

BAB 5

SIMPULAN DAN SARAN

Pada bab 5 ini akan di uraikan simpulan dari hasil dan pembahasan tentang penelitian yang sudah di lakukan untuk menjawab hipotesis yang sudah di buat sebelumnya serta saran-saran yang ditulis oleh peneliti sesuai dengan hasil simpulan yang sudah di hasilkan.

5.1 Simpulan

Berdasarkan penjelasan pembahasan dapat disimpulkan bahwa ada hubungan positif dalam kategori sedang antara derajat obstruksi saluran napas dengan derajat *dyspnea* pada pasien PPOK di RSI Sakinah dibuktikan dengan hasil uji data dari spearmen rho nilai *p value* (0,002) artinya lebih kecil dari nilai alpha (0,05). Nilai *correlation coefficient* 0,407 yang bermakna tingkat hubungan sedang, yang mempunyai makna bahwa semakin tinggi derajat obstruksi saluran napas seseorang maka akan semakin tinggi pula derajat *dyspnea* pada pasien PPOK.

5.2 Saran

5.2.1 Bagi Pasien PPOK

Pasien PPOK diharapkan melakukan kontrol rutin sesuai jadwal yang telah ditentukan serta memantau kondisi pernapasan secara mandiri, seperti memperhatikan tingkat sesak napas yang dirasakan saat beraktivitas. Pasien juga disarankan segera menerapkan latihan pernapasan sederhana seperti *pursed lip breathing* dan mengurangi aktivitas yang memicu sesak. Selain itu, pasien dianjurkan menghentikan kebiasaan merokok, menggunakan

masker saat berada di lingkungan berdebu, serta mematuhi pengobatan yang diberikan tenaga kesehatan agar derajat obstruksi saluran napas dan *dyspnea* tidak semakin memburuk.

5.2.2 Bagi Tempat Penelitian

Rumah sakit diharapkan dapat segera meningkatkan edukasi kepada pasien PPOK mengenai pencegahan perburukan sesak napas melalui penyuluhan singkat saat pasien menjalani rawat jalan maupun rawat inap. Tenaga kesehatan juga disarankan melakukan penilaian rutin terhadap derajat obstruksi saluran napas dan derajat *dyspnea* sebagai bagian dari evaluasi kondisi pasien. Selain itu, rumah sakit dapat menyediakan media edukasi seperti leaflet atau poster tentang latihan pernapasan dan manajemen sesak napas pada pasien PPOK.

5.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Institusi pendidikan diharapkan dapat segera meningkatkan pembelajaran praktik terkait penatalaksanaan pasien PPOK, khususnya mengenai pemeriksaan fungsi paru dan pengkajian *dyspnea*. Mahasiswa juga dapat diberikan pelatihan sederhana mengenai edukasi latihan pernapasan dan pencegahan faktor risiko PPOK sehingga mampu mengaplikasikan ilmu secara langsung saat praktik klinik maupun pengabdian masyarakat.

5.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mengembangkan penelitian dengan jumlah responden yang lebih besar serta menambahkan variabel lain

yang dapat memengaruhi derajat *dyspnea*, seperti kepatuhan terapi, aktivitas fisik, status gizi, atau lama menderita PPOK. Selain itu, penelitian selanjutnya juga dapat menggunakan metode penelitian yang berbeda agar diperoleh hasil yang lebih mendalam dan komprehensif.

