

ABSTRAK

Nama : Telisa Humenia Niftia
Program Studi : Kedokteran
Judul Skripsi : Hubungan Durasi Penggunaan *Smartphone* dengan Nyeri Kepala Tipe Tegang (*Tension-Type Headache*) pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2023 Ditinjau dari Aspek Medis dan Perspektif Islam

Latar Belakang: Penggunaan *smartphone* yang berkepanjangan dapat meningkatkan paparan terhadap postur tidak ergonomis dan ketegangan otot leher yang secara teoretis berkaitan dengan nyeri kepala tipe tegang (*tension-type headache*/TTH). **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan mengetahui gambaran durasi penggunaan *smartphone*, status skrining TTH, dan hubungan antara keduanya pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2023 serta meninjaunya dari perspektif Islam. **Metode:** Penelitian kuantitatif analitik ini menggunakan desain potong lintang. Data primer dikumpulkan melalui *Google Form* dengan teknik *incidental sampling*. Status skrining TTH ditentukan berdasarkan kriteria ICHD-3. Analisis bivariat menggunakan *Fisher-Freeman-Halton exact test*. **Hasil:** Dari 126 respons, sebanyak 109 respons dianalisis. Sebanyak 99 responden (90,8%) menggunakan *smartphone* lebih dari 3 jam per hari dan 3 responden (2,8%) memenuhi kriteria skrining TTH. Hasil analisis menunjukkan tidak terdapat hubungan bermakna antara kategori durasi penggunaan *smartphone* dan status skrining TTH ($p = 0,717$). Meskipun demikian, 67,9% responden mengalami nyeri atau kaku leher dan bahu setelah menggunakan *smartphone*. **Kesimpulan:** Durasi penggunaan *smartphone* tidak berhubungan secara statistik dengan status skrining TTH. Penggunaan *smartphone* yang bijak, seimbang, dan ergonomis tetap dianjurkan sesuai prinsip moderasi, menjaga jiwa, dan menghindari kemudharatan dalam Islam. Penelitian selanjutnya disarankan menggunakan pengukuran *screen time* objektif, diagnosis klinis, sampel lebih besar, dan analisis faktor perancu.

Kata Kunci : Penggunaan *Smartphone*, Nyeri Kepala Tipe Tegang, Mahasiswa Kedokteran, ICHD-3, Ergonomi

ABSTRACT

Name : Telisa Humenia Niftia
Study Program : Medicine
Title : *The Relationship Between Duration of Smartphone Use and Tension-Type Headache Among 2023 Students of the Faculty of Medicine, YARSI University from Medical and Islamic Perspectives*

Background: Prolonged smartphone use may increase exposure to non-ergonomic posture and neck muscle tension, which are theoretically associated with tension-type headache (TTH). **Objective:** This study aimed to describe the duration of smartphone use, TTH screening status, and the relationship between the two among 2023 students of the Faculty of Medicine, YARSI University, and to review the findings from an Islamic perspective. **Methods:** This analytical quantitative study used a cross-sectional design. Primary data were collected through Google Form using incidental sampling. TTH screening status was determined based on the ICHD-3 criteria. Bivariate analysis used the Fisher-Freeman-Halton exact test. **Results:** Of 126 responses, 109 were analyzed. A total of 99 respondents (90.8%) used smartphones for more than 3 hours per day, and 3 respondents (2.8%) met the TTH screening criteria. The analysis showed no significant relationship between smartphone use duration category and TTH screening status ($p = 0.717$). Nevertheless, 67.9% of respondents experienced neck or shoulder pain or stiffness after smartphone use. **Conclusion:** Smartphone use duration was not statistically associated with TTH screening status. Wise, balanced, and ergonomic smartphone use remains recommended in accordance with the Islamic principles of moderation, preserving life, and avoiding harm. Further studies are recommended to use objective screen-time measurements, clinical diagnosis, larger samples, and analysis of confounding factors.

Keywords : *Smartphone Use, Tension-Type Headache, Medical Students, ICHD-3, Ergonomics*