

HUBUNGAN KECEMASAN DENGAN KEJADIAN *TENSION TYPE HEADACHE INFREQUENT* MAHASISWA PREKLINIK TINGKAT AKHIR FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS SWADAYA GUNUNG JATI

Reskyanah Manjayanti¹, Dasa Sariadi², Agus Kusnandang², Popon Gartika², Muhammad Zul Fahmi Akbar² Muhammad Suhandi²

¹Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati, ²Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati

ABSTRAK

Latar belakang: Pendidikan kedokteran dikenal dengan beban akademik yang berat dengan tingkat stres yang tinggi, terutama pada mahasiswa tingkat akhir. Tuntutan akademik yang dialami mahasiswa kedokteran sering dilaporkan sebagai alasan cukup tingginya *Tension-type headache* di kalangan mahasiswa kedokteran, keadaan ini konsisten ditemukan disebagian besar Pendidikan Kedokteran di dunia. *Tension type headache infrequent* merupakan *tension type headache* yang paling sering terjadi pada usia 20-30 tahun.

Tujuan: Mengetahui hubungan kecemasan dengan kejadian *Tension-type headache infrequent* pada mahasiswa prelinik tingkat akhir Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan desain *Cross Sectional*. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 128 orang. Teknik sampling yang digunakan adalah *simple random sampling*. Uji statistik menggunakan uji korelasi spearman.

Hasil: Hasil uji korelasi spearman menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan ($p < 0,001$) antara tingkat kecemasan dan TTH dengan kekuatan korelasi sedang dan arah korelasi positif ($r = 0,410$).

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dan TTH pada mahasiswa prelinik tingkat akhir Fakultas Kedokteran di Universitas Swadaya Gunung Jati yang dimana semakin ringan kecemasan yang dialami, maka semakin rendah TTH yang dialami (*infrequent*).

Kata kunci: kecemasan, *Tension Type Headache infrequent*, mahasiswa prelinik fakultas kedokteran

ABSTRACT

Background: Medical education is known as a heavy academic burden with high stress levels, especially for final year students. The academic demands experienced by medical students are often reported as the reason for the high tension-type headache among medical students; this condition is consistently found in most medical education in the world. *Tension type headache infrequent* is the tension type headache that most often happens at age 20-30.

Objective: The study is aimed to determine the relationship between anxiety and the incidence of *Tension-type headache infrequent* in preclinical students at the final level of Faculty of Medicine, Swadaya Gunung Jati University.

Methods: *This study is analytical observational study with a sectional cross design. The number of research samples used in this study was 128 people. The sampling technique used is simple random sampling. Statistical test using Spearman's correlation.*

Results: *The results of the Spearman correlation test showed there was a significant relationship ($p < 0.001$) between anxiety levels and TTH with moderate correlation strength and positive correlation direction ($r = 0.410$).*

Conclusion: *There is a significant relationship between anxiety levels and TTH in preclinical students in the final year of the Faculty of Medicine at Swadaya Gunung Jati University, where the lighter the anxiety experienced, the lower TTH experienced (infrequent).*

Keywords: *anxiety, Tension Type Headache infrequent, medical faculty preclinical student*

PENDAHULUAN

Tension-type headache (TTH) merupakan bentuk sakit kepala yang paling sering dijumpai yang ditandai dengan adanya serangan sakit kepala ringan sampai sedang, biasanya dengan gejala tertekan atau tegang yang timbul pada kedua sisi dahi hingga ke belakang kepala, derajatnya bisa sampai sedang dan biasanya tidak memburuk dengan aktivitas fisik. Gejala dari TTH merupakan gejala yang timbul akibat gangguan fisiologi tubuh seperti rasa cemas, harapan, dan depresi. Menurut *International Headache Society* (IHS), TTH dibagi menjadi *episodic* dan *chronic*.^(1,3)

Secara global penderita *Tension-type headache* 20,8% yang terjadi pada semua usia. WHO melaporkan bahwa *Tension-type headache* yang *episodic* terjadi pada lebih dari 70% di beberapa populasi, sedangkan *Tension-type headache* *chronic* yang berpengaruh pada 1-3% orang dewasa. Rata-rata yang paling sering pada usia 20-30 tahun dan terjadi terutama pada 88% wanita dan 69% pada pria.^(4,5)

Pendidikan kedokteran merupakan salah satu sarana pendidikan dengan tingkat prevalensi TTH yang cukup tinggi. Hal ini disebabkan karena beban akademik yang berat dan tingkat stress yang tinggi sehingga dapat memicu timbulnya kelelahan, dan kecemasan. Prevalensi kecemasan, stress, dan depresi pada mahasiswa kedokteran secara berurutan masing-masing sebesar 52,1%, 33,7% dan 37,6%, didapatkan bahwa kecemasan merupakan faktor yang paling banyak dialami mahasiswa kedokteran. Pada penelitian multisenter menunjukkan bahwa

mahasiswa tingkat akhir memiliki tingkat kecemasan 30% lebih tinggi dibandingkan mahasiswa tahun pertama.^(3,4)

Kecemasan dan *Tension-type headache* (TTH) diketahui memiliki asosiasi yang signifikan. Pada penelitian sebelumnya yang berjudul korelasi kecemasan dengan *tension type headache* pada mahasiswa fakultas kedokteran menyimpulkan bahwa 73 subyek yang mengalami TTH sebanyak 57,5% dan yang mengalami kecemasan 61,6%, maka disimpulkan bahwa TTH lebih banyak terjadi pada subyek yang mengalami kecemasan 80% yang bermakna positif atau berkorelasi positif.

Di Indonesia belum ada penelitian yang sudah terpublikasi secara luas yang membahas hubungan kecemasan dengan terjadinya TTH *infrequent* terhadap mahasiswa akhir. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti ingin melakukan penelitian terkait hubungan kecemasan dengan kejadian *Tension-type headache infrequent* mahasiswa prelinik tingkat akhir Fakultas Kedokteran di Universitas Swadaya Gunung Jati.⁽⁵⁾

METODE

Penelitian ini termasuk dalam ruang lingkup bidang Ilmu Penyakit Saraf dan Ilmu Kesehatan Jiwa. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati pada bulan April 2022. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan desain *Cross Sectional*. Sampel penelitian ini diambil dari mahasiswa prelinik tingkat akhir angkatan 2018 yang masih aktif mengikuti perkuliahan di Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya

Gunung Jati. Sampel diambil dengan teknik *Simple Random Sampling* dengan mengambil sampel secara acak dari populasi yang ada kemudian didapatkan jumlah sampel minimal sebanyak 120 orang. Data diambil dengan menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS) untuk mengukur tingkat kecemasan pada mahasiswa kedokteran, dan kuesioner *Headache Questionnaire-Dutch Version* (HSQ-DV) untuk mendiagnosis *Tension-type headache* (TTH). Selanjutnya data diolah secara statistic dengan menggunakan uji Korelasi Spearman untuk mengetahui hubungan antara kecemasan dengan kejadian *Tension Type Headache* (TTH) *Infrequent*. Penelitian ini telah

mendapatkan *ethical clearance* dari Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati dengan nomor etik No.20/EC/FKUGJ/IV/2022.

HASIL DAN ANALISIS DATA

Sebagian besar responden berjenis kelamin perempuan (74,2%), mayoritas usia responden adalah 22 tahun (48,4%), dan seluruh responden berasal dari angkatan 2018 yang berada di semester 8. Hasil karakteristik responden dapat dilihat pada tabel 1

Tabel 1. Karakteristik responden

Karakteristik	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Angkatan 2018	128	100
Semester 8	128	100
Jenis kelamin Laki – laki	33	25,8
Perempuan	95	74,2
Usia 20	3	2,3
21	57	44,5
22	62	48,4
23	5	3,9
24	1	0,8

Tabel 2. Distribusi frekuensi jenis kelamin responden terhadap TTH

		TTH						Total	
		<i>Infrequent</i>		<i>Frequent</i>		<i>Chronic</i>		n	%
		n	%	n	%	n	%		
Jenis Kelamin	Laki-laki	20	15,6	11	8,6	2	1,6	33	25,8
	Perempuan	48	37,5	38	29,7	9	7,0	95	74,2
Total		68	53,1	49	38,3	11	8,6	128	100

Tabel 3. Distribusi frekuensi jenis kelamin responden yang mengalami kecemasan

		Kecemasan										Total	
		Normal		Ringan		Sedang		Berat		Sangat Berat		n	%
		n	%	n	%	n	%	n	%	n	%		
Jenis Kelamin	Laki-laki	9	7,0	4	3,1	10	7,8	6	4,7	4	3,1	33	25,8
	Perempuan	17	13,3	7	5,5	33	25,8	19	14,8	19	14,8	95	74,2
Total		26	20,3	11	8,6	43	33,6	25	19,5	23	18,0	128	100
Kejadian kecemasan				8,6		33,6		19,5		18,0		79,7	

Tabel 4. Distribusi frekuensi usia responden yang mengalami TTH

		TTH								Total	
		Infrequent		Frequent		Chronic		n	%	n	%
		n	%	n	%	n	%				
Usia (tahun)	20	1	0,8	2	1,6	0	0,0	3	2,3		
	21	30	23,4	25	19,5	2	1,6	57	44,5		
	22	35	27,3	19	14,8	8	6,3	62	48,4		
	23	2	1,6	3	2,3	0	0,0	5	3,9		
	24	0	0,0	0	0,0	1	0,8	1	0,8		
Total		68	53,1	49	38,3	11	8,6	128	100		

Tabel 5. Distribusi frekuensi usia responden yang mengalami kecemasan

		Kecemasan										Total	
		Normal		Ringan		Sedang		Berat		Sangat Berat		n	%
		n	%	n	%	n	%	N	%	n	%		
Usia (tahun)	20	0	0,0	0	0,0	2	1,6	0	0,0	1	0,8	3	2,3
	21	10	7,8	8	6,3	19	14,8	13	10,2	7	5,5	57	44,5
	22	15	11,7	3	2,3	19	14,8	12	9,4	13	10,2	62	48,4
	23	1	0,8	0	0,0	3	2,3	0	0,0	1	0,8	5	3,9
	24	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	1	0,8	1	0,8
Total		26	20,3	11	8,6	43	33,6	25	19,5	24	18,0	128	100

Tabel 6. Hasil analisis bivariat

		TTH								p	r
		Infrequent		Frequent		Chronic		Total			
		n	%	n	%	n	%	N	%		
Kecemasan	Normal	23	18,0	2	1,6	1	0,8	26	20,3	<0,001	0,410
	Ringan	8	6,3	2	1,6	1	0,8	11	8,6		
	Sedang	21	16,4	21	16,4	1	0,8	43	33,6		
	Berat	8	6,3	16	12,5	1	0,8	25	19,5		
	Sangat Berat	8	6,3	8	6,3	7	5,5	23	18,0		
Total		68	53,1	49	38,3	11	8,6	128	100		

Tabel 2 menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa tingkat akhir FK UGJ yang mengalami TTH berjenis kelamin perempuan (74,2%). Tabel 3 menunjukkan kejadian kecemasan pada mahasiswa preklinik tingkat akhir (79,7%) dengan tingkat kecemasan mulai dari ringan hingga berat. Kejadian kecemasan berdasarkan jenis kelamin terbanyak adalah kecemasan sedang (33,6%).

Tabel 4 menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa tingkat akhir FK UGJ yang mengalami TTH infrequent berusia 22 tahun (27,3%), TTH frequent berusia 21 tahun (19,5%), dan TTH chronic berusia 22 tahun (6,3%). Tabel 5 menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa tingkat akhir FK UGJ yang mengalami kecemasan ringan berusia 21 tahun (6,3%) kecemasan berat berusia 21 dan 22 tahun (14,8%), kecemasan berat berusia 21 tahun (10,2%), dan kecemasan sangat berat berusia 22 tahun (10,2%).

Tabel 6 menunjukan terdapat hubungan yang signifikan ($p < 0,001$) antara tingkat kecemasan dan TTH dengan kekuatan korelasi sedang korelasi sedang dan arah korelasi positif ($r = 0,410$). Hasil ini menunjukkan bahwa semakin ringan kecemasan yang dialami, maka semakin rendah TTH yang dialami (infrequent).

PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukan bahwa angka kecemasan pada mahasiswa preklinik sebesar (79,7%) dengan tingkat kecemasan mulai dari ringan hingga berat serta (8,6%) mengalami TTH kronik. Temuan ini serupa dengan penelitian sebelumnya Song TJ, Cho SJ, dan Kim WJ yang melaporkan bahwa sebanyak 570 partisipan (21,2%) mengalami TTH kronik selama 1 tahun terakhir yang diikuti oleh adanya kecemasan yang lebih tinggi pada partisipan dengan TTH dibandingkan non-TTH (9,5% vs 5,3%, $p = 0,001$).⁽⁶⁾ Penelitian yang dilakukan pada populasi mahasiswa kedokteran di Riyadh, Arab Saudi yang melibatkan 264 mahasiswa dengan usia rerata 23,15 tahun juga melaporkan sebanyak 41,66% (23,86% pada pria vs 17,80% pada wanita) mengalami

TTH diikuti dengan 53,78% mengalami sakit kepala umum. Distribusi TTH pada populasi tersebut sebesar 57,9% mahasiswa kedokteran tahun keempat dan 42,1% mahasiswa kedokteran tahun ketiga. Hal ini menunjukkan bahwa prevalensi TTH lebih tinggi pada mahasiswa kedokteran tahun keempat dan tahun terakhir, dibandingkan mahasiswa kedokteran tahun ketiga. Hal ini dapat disebabkan oleh stres terus menerus akibat persiapan ujian dan tes akhir berupa skripsi.^{(7),(8)}

Wanita diketahui lebih banyak menderita nyeri kepala dibandingkan laki-laki. Hal ini ditunjukkan oleh penelitian Machfoed yang menyatakan perbandingan antara perempuan dan laki-laki adalah 25:5 (TTH *chronic*), 21:4 (TTH akut), dan 21:4 (pada kelompok kontrol). Perbedaan jenis kelamin juga ditemukan signifikan pada kasus nyeri kepala dengan pasien perempuan lebih banyak daripada laki-laki.⁽⁹⁾

Kasus TTH diketahui 1,5 kali lipat terjadi pada perempuan dibandingkan laki-laki. Hal ini dapat disebabkan oleh jumlah TrPs aktif lebih banyak yang dikandung oleh perempuan terutama di sub-okspital, temporal, dan otot splenius. Jumlah TrPs aktif ini diduga disebabkan oleh perbedaan struktur otot bawaan antara laki-laki dan perempuan. Tingkat ansietas pasien dengan TTH berbanding lurus dengan jumlah TrPs aktif.⁽¹⁰⁾

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan ($p < 0,001$) antara tingkat kecemasan dan TTH, dengan kekuatan korelasi sedang dan arah korelasi positif ($r = 0,410$). Hasil ini menunjukkan bahwa semakin ringan kecemasan yang dialami, maka semakin rendah TTH yang dialami (infrequent). Hal serupa juga disebutkan dalam studi sebelumnya oleh Sari et al. (2019) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara gangguan kecemasan dan TTH dengan korelasi yang lemah. Kejadian TTH dalam studi tersebut ditemukan lebih sering terjadi pada subjek dengan gangguan kecemasan (94,5%).⁽¹¹⁾

Penelitian lainnya oleh Alty et al. (2020) juga melaporkan bahwa terdapat korelasi positif antara kecemasan dengan jenis TTH yang signifikan secara statistik ($r = 0,327$; $p = 0,003$) dengan semakin tinggi tingkat kecemasan seseorang, maka semakin tinggi pula frekuensi TTH. Pada penelitian tersebut juga didapatkan bahwa sebagian besar penderita TTH mengalami kecemasan ringan, yaitu sebesar 57% dengan TTH yang paling banyak diderita adalah TTH infrequent (62%).⁽¹²⁾

KESIMPULAN

Prevalensi kecemasan pada mahasiswa prelinik tingkat akhir sebesar 79,7% dengan tingkat kecemasan mulai dari ringan hingga berat. Frekuensi yang mengalami

kecemasan ringan (8,6%), kecemasan sedang (33,6%), kecemasan berat (19,5%), dan kecemasan sangat berat (18,0%). Prevalensi kejadian TTH pada mahasiswa prelinik tingkat akhir sebesar 100% dengan tipe TTH *infrequent* hingga *chronic*. Frekuensi yang mengalami TTH *infrequent* sebanyak (53,1%), TTH *frequent* sebanyak (38,3%) dan TTH *chronic* sebanyak (8,6%).

Terdapat hubungan yang signifikan dengan ($p < 0,001$) antara tingkat kecemasan dan TTH dengan ($r = 0,410$) yang berarti arah korelasi positif dengan kekuatan korelasi sedang pada mahasiswa prelinik tingkat akhir FK UGJ yang artinya semakin ringan kecemasan yang dialami, maka semakin rendah TTH yang dialami (*infrequent*).

DAFTAR PUSTAKA

1. Kurnia L, Uni G, Henny A. Hubungan Nyeri Kepala Primer Dengan Kualitas Hidup Pada Remaja Usia 10-12 Tahun di Sekolah Dasar Negeri 077 Sejahtera Bandung. *Jurnal Sistem Kesehatan*. 2019;4(3):147-153.
 2. Hidayah N, Silalahi PY, Taihuttu YMJ. Korelasi tingkat kecemasan dengan *Tension Type*. *Molucca Medica*. 2018;11(2):1-10.
 3. Wijaya AA, Sugiharto H, Zulkarnain M. Hubungan Kecemasan Dengan Nyeri Kepala Tipe Tegang Pada Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Sriwijaya Angkatan 2013. *Sriwijaya Journal of Medicine*. 2019;2(1):7-13.
 4. Yasa IMM, Eka IP, Oka IM. Korelasi Kecemasan Dengan *Tension Type Headache* Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Majalah Kedokteran Neurosain*. 2020;33(4).
 5. IHS. The International Classification Of Headache Disorders, 3rd edition. *Cephalgia International Journal of Headache*. 2018;38(1):35-40.
 6. Song TJ, Cho SJ, Kim WJ, Yang KI, Yun CH, Chu MK. Anxiety and depression in tension-type headache: A population-based study. *Plos One*. 2019;26:1-12.
 7. Hassan M, Asaad T. Tension-Type Headache, Its Relation to Stress, and How to Relieve it By Cryotherapy Among Academic Students. *Middle East Current Psychiatry (MECP)*. 2020;27(20):1-11.
 8. Almesned IS, Alqahtani NG, Alarifi JA, Alsaawy TN, Agha S, Alhumaid MA. Prevalence of Primary Headache Among Medical Students at King Saud Bin Abdulaziz University for Health Sciences, Riyadh, Saudi Arabia. *Journal of Family Medicine and Primary Care*. 2018;7(6):1193–1196.
 9. Kaplale T, Kurniawan VE, Sasmito NB, Rozi F. Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Kecemasan Tenaga Kesehatan Dalam Upaya Pencegahan Covid-19 di Puskesmas Perawatan Geser Seram Timur. *Jurnal Pendidikan Tambusai*. 2021;5(3).
 10. McDonald AJ, Wickens CM, Bondy SJ, Elton-Marshall T, Wells S, Nigatu YT, Jankowicz D, Hamilton HA. Age Differences in The Association Between Loneliness and Anxiety Symptoms During The COVID-19 Pandemic. *Psychiatry Research*. 2022;6(8)
 11. Sari CKP, Trisnawati GS SYT, Wijayanti IAS, Nuartha ABN. The Correlation Of Anxiety Disorders And Tension-Type Headache Among Medical Students of Udayana University. *Intisari Sains Medis*. 2019;10(2):210–214.
-

12. Alty DP, Susanti R, Afriani N. Korelasi Kecemasan Dengan Jenis Tension Type Headache pada Mahasiswa Kedokteran Angkatan 2019 di Universitas Andalas. *Human Care Jurnal*. 2020;5(3):597-602.