

BAB VI

PENUTUP

6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan penelitian pengaruh terapi *Blowing Balon* terhadap penurunan tingkat sesak napas pada pasien asma di Wilayah Kerja Puskesmas Lingkar Timur Kota Bengkulu, maka kesimpulan yang diperoleh adalah sebagai berikut:

- a. Sebelum diberikan terapi *Blowing Balon*, seluruh responden mengalami sesak napas. Rata-rata (*mean*) frekuensi pernapasan (*Respiratory Rate*) responden adalah sebesar 27,75 kali/menit, dengan nilai minimum 25 kali/menit, nilai maksimum 32 kali/menit.
- b. Setelah diberikan terapi *Blowing Balon*, terjadi perbaikan pola pernapasan yang signifikan pada seluruh responden. Rata-rata (*mean*) frekuensi pernapasan turun menjadi 20,85 kali/menit dengan kategori sedang, dengan nilai minimum 18 kali/menit, nilai maksimum 24 kali/menit.
- c. Hasil pengujian hipotesis menggunakan *Paired Sample t-test* menunjukkan nilai bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima. Hal ini menunjukkan bahwa terapi *Blowing Balon* berpengaruh secara signifikan terhadap penurunan tingkat sesak napas pada pasien asma di Wilayah Kerja Puskesmas Lingkar Timur Kota Bengkulu.

6.2 Saran

1. Pasien penderita penyakit asma diharapkan dapat menjadikan terapi *Blowing Balon* sebagai salah satu teknik menurunkan sesak napas secara mandiri yang murah, mudah, dan aman di rumah
2. Bagi tenaga kesehatan diharapkan tenaga kesehatan dapat mengintegrasikan latihan pernapasan *Blowing Balon* ke dalam program edukasi perawatan bagi pasien asma yang berobat ke wilayah kerja Puskesmas Lingkar Timur Kota Bengkulu.
3. Peneliti selanjutnya disarankan menambahkan variabel penelitian dan menggunakan rancangan eksperimen murni (*True Experiment*) dengan menyertakan kelompok kontrol (*Control Group*) untuk mengeliminasi faktor konfusi secara penuh.