

BAB V

PENUTUP

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dan pembahasan dari penelitian pada gambaran klinis pasien *tension type headache* dengan terapi akupunktur medis, kesimpulan yang didapatkan adalah :

1. Berdasarkan distribusi kelompok usia pasien dengan *tension type headache*, kelompok usia tertinggi ditemukan pada rentang usia 35 hingga 45 tahun, menempati 56% dari total 25 sampel. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Rodríguez-Castro & Castillo (2019), yang menemukan bahwa TTH paling umum pada rentang usia 30 hingga 39 tahun. Penelitian tersebut menemukan bahwa peningkatan beban sosiokultural, seperti tuntutan pekerjaan, tanggung jawab keluarga, dan ekspektasi lingkungan masyarakat, yang dapat meningkatkan stres dan menyebabkan serangan TTH, adalah alasan mengapa TTH lebih sering menyerang populasi pada rentang usia ini. Selain itu, mayoritas distribusi frekuensi jenis kelamin adalah perempuan. Ini mungkin akibat dari perbedaan hormonal dan aspek psikososial yang lebih memengaruhi perempuan daripada laki-laki.. Penelitian menunjukkan bahwa perempuan lebih rentan terhadap TTH karena mereka sering menghadapi tekanan emosional yang lebih besar dan memiliki respons stres yang berbeda dibandingkan laki-laki.

2. Data indeks massa tubuh (IMT) yang didistribusikan pada pasien TTH menunjukkan bahwa pasien dengan IMT normal (18.5-25.0) mencapai 60% dari 25 pasien. Hal ini menunjukkan bahwa pasien yang memiliki berat badan normal tetap rentan terhadap TTH, menunjukkan bahwa faktor lain, seperti stres dan ketegangan otot, memainkan peran penting dalam patogenesis TTH. Pasien dengan kadar total kolesterol abnormal (lebih dari 200 mg/dL) merupakan 60% dari 25 sampel yang tersedia. Melalui mekanisme inflamasi dan ketegangan vaskular yang lebih tinggi, kadar kolesterol yang tinggi mungkin membuat risiko serangan TTH lebih tinggi.
3. Data VAS Score yang didistribusikan pada pasien TTH menunjukkan bahwa pasien yang menjalani terapi akupunktur medis memiliki rata rata penurunan VAS Score sebanyak 2 poin. Pada beberapa kasus pasien mengalami penurunan VAS Score sebanyak 4 poin. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hu et al. (2023) yang menunjukkan hasil yang selaras.

5.2 Saran

5.2.1 Saran Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya, disarankan untuk memperbanyak jumlah sampel yang diteliti agar mendapatkan hasil yang lebih mewakili populasi pasien *tension type headache*. Selain itu disarankan dapat dilakukan penelitian serupa dengan menggunakan variabel lain seperti riwayat penyakit, riwayat keluarga, gaya hidup

pasien (merokok, konsumsi alkohol, intensitas aktivitas, dll) serta efek konsumsi obat.

5.2.2 Saran Bagi RSPAD Gatot Soebroto

- a. Kepada Instalasi Rekam Medis disarankan untuk memperlengkap data rekam medis umum pasien untuk menunjang penelitian selanjutnya dan untuk modalitas dalam diagnosis dan tatalaksana yang diberikan kepada pasien, seperti keluhan pasien dituliskan dengan lebih terstruktur, Riwayat penyakit dari keluarga pasien, gaya hidup pasien, dan sebagainya.
- b. Bentuk rekam medis pasien yang masih konvensional dapat dilakukan pengintegrasian dengan sistem komputer sehingga mencegah data tertukar ataupun hilang.
- c. Kepada bagian poli akupunktur disarankan untuk menulis catatan dari tahap akupunktur yang telah dilalui maupun yang direncanakan akan dilakukan dengan detail agar mempermudah ketika pengambilan data

5.2.3 Saran Bagi Masyarakat

Diharapkan kepada masyarakat untuk lebih waspada terhadap gejala *tension type headache* sehingga apabila curiga mengalami gejala terutama gangguan yang cukup signifikan terhadap aktivitas keseharian, dapat segera melakukan pemeriksaan diri ke fasilitas layanan kesehatan terdekat. Kepada masyarakat agar mengetahui bahwa disamping konsumsi obat-obatan, metode pengobatan akupunktur medis juga dapat menjadi salah satu pengobatan yang efektif untuk menangani *tension type headache*