr. Erna Herawati, Sp.K.J., selaku anggota penguji yang telah berkenan menguji sekaligus memberikan masukan, nasehat, saran dan kritik bagi penulis.
6. Seluruh dosen dan staf pengajar Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah memberikan ilmu yang sangat bermanfaat bagi penulis dan seluruh mahasiswa Fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
7. Amsyah Mahmudah (Ibu), Sugiyanto (Bapak), Rizal Farid Mahmud (Adik) dan seluruh keluarga yang sangat saya cintai dan sayangi, terima kasih atas seluruh kasih sayang, kesabaran, perhatian, doa, semangat, motivasi dan

dukungan yang selalu mengalir setiap saat sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.

8. Sahabat-sahabat seperjuangan selama menempuh studi, Kak Yuni, Lya, Intan Innave, Ulfi dan Zammira yang senantiasa memberikan dukungan dan meyakinkan penulis untuk pantang menyerah.
9. Teman-teman sejawat Asclepius 2014 yang selalu bersama dalam suka maupun duka yang telah memberikan semangat serta motivasi bagi penulis, semoga kelak kita dapat menjadi dokter yang profesional, cerdas, amanah, serta berguna bagi agama, bangsa dan negara.
10. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah membantu, memberikan semangat dan mendoakan penulis hingga terselesaikannya penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih banyak kekurangan sehingga dengan rendah hati penulis mengharapkan kritik dan saran yang sangat membangun untuk kesempurnaan skripsi ini. Penulis berharap semoga skripsi ini dapat bermanfaat serta menambah wawasan bagi kita semua khususnya di bidang kedokteran.

Surakarta, Februari 2018



Tamara Meriyansyah

NIM. J500140120

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
HALAMAN PERNYATAAN	iii
HALAMAN MOTTO	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR GAMBAR	x
DAFTAR LAMPIRAN	xi
ABSTRAK	xii
BAB I. PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	3
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II. TINJAUAN PUSTAKA	4
A. Landasan Teori	4
1. Tingkat Kecemasan	5
2. Kualitas Tidur	12
3. <i>Tension-type headache</i>	17
4. Hubungan antara tingkat kecemasan dan kualitas tidur dengan <i>tension type headache</i>	24
B. Kerangka Teori	25
C. Kerangka Konsep	26
D. Hipotesis	26
BAB III. METODE PENELITIAN	27
A. Desain Penelitian	27
B. Tempat dan Waktu Penelitian	27
C. Populasi Penelitian	27

D. Sampel dan Teknik Sampling	27
E. Estimasi Besar Sampel	27
F. Kriteria Restriksi	28
G. Variabel Penelitian	28
H. Definisi Operasional Variabel	28
I. Instrumen Penelitian	30
J. Analisis Data	30
K. Alur Penelitian	31
L. Pelaksanaan Penelitian	32
BAB IV. HASIL DAN PEMBAHASAN	33
A. Hasil Penelitian	33
B. Pembahasan	38
BAB V. KESIMPULAN DAN SARAN	43
A. Kesimpulan	43
B. Saran	43
DAFTAR PUSTAKA	44
LAMPIRAN	48

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Pelaksanaan Penelitian	32
Tabel 2.	Karakteristik Frekuensi Subjek Penelitian	33
Tabel 3.	Karakteristik Frekuensi Responden Berdasarkan Klasifikasi Tingkat Kecemasan, Kualitas Tidur dan Kejadian TTH.....	34
Tabel 4.	Karakteristik Frekuensi Hubungan Antar Variabel dengan Kejadian TTH	35
Tabel 5.	Karaterisitik Frekuensi Responden Berdasarkan Kombinasi Variabel	36
Tabel 6.	Analisis Data Statistik Uji <i>Chi-Square</i> Hubungan Antara Tingkat Kecemasan dan Kualitas Tidur dengan TTH	37
Tabel 7.	Analisis Data Statistik Uji Regresi Logistik Hubungan Antara Tingkat Kecemasan dan Kualitas Tidur dengan TTH	38

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Tahapan Tidur	16
Gambar 2. Kerangka Teori.....	25
Gambar 3. Kerangka Konsep	26
Gambar 4. Alur Penelitian	31

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Kelaikan Etik
- Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 3. Surat Keterangan Telah Melakukan Penelitian
- Lampiran 4. Lembar Pernyataan Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 5. Lembar Formulir Biodata
- Lampiran 6. Kuesioner Tingkat Kecemasan
- Lampiran 7. Kuesioner Kualitas Tidur
- Lampiran 8. Kuesioner Nyeri Kepala
- Lampiran 9. Hasil Analisis Data Uji *Chi-Square*
- Lampiran 10. Hasil Analisis Data Uji Regresi Logistik

ABSTRAK

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DAN KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN *TENSION-TYPE HEADACHE* PADA MAHASISWA FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA

Tamara Meriyansyah, Iwan Setiawan
Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta

Latar Belakang : *Tension-type headache* (TTH) merupakan nyeri kepala yang paling umum terjadi dan tingkat kejadiannya masih tinggi. Mahasiswa pendidikan kedokteran memiliki beban akademis tinggi yang menyebabkan tekanan fisik dan mental seperti stres, kecemasan, kualitas tidur buruk yang menjadi faktor risiko terjadinya TTH.

Tujuan : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dan kualitas tidur terhadap kejadian *tension-type headache* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Metode : Jenis penelitian ini bersifat observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel yang digunakan sebanyak 60 responden yang diambil dengan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan kuesioner yang bertujuan untuk menegakkan kriteria retriaksi maupun untuk mendapatkan data tingkat kecemasan, kualitas tidur dan kejadian TTH. Data dianalisis menggunakan uji *Chi-Square* dan regresi logistik dengan program SPSS 23.0 for windows.

Hasil : Hasil analisis secara statistik menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan ($p = 0,031$) dan kualitas tidur ($p = 0,011$) dengan kejadian TTH. Mahasiswa dengan kecemasan berisiko 3,189 kali untuk mengalami TTH ($p = 0,046$; OR = 3,189; CI 95% 1,022 s/d 9,952). Sedangkan mahasiswa dengan kualitas tidur buruk berisiko 0,252 kali untuk mengalami TTH ($p = 0,018$; OR = 0,252; CI 95% 0,080 s/d 0,787).

Kesimpulan : Terdapat hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan dan kualitas tidur pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta. Mahasiswa dengan kecemasan dan kualitas tidur yang buruk akan meningkatkan risiko terjadinya TTH.

Kata kunci : Tingkat Kecemasan, kualitas tidur, TTH

ABSTRACT

CORRELATION BETWEEN THE LEVEL OF ANXIETY AND SLEEP QUALITY TO *TENSION-TYPE HEADACHE* FOR MEDICAL FACULTY STUDENTS IN UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH SURAKARTA

Tamara Meriyansyah, Iwan Setiawan
Faculty of Medicine, Muhammadiyah University Surakarta

Background : *Tension-type headache* (TTH) is the most common headache and the level of this disease is still the highest one . The students of medical education have high academic burden that cause physical and mental problems such as stress, anxiety, a bad quality of sleep that are risk factors for TTH.

Objectives : The aim of this research is to know “is there the relationship between the level of anxiety and sleep quality to the *tension-type headache* for medical faculty students in University of Muhammadiyah Surakarta

Method : The kind of this research is analytic observational by *cross sectional* approach. The samples is 60 respondents who are taken by *purposive sampling technique*. The collecting data used questionnaire which aimed to enforce the restriction criterion and to collect the data on level of anxiety, sleep quality and TTH. Data was analyzed by using *Chi-Square* test and logistic regression of SPSS 23.0 for windows program.

Result: The results of statistical analysis showed that there is a significant relationship between anxiety level ($p = 0,031$) and sleep quality ($p = 0,011$) by TTH disease. Students of anxiety risk are 3.189 times to experience TTH ($p = 0.046$; OR = 3.189; 95% CI from 1.022 to 9,952). While students for bad quality of sleep risk are 0,252 times for experiencing TTH ($p = 0,018$; OR = 0,252; 95% CI from 0,080 to 0,787).

Conclusion: There is significant correlation between the level of anxiety and sleep quality for the students of Medical Faculty in University of Muhammadiyah Surakarta. The students that have anxiety and bad of sleep quality will increase the risk of TTH.

Keywords: Anxiety Level, Sleep Quality, TTH