

## BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

### A. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk mengembangkan dan menguji efektivitas alat *neckbliss* sebagai intervensi nonfarmakologis dalam menurunkan skor nyeri kepala pada pasien hipertensi. Tahap pertama penelitian pengembangan prototipe *neckbliss* diuji validitasnya dengan hasil yang sangat tinggi, menunjukkan keandalan dan keterpakaian sebagai intervensi non-farmakologis yang praktis, aman, efisien dan kompeten dalam penurunan nyeri kepala pada pasien hipertensi.

Tahap kedua penelitian menguji efektifitas alat *neckbliss* dengan karakteristik responden sebagian besar berjenis kelamin perempuan, dengan mayoritas berusia 51-65 tahun. Pekerjaan responden paling banyak sebagai petani dengan lama menderita hipertensi 1-5 Tahun dan tekanan darahnya sebagian besar responden  $\geq 140/90$  mmHg. Pengujian efektivitas menggunakan metode studi eksperimental yang membandingkan kelompok intervensi (*neckbliss*) dan kelompok kontrol (intervensi manual yang biasa dilakukan responden dirumah). Hasil penelitian menunjukkan bahwa *neckbliss* memberikan pengaruh signifikan dalam menurunkan skor nyeri kepala pada pasien hipertensi dibandingkan dengan intervensi standar. Kelompok yang menggunakan *neckbliss* mengalami penurunan skor nyeri kepala lebih cepat dengan kenyamanan dan kestabilan suhu selama intervensi.

### B. Saran

Saran yang dapat diajukan berdasarkan hasil penelitian ini yaitu:

1. Bagi Tenaga Kesehatan:

Alat *neckbliss* dapat digunakan dalam penatalaksanaan terapi non-farmakologis untuk mengurangi nyeri kepala pada pasien hipertensi.

2. Bagi Rumah Sakit:

Alat *neckbliss* ditambahkan pada unit-unit pelayanan, terutama di ruang perawatan pasien hipertensi atau klinik rawat jalan. Penggunaan alat ini

dapat membantu mengurangi ketergantungan pada obat-obatan dan memberikan kenyamanan lebih bagi pasien.

3. Bagi Keluarga:

Keluarga mendukung pasien hipertensi yang mengalami masalah yang dirasakan seperti nyeri kepala. Keluarga disarankan untuk membantu penggunaan alat sesuai petunjuk, mendukung gaya hidup sehat, diet dan olahraga teratur, serta memonitor tekanan darah secara teratur

4. Bagi Peneliti Selanjutnya:

Disarankan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian jangka panjang guna mengevaluasi efek berkelanjutan dari penggunaan *neckbliss* pada pasien hipertensi dan kelompok penyakit lain, seperti migrain atau gangguan vaskular lainnya.

