

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka didapatkan kesimpulan sebagai berikut:

1. Didapatkan gambaran karakteristik demografis pasien asma yang sedang melakukan kontrol di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Gamping. Dimana karakteristik demografis pasien tidak menjadi faktor yang mengganggu intervensi yang dilakukan.
2. Didapatkan gambaran pengaruh promosi kesehatan tentang asma dengan menggunakan media leaflet dan latihan pernapasan *Buteyko* terhadap kualitas faal paru penderita asma yang menjalani kontrol di Rumah Sakit PKU Muhammadiyah Gamping dengan hasil $p < 0.001$ yang menunjukkan bahwa terjadi perbedaan yang signifikan kualitas faal paru setelah dilakukan intervensi dan diuji post test di kedua kelompok penelitian. Maka promosi kesehatan tentang asma dengan media leaflet dan latihan pernapasan *Buteyko* berpengaruh signifikan terhadap kualitas faal paru penderita asma.

B. Saran

1. Bagi Praktisi

Penerapan promosi kesehatan tentang asma menggunakan media leaflet dan latihan pernapasan *Buteyko* untuk pasien asma yang sedang menjalani kontrol asma terbukti bermanfaat untuk meningkatkan kualitas faal paru. Hal ini mungkin bisa

dipertimbangkan sebagai tambahan cara pengobatan yang dapat dipilih oleh pasien dari aspek non-farmakologis.

2. Bagi unit pelayanan kesehatan (Rumah Sakit, Puskesmas)

- a. Pemantauan rutin pasien asma yang menjalani pengobatan non-farmakologis dengan metode latihan napas *Buteyko*, mengingat besarnya kemungkinan pasien tidak patuh sehingga perlu pengawasan lebih agar pengobatan bisa efektif dan target pengobatan bisa tercapai.
- b. Memberi support motivasi mental dan emosional untuk pasien asma agar tidak berhenti pengobatan di tengah jalan dan terjadi kekambuhan yang dapat menyebabkan penurunan kualitas faal paru pasien.

3. Bagi institusi pendidikan dan peneliti lain

- a. Masih banyaknya faktor faktor lain dari lingkungan, perilaku, atau kejiwaan pasien yang dapat dijadikan variabel untuk diteliti yang kemungkinan turut berpengaruh pada kualitas faal paru pada penderita asma.
- b. Dapat menjadi batu loncatan untuk meneliti efektifitas latihan napas *Buteyko* dibandingkan dengan latihan lainnya; *Pursed Lip Breathing*, *Paranyama*. untuk meningkatkan kualitas faal paru dan mencegah kekambuhan pada penderita asma.