

BAB VII

PENUTUP

VII.1 Kesimpulan

Kesimpulannya bahwa penulis sudah menganalisa derajat sesak nafas menggunakan skala MMRC 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 21 menit. Dan didapatkan hasil pengukuran sesak nafas menggunakan skala MMRC dari pre dan post latihan menghasilkan selisih 1,4 penurunan sesak nafas.

Akhirnya saya menyimpulkan bahwa adanya penurunan sesak nafas setelah diberikan buteyko selama 6 kali. Terkait peningkatan ekspansi thoraks, menurunnya HR rest dan RR rest.

VII.2 Saran

Bagi teman-teman yang ingin melakukan penelitian lebih lanjut harus dilakukan dengan data dan berdasarkan teori yang valid. Serta harus sesuai kriteria inklusi, evaluasi dan monitoring terhadap pelaksanaan tersebut sangat penting untuk melihat efek teknik pernapasan buteyko dan membandingkan teknik pernapasan buteyko dengan beberapa penatalaksanaan asma lainnya seperti tiup balon, senam asma dan lainnya.