

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

Berdasarkan pemaparan hasil studi kasus dan pembahasan kedua subyek mengenai penggunaan *Asthma Control Test* (ACT) pada penderita asma setelah dilakukan latihan nafas dalam di wilayah kerja Puskesmas Rampal Celaket Malang dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan antara Tn. S dan Tn. U. Skore yang didapatkan Tn. S dari pengukuran *Asthma Control Test* (ACT) sebelum dilakukan latihan nafas dalam adalah 8 dengan kategori asma tidak terkontrol. Setelah dilakukan latihan nafas dalam, hasil skore yang didapatkan tidak berubah, yaitu 8 dengan kategori asma tidak terkontrol. Hal ini dapat disebabkan karena asma yang diderita Tn. S tergolong dalam asma berat dan menderita asma sejak anak-anak sehingga penyembuhannya lebih sulit.

Skore yang didapatkan dari pengukuran *Asthma Control Test* (ACT) pada Tn. U sebelum dilakukan latihan nafas dalam adalah 20 dengan kategori asma terkontrol sebagian. Setelah dilakukan latihan nafas dalam, hasil skore yang diperoleh mengalami peningkatan yaitu 21 dengan kategori asma terkontrol sebagian. Hal ini dikarenakan asma yang diderita Tn. U dengan klasifikasi ringan, Tn. U dapat mengenali hal-hal yang dapat menyebabkan asmanya kambuh, dan menderita asma akibat pekerjaan, sehingga apabila pola hidupnya benar maka penyembuhannya semakin cepat. Latihan nafas dapat digunakan sebagai upaya pencegahan asma dan tidak dilakukan pada saat asma kambuh. ACT dapat digunakan sebagai alat untuk melihat progres penderita asma secara mandiri.

## **5.2 Saran**

### **5.2.1 Bagi Subyek Penelitian**

Diharapkan subyek penelitian dapat menggunakan lembar *Asthma Control Test* (ACT) untuk mendeteksi perburukan penyakit berdasarkan gejala harian, gejala malam, hambatan aktifitas, penggunaan obat pelega serta penilaian terhadap penyakitnya dan apabila terjadi perburukan penyakit dapat membawa ke layanan kesehatan terdekat.

### **5.2.2 Bagi Lahan Penelitian**

Diharapkan dapat memberikan pendidikan kesehatan dan advokasi kepada penderita asma. Dapat mengadakan program kepada penderita asma untuk meningkatkan kualitas hidup penderita asma di wilayah tersebut.

### **5.2.3 Bagi Penelitian Selanjutnya**

Bagi penelitian selanjutnya diharapkan dapat melakukan inovasi terhadap instrumen penelitian yang saat ini dilakukan.