

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap keluarga Tn. H khususnya pada Nn. S dengan Asma Bronkhial dan studi kasus pemberian terapi teknik relaksasi napas dalam pada Asma Bronkhial maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut :

1. Gangguan pola nafas sebelum diberikan terapi relaksasi napas dalam, pasien mengeluh sesak nafas disertai lemas sejak 2 hari yang lalu, terdapat suara “ngik” atau mengi saat bernapas, respirasi 26 x/menit, ada retraksi dinding dada dan saat di auskultasi terdengar suara wheezing
2. Penerapan terapi relaksasi napas dalam ini salah satunya bermanfaat untuk mengatasi pola nafas tidak efektif, meningkatkan ventilasi alveoli, memelihara pertukaran gas, mencegah atelektasi paru dan meningkatkan efisiensi batuk
3. Gangguan pola nafas setelah diberikan terapi relaksasi napas dalam, pasien mengatakan sesak nafas berkurang, respirasi 21 x/menit, tidak ada pernapasan cuping hidung, tidak terdengar suara wheezing saat di auskultasi dan tidak ada suara “ngik” atau mengi.

Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa terapi teknik relaksasi napas dalam ini bisa mengurangi tanda dan gejala pola nafas tidak efektif pada pasien asma bronkhial, sebelum dan sesudah diberikannya terapi tersebut.

B. Saran

Beberapa penelitian yang telah dilakukan ada beberapa saran yang dapat diajukan yaitu :

1. Bagi Keluarga

Diharapkan dapat menerapkan semua kegiatan yang sudah diberikan seperti melakukan teknik relaksasi napas dalam saat terjadi

kekambuhan asma dan menerapkan perawatan di rumah dengan pengetahuan dan penjelasan yang telah diberikan.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai *evidence based* bagi peneliti selanjutnya untuk mengembangkan penelitian yang lebih lanjut. Disarankan peneliti selanjutnya saat melakukan penelitian dengan judul yang sama, agar menggunakan jurnal atau artikel (Indonesia atau International) yang lebih banyak dengan maksimal 5 tahun dan terpercaya.