BAB VII

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan, maka dapat diambil kesimpulan sebagai berikut :

1. Rerata skor ACT *pretest* peserta senam asma Klub Senam Asma Klinik Fitria adalah 18,8 dan rerata skor ACT *posttest* adalah 21,1.
2. Didapatkan perbedaan bermakna antara skor ACT *pretest* dengan *posttest* peserta senam asma di klub senam asma Klinik Fitria Padang.

7.2 Saran

1. Direkomendasikan kepada pasien asma yang tidak dalam serangan untuk melakukan senam asma minimal dua kali seminggu dengan durasi 15-30 menit.
2. Perlu dilakukan penelitian lebih lama untuk mengetahui pengaruh senam asma terhadap kontrol pasien asma di Klinik Fitria Padang pada waktu yang berlainan dan pada subjek yang berbeda.

UNIVERSITAS ANDALAS
UNTUK KEDJAJAAN BANGSA