

ABSTRAK

Penggunaan gawai di kalangan pelajar dan mahasiswa masa kini merupakan sebuah keharusan untuk memilikinya. Indonesia memiliki jumlah pengguna gawai yang terus meningkat. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara penggunaan gawai dan kejadian nyeri kepala pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia (UNPRI) angkatan 2022. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan desain cross-sectional untuk menganalisis hubungan antara penggunaan gawai dan kejadian nyeri kepala pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Prima Indonesia Angkatan 2022. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan dianalisis menggunakan uji statistik chi-square untuk melihat korelasi antara variabel independen dan dependen. Berdasarkan hasil penelitian, jenis nyeri kepala yang paling sering dialami oleh responden adalah nyeri tipe tegang, dilaporkan oleh 22 responden (32,8%), diikuti oleh nyeri migrain yang dialami oleh 21 responden (31,3%). Sebanyak 9 responden (13,4%) mengalami nyeri jenis cluster, sementara 15 responden (22,4%) melaporkan tidak mengalami nyeri kepala. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara frekuensi dan durasi penggunaan gawai dengan peningkatan risiko nyeri kepala. Temuan ini menyoroti pentingnya kesadaran akan dampak kesehatan dari penggunaan gawai di kalangan pelajar dan mahasiswa, serta perlunya pengelolaan waktu penggunaan gawai untuk mencegah risiko nyeri kepala yang dapat mengganggu aktivitas akademik dan kualitas hidup.

Kata kunci: penggunaan gawai, nyeri kepala, migrain, tipe tegang, mahasiswa, kesehatan.

ABSTRACT

The use of gadgets among students and college students today has become a necessity. Indonesia has a growing number of gadget users. This study aims to analyze the relationship between gadget use and the occurrence of headaches among students at the Faculty of Medicine, Universitas Prima Indonesia (UNPRI) class of 2022. This research employs a quantitative descriptive method with a cross-sectional design to analyze the relationship between gadget use and headache occurrences among students at the Faculty of Medicine, UNPRI class of 2022. Data were collected through questionnaires and analyzed using the chi-square statistical test to examine the correlation between independent and dependent variables. Based on the results, the most common type of headache experienced by respondents was tension-type headache, reported by 22 respondents (32.8%), followed by migraine headache experienced by 21 respondents (31.3%). A total of 9 respondents (13.4%) experienced cluster headache, while 15 respondents (22.4%) reported not experiencing any headaches. The findings indicate a significant relationship between the frequency and duration of gadget use and the increased risk of headaches. These results highlight the importance of awareness regarding the health impacts of gadget use among students and the necessity for managing gadget usage time to prevent headaches that can disrupt academic activities and quality of life.

Keywords: gadget usage, headache, migraine, tension-type, students, health.