

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

V.1 Kesimpulan

1. Karakteristik umum responden yang terdiri dari usia adalah dewasa madya (41-60 tahun) sebanyak 38 responden (64,4%) dan jenis kelamin adalah perempuan sebanyak 43 responden (72,88%)
2. Terdapat hubungan bermakna antara pengetahuan, sikap, dukungan petugas kesehatan, dan dukungan keluarga terhadap frekuensi frekuensi senam asma anggota klub senam asma RSUP Persahabatan Jakarta.
3. Tidak terdapat hubungan bermakna antara sarana dan prasarana terhadap frekuensi frekuensi senam asma anggota klub senam asma RSUP Persahabatan Jakarta.
4. Berdasarkan analisis multivariat dapat disimpulkan bahwa yang paling mempengaruhi seseorang untuk melakukan senam asma sesuai dengan anjuran adalah pengetahuan (OR=60,288).

V.2 Saran

V.2.1 Bagi Anggota Klub Senam Asma

Agar bisa menambah pengetahuan baik tentang penyakit asma maupun tentang senam asma, sehingga dapat memotivasi diri melakukan senam asma sesuai dengan anjuran yaitu 3-4x dalam satu minggu.

Disarankan juga bertanya kepada dokter maupun petugas kesehatan lainnya tentang senam asma maupun tata laksana lainnya dalam menanggulangi serangan asma. Apabila di dalam klub masih ada sarana maupun prasarana yang dirasa kurang, diharapkan juga untuk memberi masukan kepada pengurus klub senam asma RSUP Persahabatan Jakarta.

V.2.2 Bagi Petugas Kesehatan

Untuk para petugas kesehatan, hendaknya selalu memberikan dukungan yang positif serta penyuluhan tentang asma maupun senam asma itu sendiri kepada anggota klub senam asma agar tingkat pengetahuan dan sikapnya selalu baik,

sehingga munculnya kesadaran dari anggota klub senam asma untuk melakukan senam asma sesuai dengan anjuran

Disarankan juga untuk petugas kesehatan agar selalu mengingatkan kepada keluarga dari anggota klub senam asma agar selalu mendukung anggota keluarganya dalam melakukan senam asma mengingat manfaat senam asma untuk para penderita asma.

V.2.3 Bagi Klub Senam Asma RSUP Persahabatan

Selain petugas kesehatan, disarankan kepada pengurus klub senam asma RSUP Persahabatan selalu memberikan penyuluhan tentang pentingnya senam asma untuk para penderita asma, sehingga diharapkan anggota klub senam asma RSUP Persahabatan bisa melakukan senam asma sesuai dengan anjuran.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa menurut anggota klub senam asma, sarana dan prasarana yang disediakan sudah baik dan sesuai. Hal ini agar bisa dipertahankan, demi meningkatnya kesadaran dan minat anggota klub senam asma RSUP Persahabatan untuk melakukan senam asma.

V.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya, disarankan untuk melakukan penelitian sejenis dengan meneliti faktor-faktor lain yang dapat berhubungan dengan seseorang untuk melakukan senam asma, karena masih ada faktor-faktor lain yang belum diteliti pada penelitian ini seperti tingkat pendidikan, tingkat usia, faktor kecemasan, dll.