

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. KESIMPULAN

1. Terdapat perbedaan rata-rata skor efikasi diri dan rata-rata nilai PEF sebelum dan setelah intervensi edukasi tentang *self management*, latihan *pursed lips breathing* pada kelompok intervensi
2. Tidak terdapat perbedaan rata-rata skor efikasi diri dan rata-rata nilai PEF sebelum dan setelah intervensi edukasi tentang *self management*, latihan *pursed lips breathing* pada kelompok kontrol.
3. Terdapat perbedaan rata-rata skor efikasi diri setelah intervensi edukasi tentang *self management*, latihan *pursed lips breathing* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
4. Tidak terdapat perbedaan rata-rata nilai PEF setelah intervensi edukasi tentang *self management*, latihan *pursed lips breathing* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol.
5. Terdapat perbedaan selisih rata-rata skor efikasi diri dan nilai PEF setelah edukasi tentang *self management*, latihan *pursed lips breathing* pada pasien P

6. Terdapat pengaruh edukasi tentang *self management*, latihan *pursed lips breathing* dalam meningkatkan skor efikasi diri dan nilai PEF pada pasien PPOK.

## **B. Saran**

### 1. Bagi Instansi Rumah Sakit

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi salah satu bahan edukasi dan intervensi keperawatan yang dapat diterapkan di rumah sakit sebagai standar prosedur operasional dalam penatalaksanaan pasien PPOK sehingga dapat berorientasi terhadap peningkatan kualitas hidup pasien PPOK.

### 2. Bagi Institusi Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mahasiswa keperawatan sehingga bisa diterapkan dalam pelaksanaan asuhan keperawatan dalam meningkatkan kualitas hidup pasien PPOK

### 3. Bagi pasien PPOK

Melaksanakan *self management* dan latihan *pursed lips breathing* selama perawatan di rumah sehingga dapat membantu mengatasi masalah yang sering muncul agar dapat meningkatkan kualitas hidup.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Pentingnya dilakukan penelitian kembali tentang edukasi *self management* latihan *pursed lips breathing* dengan kombinasi latihan nafas lainnya, jumlah sampel yang lebih banyak dan waktu pemberian intervensi yang lebih lama dan lebih efektif.