

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Smartphone menjadi bagian yang tak terpisahkan dari kehidupan. Penggunaan *smartphone* meningkat pesat dalam dua dekade terakhir sejalan dengan perkembangan kecanggihannya. Hal ini semakin melonjak pada era pandemi, di mana segala kegiatan dialihkan pada sistem daring. *Smartphone* kini tidak terbatas sebagai perangkat komunikasi, tetapi juga informasi, hiburan, dan fungsi-fungsi menarik lainnya. Layaknya komputer portabel yang memiliki berbagai fitur sekaligus, *smartphone* dapat digunakan untuk mengakses internet, email, dan lain-lain (Sharma, 2019). Akses internet pada *smartphone* memungkinkan adanya konektivitas luas yang berguna dalam kegiatan pembelajaran, sehingga banyak digunakan oleh guru dan pelajar (Latif, 2019). Survei penggunaan TIK oleh Kominfo (2017) menunjukkan bahwa 66,36% masyarakat Indonesia telah menggunakan *smartphone* dan 70,98% diantaranya merupakan pelajar/mahasiswa.

Dalam bidang kedokteran, *smartphone* memiliki potensi besar jika digunakan secara rasional. Dalam era pandemi, kegiatan pembelajaran mahasiswa kedokteran bahkan dialihkan menjadi sistem daring. Namun, Sharma, *et al*, 2019, dalam studinya mengungkap bahwa peningkatan penggunaan *smartphone* dapat memberi dampak buruk terhadap studi dan aktivitas sehari-hari mahasiswa kedokteran. Penggunaan *smartphone* berlebihan dapat menyebabkan pemborosan waktu dan mengganggu belajar sehingga mengakibatkan penurunan prestasi akademik serta memicu berbagai

keluhan kesehatan, seperti kelelahan, stres, sulit berkonsentrasi, dan nyeri kepala (Latif, 2019; Sharma, 2019).

Nyeri kepala merupakan gangguan neurologis yang ditandai dengan sensasi nyeri pada area kepala dan bisa juga diikuti oleh nyeri pada wajah dan/atau leher. (Bahar, 2021). Nyeri kepala termasuk salah satu masalah kesehatan yang paling umum ditemui, bahkan prevalensinya mencapai 52% di seluruh dunia (Stovner, 2022).

Berdasarkan penyebabnya, nyeri kepala dibedakan menjadi nyeri kepala primer dan sekunder. Nyeri kepala primer meliputi *tension-type headache* (nyeri kepala tipe tegang), migrain, *trigeminal autonomic cephalalgias* (nyeri kepala tipe cluster), dan nyeri kepala primer lain, seperti nyeri kepala akibat olahraga dan nyeri kepala akibat batuk (IHS, 2018). Adapun nyeri kepala sekunder merupakan nyeri kepala yang dipicu oleh penyakit lain, seperti trauma pada kepala atau leher, kelainan vaskular kranial atau servikal, kelainan intrakranial nonvaskular, pemakaian obat maupun putus obat, infeksi, kelainan homeostasis, gangguan psikiatri, lesi pada nervus kranial dan nyeri wajah lainnya, serta gangguan pada tengkorak, leher, mata, telinga, hidung, sinus, gigi, mulut, atau struktur wajah lainnya (IHS, 2018). Penderita nyeri kepala kerap mengalami gangguan aktivitas sehingga produktivitasnya menurun dan meningkatkan beban ekonomi. Bahkan jika nyeri kepala tidak ditangani secara adekuat, maka dapat berkembang menjadi nyeri kepala kronis yang dapat menurunkan kualitas hidup penderitanya (Haryani, 2018)

Menimbang kegiatan pembelajaran yang full daring pada mahasiswa FK UMM angkatan 2020 selama kurang lebih satu tahun sejak awal masa orientasi mahasiswa,

serta melihat tingginya prevalensi nyeri kepala pada uraian di atas, maka penulis termotivasi untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Durasi Penggunaan *Smartphone* terhadap Keluhan Nyeri Kepala pada Mahasiswa FK UMM Angkatan 2020”.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat pengaruh dari durasi penggunaan *smartphone* terhadap keluhan nyeri kepala pada Mahasiswa FK UMM Angkatan 2020?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh durasi penggunaan *smartphone* terhadap keluhan nyeri kepala pada mahasiswa FK UMM Angkatan 2020.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui angka kejadian nyeri kepala pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang angkatan 2020.
2. Mengetahui durasi penggunaan *smartphone* per hari pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang angkatan 2020.
3. Mengidentifikasi pola penggunaan *smartphone* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang angkatan 2020.
4. Mengetahui distribusi tipe nyeri kepala yang dialami mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Malang angkatan 2020 yang dipengaruhi oleh penggunaan *smartphone*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademis

1. Memberikan informasi serta wawasan pada bidang kedokteran terkait pengaruh durasi penggunaan *smartphone* terhadap keluhan nyeri kepala.
2. Sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya terutama yang berkaitan dengan nyeri kepala.

1.4.2 Manfaat Klinis

Hasil dari penelitian ini diharap dapat menjadi bahan edukasi sebagai pencegahan kejadian nyeri kepala terkait durasi penggunaan *smartphone* sehingga angka kejadian nyeri kepala dapat diturunkan.

1.4.3 Manfaat Masyarakat

1. Memberikan informasi tentang pengaruh durasi penggunaan *smartphone* terhadap kejadian nyeri kepala.
2. Sebagai bahan edukasi untuk mencegah kejadian nyeri kepala terkait durasi penggunaan *smartphone*.
3. Menjadi acuan dalam memodifikasi gaya hidup sebagai terapi nyeri kepala yang dipengaruhi durasi penggunaan *smartphone*.