

## BAB VII

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan kepatuhan penatalaksanaan dengan kualitas hidup penderita asma di puskesmas Air Dingin Padang tahun 2016, peneliti mendapatkan kesimpulan sebagai berikut :

1. Lebih dari separuh penderita asma tidak patuh dalam penatalaksanaan asmanya.
2. Lebih dari separuh penderita asma mempunyai kualitas hidup sedang.
3. Terdapat hubungan antara kepatuhan penatalaksanaan dengan kualitas hidup penderita asma di puskesmas Air Dingin Padang tahun 2016.
4. Penderita asma yang tidak patuh dalam penatalaksanaannya dapat memiliki kualitas hidup sedang jika memiliki usia yang lebih muda.

#### B. Saran

##### 1. Bagi Pelayanan Keperawatan di Puskesmas Air Dingin Padang

Memberikan dan meningkatkan pendidikan kesehatan kepada penderita asma di puskesmas Air Dingin Padang mengenai penatalaksanaan asma yang tidak hanya berfokus pada penatalaksanaan secara farmakologis atau dengan penggunaan obat-obatan saja akan tetapi juga berfokus pada penatalaksanaan secara nonfarmakologis seperti menghindari berbagai macam faktor pencetus asma, mengenal gejala dan tanda perburukan asma termasuk cara

mengatasinya, menganjurkan melakukan kontrol/ pemeriksaan asma secara teratur ke pelayanan kesehatan. Selain itu, pihak puskesmas juga dapat memberikan dan menekankan penggunaan masker kepada penderita asma yang tidak bisa menghindari polutan ataupun iritan dan debu, menerapkan teknik relaksasi napas dalam dan lima jari, serta menerapkan pola hidup sehat seperti melakukan senam asma dan mengadakan senam asma tersebut di puskesmas Air Dingin Padang sekali seminggu, .

## **2. Bagi Institusi Pendidikan**

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi dan bahan bacaan bagi mahasiswa keperawatan untuk meningkatkan pengembangan ilmu pengetahuan mengenai kepatuhan penatalaksanaan dan kualitas hidup pada penderita asma.

## **3. Bagi Penderita Asma**

Penderita asma dapat meningkatkan kepatuhan mereka terhadap penatalaksanaan asma mereka, menggunakan masker bagi penderita yang tidak bisa menghindari polutan ataupun iritan, debu, menerapkan teknik relaksasi, menggunakan baju hangat dan minum air hangat jika terpapar lingkungan/ cuaca dingin dan melakukan pola hidup sehat seperti melakukan senam asma yang dapat membantu melatih dan menguatkan otot-otot pernapasan serta dapat mengidentifikasi faktor-faktor penyebab serangan asmanya dan mampu mengatasinya, sehingga dengan ini penderita asma dapat melakukan aktivitas sehari-hari tanpa terganggu oleh asmanya.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Disarankan pada peneliti berikutnya hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi untuk mengadakan penelitian lanjutan dengan menambah variabel lain yang berhubungan dengan kepatuhan penatalaksanaan asma maupun mengenai kualitas hidup asma atau dengan metode penelitian seperti kualitatif, menambah jumlah responden, dan lain-lain.

