

BAB VII

PENUTUP

VII.1 Kesimpulan

Kesimpulannya bahwa penulis sudah menganalisa derajat sesak nafas menggunakan skala borg sebelum diterapi dan sesudah diterapi. Dan sudah mengetahui pengaruh teknik pernafasan buteyko terhadap penurunan sesak nafas pada penderita asma bronkiale setelah di berikan terapi selama 6 kali dengan frekuensi 3 kali per minggu selama 18 menit. Dan didapatkan hasil pengukuran sesak nafas menggunakan skala borg dari pre dan post latihan menghasilkan selisih 1,8 penurunan sesak nafas.

Akhirnya saya menyimpulkan bahwa ada pengaruh latihan buteyko terhadap penurunan sesak nafas dibuktikan dengan adanya penurunan skala sesak nafas sebelum diberikan latihan buteyko dan sesudah diberi latihan buteyko.

VII.2 Saran

Bagi teman-teman yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut harus dilakukan dengan data dan berdasarkan teori atau jurnal yang valid. Dan jika ingin melakukan penelitian harus dengan sample yang sesuai dengan kriteria inklusi serta eksklusi agar penelitiannya bisa mendapatkan hasil yang maksimal.