

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan terkait efektivitas pemberian rebusan air jahe putih hangat dalam menurunkan nyeri kepala pada pasien hipertensi di wilayah kerja Puskesmas Sikumana, dapat ditarik beberapa kesimpulan sebagai berikut:

1. Sebelum intervensi diberikan, kedua responden menunjukkan tingkat nyeri kepala pada kategori sedang, dengan nilai skala nyeri masing-masing sebesar 6.
2. Setelah pemberian rebusan air jahe putih hangat selama lima hari berturut-turut pada pagi hari pukul 08.00 WITA, terjadi penurunan tingkat nyeri kepala menjadi kategori ringan, dengan nilai skala nyeri menurun menjadi 3 dan 2.
3. Intervensi pemberian rebusan air jahe putih hangat terbukti efektif menurunkan nyeri kepala secara bertahap pada pasien hipertensi dalam waktu lima hari, menggunakan bahan sederhana seperti jahe putih dan air putih.
4. Pemberian rebusan jahe putih hangat berpeluang menjadi alternatif intervensi keperawatan non-farmakologis yang mudah diterapkan, aman, serta efektif dalam membantu pasien mengendalikan nyeri kepala.

#### 5.2 Saran

##### 1. Bagi Intitusi Puskesmas

Mengembangkan Intervensi Non-Farmakologis, puskesmas dapat mempertimbangkan untuk mengintegrasikan intervensi non-farmakologis seperti pemberian rebusan air jahe putih hangat sebagai bagian dari program penatalaksanaan nyeri kepala pada pasien hipertensi.

##### 2. Bagi Tenaga Kesehatan

Meningkatkan pengetahuan tentang Terapi Non-Farmakologis, tenaga kesehatan, khususnya perawat, disarankan untuk memperluas wawasan

dan keterampilan dalam penerapan intervensi non-farmakologis seperti rebusan air jahe putih hangat sebagai alternatif terapi pendukung bagi pasien hipertensi yang mengalami nyeri kepala.

### **3. Bagi Pasien**

Diharapkan pasien dapat terbuka terhadap pendekatan non-farmakologis seperti pemberian rebusan air jahe putih hangat, serta aktif berpartisipasi dalam proses pengelolaan nyeri kepala, sehingga dapat meningkatkan kenyamanan.

### **4. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Untuk memperkuat bukti ilmiah, disarankan dilakukan penelitian lebih lanjut dengan jumlah responden yang lebih besar, rancangan penelitian yang lebih ketat, serta memperhatikan preferensi penggunaan jahe putih agar hasil yang diperoleh lebih luas dan memiliki signifikansi statistik.