

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. KESIMPULAN**

Berdasarkan analisis dari berbagai penelitian sebelumnya dengan menggunakan studi literatur review jurnal, terdapat 38 jurnal Nasional dan Internasional dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Terdapat hubungan antara pola hidup dan pengetahuan dengan pencegahan kekambuhan asma bronkiale.
2. Program penyuluhan kesehatan tentang penyakit asma sangat dibutuhkan agar meningkatkan pengetahuan pasien asma dan dapat mempraktikkan pola hidup yang sehat seperti melakukan self management, teknik pernapasan buteyko, menggunakan alat penyaring udara, olahraga renang, pemakaian masker, konsumsi air putih hangat, rutin berkonsultasi dengan dokter keluarga, berhenti merokok serta menghindari asap rokok sehingga dapat mengontrol dan mengurangi tingkat kekambuhan pada asma bronkiale.
3. Pengetahuan berpengaruh pada pola hidup penderita asma bronkiale. Semakin baik pengetahuan yang dimiliki penderita maka penderita akan mengendalikan dan mengelola gejala asma agar dapat mencegah terjadinya kekambuhan sehingga terbentuk pola hidup yang sehat.

#### **B. SARAN**

Berdasarkan pembahasan dan kesimpulan di atas, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

### **1. Bagi Masyarakat**

Perlu dilakukan kegiatan penyuluhan terutama pada masyarakat perdesaan agar mengetahui faktor risiko yang dapat mengakibatkan kekambuhan ulang pada asma serta menurunkan tingkat kekambuhan pada asma bronkiale.

### **2. Bagi Institusi Kesehatan**

Perlu dilakukan upaya penyuluhan kesehatan tentang pola hidup yang baik dan sehat dalam mencegah kekambuhan asma bronkiale secara menyeluruh kepada masyarakat yang lebih luas agar dapat meningkatkan mutu kesehatan dan pengetahuan pasien asma yang buruk karena keterbatasan dalam mengakses informasi

### **3. Bagi Peneliti Selanjutnya**

- a) Dari hasil penelitian yang diperoleh ini diharapkan dapat menjadi referensi penulisan atau penelitian berikutnya dengan metode penelitian menggunakan sampel yang besar dan perlakuan pemeriksaan alergi (pasien asma bronkiale).
- b) Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat lebih lanjut melakukan penelitian tentang hubungan antara pola hidup dan pengetahuan dengan pencegahan kekambuhan asma bronkiale. Informasi yang diberikan jauh lebih lengkap serta menggunakan jurnal yang terbaru sehingga hasil lebih akurat.
- c) Perlu dilakukan penelitian yang lebih lanjut tentang hubungan antara pola hidup dan pengetahuan dengan pencegahan kekambuhan asma bronkiale berdasarkan rumusan masalah yang lebih kompleks.