

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Gangguan nyeri kepala, adalah salah satu gangguan yang paling umum dari sistem saraf. Nyeri kepala atau *headache* adalah suatu rasa nyeri dan tidak enak pada daerah kepala, dan juga meliputi daerah wajah dan tengkuk leher (Perdossi, 2013). Berdasarkan data dari *International Association for Study of Pain* (IASP, 2011) setengah dari populasi umum memiliki riwayat sakit kepala dan lebih dari 90% penduduk dunia mempunyai riwayat sakit kepala selama hidupnya. Secara global, diperkirakan prevalensi nyeri kepala pada orang dewasa adalah sekitar 50-75% dengan rentan usia 18-65 tahun di dunia mengalami sakit kepala selama setahun terakhir (WHO, 2011).

Berdasarkan hasil penelitian multisenter berbasis rumah sakit pada lima rumah sakit besar di Indonesia menunjukkan hasil bahwa prevalensi pasien *cluster headache* 0,5%, migrain dengan aura 1,8%, migrain tanpa aura 10%, *mixed headache* 14%, *chronic tension-type headache* 24%, *episodic tension-type headache* (TTH) 31%. Dari hasil penelitian itu, dapat disimpulkan bahwa *tension-type headache* merupakan keluhan nyeri kepala terbanyak yang dialami oleh masyarakat. (Sjahrir, dalam Oroh, *et al.*, 2016).

Selain dapat menurunkan kualitas hidup dan meningkatkan beban ekonomi, nyeri kepala juga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (WHO, 2011). Adapun faktor-faktor yang dapat memicu terjadinya nyeri kepala, diantaranya seperti stres emosional, kurang tidur, kelelahan, menstruasi, perubahan cuaca, makanan, dan depresi (Iliopoulos, *et al.*, 2015).

Depresi adalah penyakit lazim di seluruh dunia, di negara maju maupun berkembang. Definisi dari depresi sendiri adalah gangguan mental yang ditandai dengan adanya perasaan sedih, kehilangan minat atau kesenangan, penurunan energi, perasaan bersalah atau rendah diri, gangguan tidur, atau nafsu makan dan kurangnya konsentrasi (WHO, dalam Marsasina, 2016).

Pada tahun 2015, sekitar 4.4% penduduk dunia mengalami depresi. Depresi terjadi pada 5,1% dari seluruh populasi wanita dan 3,6% dari populasi pria. Prevalensi depresi berbeda-beda pada setiap region di dunia, dengan kasus terbanyak terdapat di Asia Tenggara (27%) dan terendah di Afrika (9%). Depresi dapat terjadi pada seluruh kelompok usia dan paling tinggi pada usia 55-74 tahun (WHO, 2017)

Menurut data dari *Riset Kesehatan Dasar* (RISKESDAS, 2013) prevalensi gangguan depresi di Indonesia terjadi pada sekitar 14 juta orang atau sekitar (6%) dari seluruh penduduk di Indonesia.

Tidur merupakan proses fisiologis penting dalam kehidupan manusia karena gangguan pada siklus tidur dapat berdampak serius pada kesehatan (Lemma,2012). Pola tidur yang buruk dapat berakibat kepada gangguan fisiologis dan psikologi, dampak fisiologis meliputi penurunan aktifitas sehari-hari, rasa lelah, lemah, penurunan daya tahan tubuh (Potter & Perry dalam Sarfriyanda, 2015).

Kebanyakan orang dewasa muda secara individu sering mengalami jam-jam tidur yang tidak beraturan (Rafknowledge, dalam Sarfriyanda, 2015). Berkurangnya durasi dan kualitas tidur di masyarakat, erat kaitannya dengan perubahan gaya hidup, peningkatan penggunaan teknologi, peningkatan beban pekerjaan, dan kebutuhan sosial (Lemma, 2012).

Mahasiswa kedokteran merupakan seseorang yang sedang menempuh pendidikan dokter. Di mana diketahui memiliki tuntutan akademik dan jadwal kuliah yang padat, hal ini dapat menyebabkan pola tidur yang tidak beraturan dan menyebabkan kualitas tidur yang buruk serta dapat menyebabkan seseorang mengalami depresi.

Suatu penelitian yang meneliti hubungan antara gejala gangguan depresi dengan *tension-type headache* menyatakan bahwa penderita *Tension-type Headache* (TTH) yang berobat jalan ke Instalasi Rawat Jalan Departemen Ilmu Penyakit Saraf periode bulan November-Desember 2011 berjumlah 65 orang yang berusia 20-78 tahun. Sejumlah 38 penderita berada dalam rentang usia yang sesuai dengan kriteria inklusi penelitian dan 32

penderita di antaranya mengalami gangguan depresi. Didapatkan korelasi positif bermakna antara gejala suasana perasaan depresif dan TTH dengan $p=0,019$ dan kekuatan korelasi sedang ($r=0,4-0,599$) (Setiawan, *et al.*, 2013).

Pada penelitian yang dilakukan di Italia ditemukan adanya hubungan angka kejadian dari *tension-type headache* yang disebabkan oleh gangguan psikis seperti kecemasan dan depresi. Pada penelitian ini didapatkan prevalensi kecemasan dan depresi pada pasien penderita *tension-type headache* lebih tinggi dibanding pada penderita migrain (Francomichele, *et al.*, 2000).

Pada suatu penelitian yang meneliti mengenai hubungan antara insufisiensi tidur dengan nyeri kepala primer pada remaja telah dilaporkan sekitar 65,7% remaja dengan nyeri kepala primer tidak tidur sesuai dengan kebutuhan tidur yang seharusnya (Gilman, *et al.*, 2007)

Berdasarkan pada latar belakang dan beberapa penelitian di atas, maka penulis tertarik untuk mengetahui hubungan depresi dan kualitas tidur terhadap kejadian *tension-type headache*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari uraian di atas maka peneliti menetapkan rumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Adakah hubungan antara depresi dan kejadian *tension-type headache* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta?
2. Adakah hubungan antara kualitas tidur dan *tension-type headache* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta
3. Adakah hubungan antara depresi dan kualitas tidur terhadap kejadian *tension-type headache* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara depresi dan kualitas tidur terhadap *tension-type headache* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui hubungan antara depresi terhadap kejadian *tension-type headache* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- b. Untuk mengetahui hubungan antara kualitas tidur dengan kejadian *tension-type headache* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoretis

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat memberikan pemahaman mengenai hubungan depresi dan kualitas tidur dengan kejadian *tension-type headache* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Surakarta.

2. Manfaat aplikatif

a. Manfaat bagi peneliti

Menambah informasi, wawasan dan juga pengetahuan mengenai hubungan depresi dan kualitas tidur terhadap kejadian *tension-type headache*.

b. Manfaat bagi masyarakat dan mahasiswa

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan maupun informasi mengenai hubungan depresi dan kualitas tidur terhadap kejadian *tension-type headache* sehingga dapat dilakukan intervensi untuk meminimalisir masalah ini pada kalangan masyarakat dan mahasiswa.

3. Manfaat bagi ilmu pengetahuan

Penelitian ini diharapkan sebagai langkah awal untuk dilakukannya penelitian yang lebih luas di masyarakat.