

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Nyeri kepala adalah sensasi nyeri yang terjadi di bagian atas kepala (Haryani et al., 2018). Nyeri kepala primer, seperti migrain, nyeri kepala tipe tegang (*Tension-type headache/TTH*), dan nyeri kepala cluster, tidak disebabkan oleh masalah yang berat sementara itu, nyeri kepala sekunder terjadi karena adanya masalah kesehatan lain di dalam tubuh yang mempengaruhi kepala (Sjahrir, 2014) (Jensen, 2018). Timbulnya nyeri kepala bisa bersifat perlahan atau tiba-tiba, dan durasinya dapat berkisar antara satu jam sampai hitungan hari (Digre, 2016). Migrain dan TTH adalah gangguan sakit kepala primer yang paling umum terjadi, dengan migrain mempengaruhi 14% hingga 16% orang di seluruh dunia dan prevalensi TTH berkisar antara 46% hingga 78% tergantung pada populasi penelitian (Muthmainnina & Kurniawan, 2022). Hasil penelitian tentang sakit kepala primer yang dilakukan oleh Akbar (2017), Fakultas Kedokteran Universitas Hasanuddin, menunjukkan bahwa sakit kepala yang paling banyak terjadi adalah sakit kepala tipe tegang sebesar 64%, disusul migrain sebesar 35%.

Tidur adalah bagian integral dari kehidupan kita dan salah satu kebutuhan dasar seseorang, dan gangguannya adalah masalah klinis yang signifikan (Korabelnikova, et al., 2020). Tidur yang cukup sangat penting dalam pemulihan fisik dan mental serta memengaruhi berbagai fungsi kognitif dan emosional (Thahir, 2014) (Espie et al., 2019). Secara global, prevalensi gangguan kualitas tidur berkisar antara 15,3% hingga 39,2% (Hardianti et al., 2021). Data dari Indonesia menunjukkan bahwa sebagian besar remaja menderita kualitas tidur yang tidak memadai yaitu sebanyak 36% (Wahid et al., 2019). Di Provinsi Riau, 84% siswa mengalami gangguan kualitas tidur (Kiki & Sinta, 2019). Salah satu masalah kesehatan yang sering dikaitkan dengan gangguan tidur adalah sakit kepala primer, yang meliputi migrain dan sakit kepala tipe tegang (Nirhamzah, 2022).

Korelasi antara kualitas tidur yang buruk dengan peningkatan kejadian dan keparahan sakit kepala menunjukkan bahwa tingkat keparahan dan prevalensi gangguan tidur berkorelasi dengan sakit kepala (Dewi et al., 2021). Dalam sebuah riset oleh *Kim J, Cho SJ, Kim WJ, dkk*, ditemukan bahwa individu yang mengalami migrain cenderung mengalami kurang tidur lebih banyak dibandingkan dengan mereka yang mengalami sakit kepala non-migrain. Penelitian lain yang dilakukan oleh Ardita (2023) terhadap 67 responden Fakultas Kedokteran Universitas Muhammad Diah Sumatera Utara menemukan bahwa 74,6% mempunyai korelasi antara sakit kepala primer dengan gangguan tidur, dan 25,4% tidak mempunyai hambatan tidur. Tidur yang buruk dapat mengubah sistem tubuh kita dalam menghadapi stres dan aktivitas sel selama tidur serta dapat memengaruhi cara kita berpikir dan bernalar, yang pada akhirnya membuat sakit kepala semakin parah (Huda, 2020) (Hutahaean, 2021).

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian diatas, maka pertanyaan yang dapat diajukan yaitu apakah terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan klasifikasi sakit kepala primer pada mahasiswa/i fakultas kedokteran Universitas Prima Indonesia.

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Untuk mengetahui hubungan antara kualitas tidur dengan klasifikasi nyeri kepala primer.

### **2. Tujuan khusus**

- a) Mengetahui gambaran karakteristik demografi nyeri kepala migrain.
- b) Mengetahui gambaran karakteristik demografi nyeri kepala TTH.
- c) Mengetahui hubungan antara kualitas tidur dan migrain.
- d) Mengetahui hubungan antara kualitas tidur dan TTH.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

1. Manfaat bagi peneliti

Temuan ini dapat dimanfaatkan sebagai referensi bagi peneliti untuk mengembangkan karya ilmiah dan memperluas pengetahuan mereka mengenai korelasi antara kualitas tidur dan klasifikasi nyeri kepala primer.

2. Manfaat bagi masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai edukasi untuk meningkatkan wawasan dan kesadaran mahasiswa serta masyarakat umum mengenai menjaga kualitas tidur yang baik untuk mencegah terjadinya sakit kepala primer.

3. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Temuan dari penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar referensi untuk penelitian lanjutan yang terkait dengan dampak kualitas tidur terhadap klasifikasi nyeri kepala primer.