

BAB 7

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

1. Sebagian besar mahasiswa angkatan 2015 Fakultas kedokteran Universitas Andalas dengan nyeri kepala tegang otot mempunyai kualitas tidur buruk
2. Tipe nyeri kepala tegang otot terbanyak pada mahasiswa angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Andalas adalah tipe jarang
3. Tidak terdapat hubungan antara kualitas tidur dengan nyeri kepala tegang otot pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2015

7.2 Saran

1. Melakukan penelitian mengenai hubungan kualitas tidur dengan nyeri kepala tegang otot dengan populasi yang berbeda
2. Melakukan penelitian lanjutan pada mahasiswa kedokteran tingkat awal atau melakukan penelitian lanjutan pada tiga angkatan yang berbeda
3. Melakukan penelitian lanjutan dengan metode lain seperti *case control* atau *cohort* untuk mengetahui hasil lain dari distribusi dan hubungan dari kualitas tidur dan nyeri kepala tegang otot.

