

Hubungan Tingkat Anxiety Dengan Kebiasaan Bruxism Pada Mahasiswa Universitas Andalas

Fuccy Utamy Syafitri^{1*}, Eni Rahmi¹, Arifa Zahrani Elka Putri¹

¹Universitas Andalas

E-mail: fuccyutamy@gmail.com

ABSTRAK

Anxiety merupakan faktor risiko utama untuk berbagai masalah kesehatan fisik dan mental. Mahasiswa lebih rentan mengalami anxiety dibandingkan populasi umum. Hal ini sering terjadi secara bersamaan dan dapat saling memperburuk sehingga menimbulkan berbagai keluhan dan berpengaruh pada fisiologis tubuh, salah satunya dapat menimbulkan kebiasaan bruxism. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat anxiety dengan kebiasaan bruxism pada mahasiswa Universitas Andalas. Jenis penelitian yang digunakan adalah observasional analitik dengan pendekatan cross sectional study. Analisis statistik yang digunakan yaitu uji Chi-square. Sampel penelitian dipilih 94 orang dengan teknik proportionate stratified random sampling. Pengukuran tingkat depresi, anxiety, dan stres dilakukan menggunakan kuesioner Anxiety, sedangkan penilaian bruxism menggunakan kuesioner modifikasi Daniel E. Paesani (Bruxism, Theory, and Practice) dan Winocur E (Self-reported bruxism association with perceived stress, motivation for control, dental anxiety and gagging). Penelitian ini menunjukkan bahwa prevalensi anxiety dengan tingkat keparahan yang berbeda-beda di antara responden yaitu anxiety (68.1%). Sebanyak 53 orang (56.4%) responden memiliki kebiasaan bruxism. Hasil uji statistik Chi-square didapatkan nilai $p < 0.05$ yang berarti terdapat hubungan antara tingkat anxiety dengan kebiasaan bruxism pada mahasiswa Universitas Andalas. Terdapat hubungan antara tingkat anxiety dengan kebiasaan bruxism pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Andalas.

Kata kunci: Anxiety, Bruxism, Mahasiswa

ABSTRACT

Anxiety is a major risk factor for various physical and mental health problems. Students are more susceptible to anxiety than the general population. This often occurs simultaneously and can help each other, causing various complaints and affecting the body's physiology, one of which can cause bruxism habits. This study aims to determine the relationship between anxiety levels and bruxism habits in Andalas University students. The type of research used is observational analytic with a cross-sectional study approach. The statistical analysis used is the Chi-square test. The research sample was selected 94 people with a proportional stratified random sampling technique. Measurement of depression, anxiety, and stress levels was carried out using the Anxiety questionnaire, while bruxism assessment used a modified questionnaire by Daniel E. Paesani (Bruxism, Theory, and Practice) and Winocur E (Self-reported bruxism association with stress perception, motivation to control, dental anxiety and choking). This study shows that the prevalence of anxiety with varying degrees of severity among respondents is anxiety (68.1%). A total of 53 people (56.4%) of respondents have bruxism habits. The results of the Chi-square statistical test obtained a p value < 0.05 , which means that there is a relationship between the level of anxiety and the habit of bruxism in students of the Andalas University. There is a relationship between the level of anxiety and the habit of bruxism in students of the Faculty of Dentistry, Andalas University.

Keyword: Anxiety, Bruxism, Student

PENDAHULUAN

Dalam keseharian, mahasiswa kerap menghadapi berbagai tekanan. Tekanan ini muncul dari berbagai tuntutan yang dihadapi selama masa kuliah. Menurut Agustiningsih (2019), ada dua jenis tuntutan yang dirasakan oleh mahasiswa: tuntutan internal dan eksternal. Tuntutan internal bersumber dari dalam diri mahasiswa sendiri, mencakup keinginan pribadi dan kemampuan mereka dalam menjalani perkuliahan. Bagi mahasiswa, pemilihan jurusan adalah keputusan penting yang harus dipertimbangkan secara cermat. Jurusan yang sesuai dengan minat atau passion mahasiswa dapat memberikan dampak positif terhadap karier atau profesi mereka di masa depan (Wulandari et al., 2022). Setiap jurusan memiliki tingkat kompleksitas materi perkuliahan yang bervariasi, yang dapat menjadi faktor penyebab timbulnya kecemasan.

Berbagai penelitian telah dilakukan terkait kecemasan pada mahasiswa kedokteran gigi. Sebuah studi oleh Basudan et al. (2017) terhadap 289 mahasiswa kedokteran gigi di King Saud University, Saudi Arabia, melaporkan bahwa dibandingkan dengan populasi umum dan mahasiswa dari bidang studi lain, mahasiswa kedokteran gigi menunjukkan tingkat kecemasan, depresi, gangguan obsesif-kompulsif, dan sensitivitas interpersonal yang lebih tinggi. Astoeti et al. (2021) dalam penelitiannya menemukan bahwa tingkat stres pada mahasiswa kedokteran gigi di Universitas Trisakti, Indonesia, berada pada kategori sedang, dengan tekanan akademik sebagai faktor utama penyebab stres. Stres, kecemasan, serta tuntutan dari lingkungan sekitar merupakan masalah psikososial yang signifikan (Puranik et al., 2016).

Timbulnya anxiety akan menimbulkan berbagai keluhan dan berpengaruh pada fisiologis tubuh, salah satunya gangguan stomatognatik (Chemelo et al., 2020). Anxiety dapat menyebabkan meningkatnya ketegangan otot-otot sistem stomatognatik yang mengakibatkan peningkatan tonus otot, sehingga secara tidak sadar individu mencoba mencari keselarasan gigitan dan akan mengertakkan gigi yang dikenal dengan bruxism (Cavallo et al., 2016). Bruxism atau bruksisme merupakan salah satu kebiasaan parafungsional yang kerap terjadi namun tidak disadari oleh individu (Demjaha et al., 2019). Kondisi yang dikenal sebagai bruxism adalah ketika seseorang mengatupkan rahangnya secara maksimal atau menggemeretakkan giginya secara tidak normal dan dilakukan secara tidak sadar (Ella et al., 2017). Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk meneliti hubungan tingkat anxiety dengan kebiasaan bruxism pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Andalas

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik, yaitu suatu metode penelitian untuk mengetahui hubungan tingkat anxiety dengan kebiasaan bruxism mahasiswa Universitas Andalas. Desain penelitian menggunakan cross sectional study, yaitu pengamatan variabel independen dan variabel dependen diamati dalam satu waktu. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik proportionate stratified random sampling. Teknik proportionate stratified random sampling adalah teknik pengambilan sampel di mana populasi penelitian terbagi atas beberapa sub kelompok secara proporsional dan dilakukan secara acak.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada penelitian ini, hasil uji statistik hubungan tingkat anxiety dengan kebiasaan bruxism tidak memenuhi syarat uji Chi-square karena sel dengan expected count kurang dari 5 lebih dari 20%, sehingga dilakukan penggabungan sel. Berikut 61 analisis bivariat antara tingkat anxiety dengan kebiasaan bruxism pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Andalas :

Tabel 1. Hubungan Tingkat Anxiety dengan Kebiasaan Bruxism pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi

Tingkat Anxiety	Kebiasaan bruxism			
	Bukan penderita bruxism	Penderita bruxism		
	N	N	N	P
Tidak Anxiety	20	10	30	0.002
Ringan-Sedang	14	15	29	
Berat-Sangat Berat	7	28	35	
Total	41	53	94	

Tingkat anxiety mahasiswa preklinik dan klinik kedokteran gigi Universitas Andalas diukur dengan menggunakan kuesioner DASS-21 dengan hasil yang diperoleh bahwa mayoritas responden mengalami anxiety (68.1%) dan paling banyak pada tingkat anxiey berat (20.2%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Yaputri pada tahun 2023 yang menunjukkan bahwa pada mahasiswa kedokteran gigi Universitas Indonesia banyak yang mengalami anxiety (55.8%), terdapat 44.2%

mengalami anxiety ringan dan 11.6% mengalami anxiety berat (Yaputri, 2023). Alat ukur yang digunakan pada penelitian ini adalah kuesioner generalized anxiety disorder-7 (GAD-7).

Penelitian lain yang dilakukan oleh George et al., menunjukkan 64 bahwa mayoritas mahasiswa kedokteran gigi di Manipal University mengalami anxiety tingkat sedang sekitar 102 orang (29.1%) dengan menggunakan alat ukur kuesioner DASS-21 (George et al., 2022). Perbedaan tingkat anxiety dapat terjadi karena perbedaan alat ukur yang digunakan, di mana kuesioner GAD-7 dirancang khusus untuk evaluasi cepat dari kecemasan umum, sedangkan kuesioner DASS-21 memberikan penilaian yang lebih luas serta lebih komprehensif tentang kesehatan mental individu. Penelitian yang dilakukan Ahad et al., menunjukkan hasil yang sama yaitu pada mahasiswa kedokteran gigi di India prevalensi anxiety tinggi yaitu 66.86% khususnya pada mahasiswa semester akhir (Ahad et al., 2021). Prevalensi anxiety mahasiswa kedokteran gigi tinggi karena adanya kekhawatiran dan ketakutan akan kegagalan dan pengaruh dari lingkungan yang kompetitif. Menurut Wayt (dalam Basudan et al., 2017) masalah pribadi memiliki efek yang lebih besar pada kecemasan mahasiswa daripada faktor akademis seperti konflik interpersonal dan manajemen waktu yang sulit.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 53 orang (56.4%) memiliki kebiasaan bruxism dengan kategori anxiety ringan-sedang sebanyak 15 orang, kategori anxiety berat-sangat berat sebanyak 28 orang, dan kategori tidak anxiety sebanyak 10 orang. Hasil uji statistik menggunakan uji chi-square didapatkan nilai $p=0.002$ ($p<0.05$) menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat anxiety dengan kebiasaan bruxism pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Andalas. Beberapa studi menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswa mengalami tingkat kecemasan yang signifikan selama masa kuliah.

Pada penelitian ini, faktor kecemasan yang kerap dirasakan adalah sering merasa khawatir sehingga menyebabkan panik berlebihan (48.5%). Hal ini sejalan dengan penelitian Tangade et al., yang melaporkan bahwa faktor yang paling banyak dilaporkan adalah perasaan takut dan khawatir akan kegagalan (Tangade et al., 2011). Hal ini dapat terjadi karena penelitian ini dilakukan pada akhir blok, sehingga responden sedang mempersiapkan diri untuk ujian blok yang akan dihadapi. Myrvold melaporkan hal yang sama juga bahwa mahasiswa harus menguasai materi dengan waktu yang singkat, sehingga mahasiswa khawatir dan takut tidak mendapatkan hasil yang baik (Myrvold, 2017).

Anxiety dapat menimbulkan manifestasi pada tubuh seperti keringat berlebih, gemetar, ketegangan otot, dan parafungsional oral salah satunya bruxism (dalam Amalia et al., 2022). Kecemasan menyebabkan ketidakseimbangan neurotransmitter tertentu, termasuk serotonin. Penurunan kadar serotonin dapat berkontribusi pada kebiasaan bruxism. Ketika kadar serotonin menurun, otot-otot rahang dan wajah lebih tegang dan lebih rentan terhadap kontraksi otot yang tidak disengaja yang dapat menyebabkan kebiasaan menggertakkan gigi secara berlebihan (Garrett et al., 2018).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Keskinruzgar et al., tahun 2018 pada pasien yang didiagnosis bruxism yang menunjukkan terdapat hubungan antara anxiety dengan bruxism dan didapatkan bahwa skor Stait-Trait Anxiety Inventory (STAI) secara signifikan lebih tinggi pada penderita bruxism (Keskinruzgar et al., 2018). Hal ini didukung oleh penelitian Hashemipour et al., yang menemukan bahwa skor anxiety yang dihitung dengan Symptom Checklist-90 (SCL 90R) secara signifikan lebih tinggi pada penderita bruxism (Hashemipour et al., 2020).

KESIMPULAN DAN SARAN

Pada penelitian ini ditemukan bahwa ambaran tingkat anxiety mahasiswa preklinik dan klinik Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Andalas menunjukkan lebih banyak yang mengalami anxiety berat. Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat anxiety dengan kebiasaan bruxism pada mahasiswa Universitas Andalas.

DAFTAR PUSTAKA

Agustiningsih, N. (2019). Gambaran Stres Akademik dan Strategi Koping Pada Mahasiswa Keperawatan. *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 6(2), 241–250.

- Ahad, A., Chahar, P., Haque, E., Bey, A., Jain, M., & Raja, W. (2021). Factors affecting the prevalence of stress, anxiety, and depression in undergraduate Indian dental students. *J Educ Health Promot*, 10(1), 266.
- Ambarwati, P. D., Pinilih, S. S., & Astuti, R. T. (2017). Gambaran Tingkat Stres Mahasiswa. In *Jurnal Keperawatan Jiwa* (Vol. 5, Issue 1).
- Astoeti, T. E., Josephine, H., Widyarman, A. S., & Sudhana, W. (2021). Correlation between dental environment and perceived stress scale among dental students during the COVID-19 pandemic in Indonesia. *Kesmas*, 16(3), 165–170.
- Basudan, S., Binanzan, N., & Alhassan, A. (2017). Depression, anxiety and stres in dental students. *Int J Med Educ*, 8, 179–186
- Cavallo, P., Carpinelli, L., & Savarese, G. (2016). Perceived stres and bruxism in university students. *BMC Research Notes*, 9(1), 1–6.
- Chemelo, V. dos S., Né, Y. G. de S., Frazão, D. R., Souza-Rodrigues, R. D. de, Fagundes, N. C. F., Magno, M. B., Silva, C. M. T. da, Maia, L. C., & Lima, R. R. (2020). Is There Association Between Stres and Bruxism? A Systematic Review and Meta-Analysis. In *Frontiers in Neurology* (Vol. 11). Frontiers Media S.A.
- Demjaha, G., Kapusevska, B., & Pejkovska-Shahpaska, B. (2019). Bruxism unconscious oral habit in everyday life. *OAMJMS*, 7(5), 876–881.
- Ella, B., Ghorayeb, I., Burbaud, P., & Guehl, D. (2017). Bruxism in Movement Disorders: A Comprehensive Review. In *J Prost* (Vol. 26, Issue 7, pp. 599–605). Blackwell Publishing Inc
- Garrett, A. R., & Hawley, J. S. (2018). SSRI-associated bruxism: A systematic review of published case reports. *Neurology. Clinical practice*, 8(2), 135–141.
- George, R. P., Donald, P. M., Soe, H. H. K., Tee, S. C., Toh, J., & Cheah, M. J. Q. (2022). Prevalence of Symptoms of Depression, Anxiety, and Stres among Undergraduate Dental Students in Malaysia. *J Contemp Dent Prac (JCDP)*, 23(5), 532–538.
- Hashemipour, M. A., Amirchaghmaghi, M., & Ghasemi, M. (2020). Evaluation of anxiety and depression in patients with bruxism.
- Keskinruzgar, A., Özmen, S., & Uzun, E. (2018). Evaluation of anxiety and depression in patients with bruxism. *The Eurasian J Med*, 50(2), 93-96.
- Myrvold, B. (2017) Stress among Dental Students: A survey from Arkhangelsk, Russia, UiT Norges Arktiske Universitet. UiT Norges Arktiske Universitet.
- Puranik, M. P., Graduate Student, P., Professor, A., & Author, C. (2016). Psychosocial Factors and Bruxism-A Review. *Int J Health Sci & Res*, 6, 435
- Yaputri, Angelin. (2023). Profil Faktor Risiko Kejadian Bruksisme pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Indonesia Program Sarjana Angkatan 2019-2022