

BAB VII

PENUTUP

VII.1 Kesimpulan

Kesimpulannya bahwa penulis sudah menganalisa penurunan respiratory rate rest sebelum diterapi dan sesudah di terapi. Dan mengetahui frekuensi nafas sebelum dan sesudah terapi. Serta sudah mengetahui pengaruh teknik pernafasan buteyko terhadap penurunan sesak nafas pada penderita asma bronkiale setelah diberikan terapi selama 6 kali dengan frekuensi 3 kali per minggu selama 21 menit. Dan di dapatkan hasil pengukuran respiratory rate rest dari pre dan post latihan menghasilkan rata-rata selisih 4 penurunan respiratory rate rest.

VII.2 Saran

Bagi teman-teman yang ingin melakukan penelitian selanjutnya, lakukanlah berdasarkan teori yang lebih valid. Serta penelitian tersebut harus dilakukan sesuai kriteria inklusi, evaluasi dan monitoring terhadap pelaksanaan penelitian tersebut harus di pantau terus. Dan hasil dari peneitian tersebut sangat penting untuk melihat efek teknik pernafasan buteyko dengan hasil penelitiannya.