

## **BAB VII**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **VII.1 KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil laporan kasus dan pembahasan maka kesimpulan yang dapat diambil sebagai berikut :

1. Latihan pernapasan menggunakan metode Buteyko dapat menurunkan tahanan terhadap aliran udara di saluran napas pada penderita asma dewasa derajat persisten sedang.
2. Latihan pernapasan untuk mencapai volume pernapasan yang normal dengan melakukan relaksasi diafragma.
3. Latihan buteyko meningkatkan FEV1 karena dapat mengurangi spasme otot bronkus, peningkatan fleksibilitas sendi dan kekuatan otot

#### **VII.2 SARAN**

Berdasarkan dari simpulan di atas, ada beberapa hal yang di sarankan dari hasil laporan kasus ini terhadap latihan pernapasan buteyko terhadap peningkatan FEV1 pada penderita asma

1. Bagi penatalaksanaan yang akan melakukan study kasus diharapkan dapat membandingkan teknik pernapasan buteyko dengan beberapa penatalaksanaan asma lainnya seperti tiup balon, senam asma dan lainnya
2. Bagi pelayanan fisioterapi kepada masyarakat diharapkan :
  - a) fisioterapi dapat menangani pasien asma dan membuat program rehabilitasi dan promosi teknik pernapasan buteyko pada pasien yang menderita asma.
  - b) teknik pernapasan buteyko dapat dijadikan intervensi Fisioterapi pada pasien asma