SITUASI-SITUASI PEMICU SAKIT KEPALA MIGRAIN

Theresia Trioktiani

ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran situasi-situasi pemicu migrain. Subjek penelitian adalah 42 orang responden yang mengeluhkan sakit kepala migrain. Data dikumpulkan dengan metode kuesioner dan dikelompokkan ke dalam lima kategori pemicu migrain dengan acuan teori Jay A. Van Gerpen, dkk., dan kemudian dilakukan penghitungan persentase frekuensi jawaban-jawaban responden. Lima kategori tersebut adalah faktor psikologis, faktor fisiologis, gaya hidup, makanan, dan kategori lain. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa faktor fisiologis sebanyak 76.2%, faktor psikologis 66.7%, gaya hidup berupa pola makan sebanyak 33.3% merupakan pemicu terhadap kambuhnya sakit kepala migrain, sedangkan situasi yang termasuk faktor fisiologis dalam kategori lain, yaitu *headspin move* merupakan pemicu migrain yang persentasenya paling rendah.

Kata Kunci : Sakit Kepala Migrain, Situasi Pemicu Migrain

MIGRAINE HEADACHE TRIGGER SITUATIONS

Theresia Trioktiani

ABSTRACT

This research aims to know the description of migraine trigger situations. The subjects were 42 respondents who complained of migraine headaches. Data were collected using the questionnaire method and grouped into five categories with reference to the theory of migraine trigger Jay A. Van Gerpen, et al., and then did the calculation of the percentage frequency of respondents answers. Five categories in this research are psychological factors, physiological factors, lifestyle, food, and other categories. The results of this study indicate that as many as 76.2% of physiological factors, 66.7%, of psychological factors, the lifestyle of eating as much as 33.3%, is the trigger for the recurrence of migraine headache, while the situations that are included physyological factor in other categories, namely headspin move is a migraine trigger situations that the rates are lowest (2.4%).

Keywords: Migraine Headaches, Migraine Trigger Situation