

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang Masalah

Migrain merupakan gangguan nyeri kepala berulang yang berlangsung selama 4-72 jam dengan karakteristik yang khas seperti berlokasi unilateral, nyeri yang berdenyut (*pulsating*), intensitas sedang - berat, diperberat oleh aktivitas fisik yang rutin dan berhubungan dengan mual dan/atau fotofobia serta fonofobia (*International Headache Society* 2013, hlm.644). Migrain juga dianggap sebagai sakit kepala kronis yang dapat mengganggu kualitas hidup seseorang. Pemicu serangan migrain dapat bersifat multifaktorial, meliputi faktor hormonal, diet, psikologis, lingkungan, faktor yang berkaitan dengan tidur, faktor yang berkaitan dengan obat-obatan dan faktor lainnya (Anurogo 2012, hlm.731).

Menurut *International Headache Society* (2013, hlm.650) migrain dapat terjadi pada semua usia, namun migrain lebih sering ditemukan pada usia 10-40 tahun serta angka kejadiannya menurun setelah usia 50 tahun (*International Headache Society* 2013, hlm.651). Prevalensi kejadian migrain di dunia diperkirakan mencapai 10% dengan jenis kelamin wanita lebih banyak dibanding pria (Anurogo 2012, hlm.731). Berdasarkan hasil penelitian multisenter berbasis rumah sakit pada 5 rumah sakit di Indonesia, didapatkan prevalensi penderita nyeri kepala adalah migrain tanpa aura 10%, migrain dengan aura 1,8%, episodik *tension type headache* 31%, *chronic tension type headache* (CTTH) 24%, *cluster headache* 0.5%, *mixed headache* 14% (Sjahrir, 2004).

Belakangan ini penderita migrain di Indonesia cenderung meningkat pada semua kalangan tak terkecuali pada mahasiswa yang disebabkan oleh gaya hidup yang kurang sehat. Migrain sering menimbulkan ketidakmampuan selama dan diantara serangannya. Hal tersebut dapat menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari pada mahasiswa, baik dari produktivitas akademik, kepribadian, ingatan dan hubungan interpersonal mahasiswa di kampus (Wilkensia 2012, hlm.1).

Sejumlah penelitian telah mengamati pengaruh gaya hidup yang berhubungan dengan terjadinya migrain pada seseorang. Penelitian Waty (2010) menyatakan bahwa migrain mempunyai hubungan terhadap terjadinya gangguan tidur pada remaja. Penelitian Varkey dkk (2011) menyatakan bahwa olahraga dapat menjadi pilihan untuk pengobatan profilaksis migrain pada pasien yang tidak mendapatkan manfaat dari atau tidak ingin mengkonsumsi obat setiap harinya. Serta penelitian Wilkensia (2012) menyatakan bahwa prevalensi migrain pada mahasiswa dipengaruhi oleh jenis kelamin, kurang tidur, depresi, ansietas dan menstruasi.

Berdasarkan hasil beberapa penelitian serta penelitian mengenai hal tersebut masih sedikit dilakukan. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang ” pengaruh gaya hidup terhadap kejadian migrain pada mahasiswa tingkat 3 dan 4 Fk UPN ”Veteran” Jakarta tahun ajaran 2016/2017”.

I.2 Rumusan Masalah

Dari latar belakang tersebut, maka rumusan masalah yang peneliti ambil ialah:

- a. Bagaimana gambaran prevalensi Migrain pada mahasiswa tingkat 3 dan 4 FK UPN ”Veteran” Jakarta tahun ajaran 2016/2017 ?
- b. Apakah pengaruh gaya hidup seperti (aktivitas olahraga, pola tidur, dan pola makan) menyebabkan kejadian migrain pada mahasiswa tingkat 3 dan 4 FK UPN ”Veteran” Jakarta tahun ajaran 2016/2017 ?

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh gaya hidup terhadap kejadian Migrain pada mahasiswa tingkat 3 dan 4 FK UPN ”Veteran” Jakarta tahun ajaran 2016/2017.

I.3.2 Tujuan Khusus :

- a. Mengetahui gambaran prevalensi migrain pada mahasiswa tingkat 3 dan 4 FK UPN ”Veteran” Jakarta tahun ajaran 2016/2017.

- b. Mengetahui gambaran aktivitas olahraga pada mahasiswa tingkat 3 dan 4 FK UPN "Veteran" Jakarta tahun ajaran 2016/2017.
- c. Mengetahui gambaran pola tidur pada mahasiswa tingkat 3 dan 4 FK UPN "Veteran" Jakarta tahun ajaran 2016/2017.
- d. Mengetahui gambaran pola makan pada mahasiswa tingkat 3 dan 4 FK UPN "Veteran" Jakarta tahun ajaran 2016/2017.
- e. Mengetahui hubungan antara aktivitas olahraga dengan kejadian migrain.
- f. Mengetahui hubungan antara pola tidur dengan kejadian migrain.
- g. Mengetahui hubungan antara pola makan dengan kejadian migrain.

I.4 Manfaat Penelitian

I.4.1 Manfaat Teoritis

Menambah wawasan ilmu pengetahuan pada umumnya dan khususnya ilmu kesehatan saraf, serta memberikan informasi tentang gambaran prevalensi dan pengaruh gaya hidup terhadap kejadian migrain.

I.4.2 Manfaat Praktis :

- a. Bagi Responden

Untuk para mahasiswa/i FK UPN "Veteran" Jakarta diharapkan dapat mengerti pengaruh gaya hidup terhadap kejadian migrain, terutama bagaimana pencegahan agar terhindar dari migrain.

- b. Bagi Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta

Sebagai bahan rujukan serta masukan untuk melakukan penelitian selanjutnya, khususnya mengenai migrain.

- c. Bagi ilmu pengetahuan

Dapat menjadi acuan pemikiran bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan migrain.

d. Bagi peneliti

Peneliti dapat memanfaatkan dan menerapkan ilmu yang didapat selama pendidikan dan memberikan kontribusi nyata kepada masyarakat mengenai kondisi dan masalah yang ada, terkait kesehatan.

