

## BAB 6: KESIMPULAN DAN SARAN

### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari analisis data dan pembahasan dalam penelitian ini, maka didapat kesimpulan sebagai berikut:

1. Dari analisis deskriptif didapatkan mayoritas responden adalah remaja tengah dan lebih dari separuh responden berasal dari SMA Negeri.
2. Lebih dari separuh remaja yang menjadi responden memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi. Lebih dari separuh remaja memiliki persepsi kerentanan, persepsi keseriusan dan persepsi manfaat yang tinggi. Lebih dari separuh remaja memiliki persepsi hambatan yang rendah. Lebih banyak remaja menyatakan ada pengaruh orang tua. Mayoritas remaja menyatakan ada pengaruh teman sebaya. Lebih dari separuh remaja menyatakan ada pengaruh media massa.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku merokok remaja tingkat SMA Kota Bukittinggi tahun 2023.
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi kerentanan dengan perilaku merokok remaja tingkat SMA Kota Bukittinggi tahun 2023.
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi keseriusan dengan perilaku merokok remaja tingkat SMA Kota Bukittinggi tahun 2023.
6. Terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi manfaat dengan perilaku merokok remaja tingkat SMA Kota Bukittinggi tahun 2023.
7. Terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi hambatan dengan perilaku merokok remaja tingkat SMA Kota Bukittinggi tahun 2023.
8. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengaruh orang tua dengan perilaku merokok remaja tingkat SMA Kota Bukittinggi tahun 2023.

9. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengaruh teman sebaya dengan perilaku merokok remaja tingkat SMA Kota Bukittinggi tahun 2023.
10. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara pengaruh media massa dengan perilaku merokok remaja tingkat SMA Kota Bukittinggi tahun 2023.
11. Variabel yang paling berpengaruh terhadap perilaku merokok remaja tingkat SMA Kota Bukittinggi tahun 2023 adalah persepsi hambatan.

## 6.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan dari hasil penelitian yang telah dijabarkan diatas, maka saran yang dapat peneliti berikan, diantaranya adalah:

1. Bagi Dinas Kesehatan Kota Bukittinggi
  - a. Menyelenggarakan program promosi kesehatan yang lebih terfokus dan intensif kepada remaja, dengan menggali lebih dalam hambatan-hambatan yang dirasakan dalam menghindari merokok. Dapat melibatkan puskesmas, PMR di sekolah, dan organisasi kesehatan lainnya untuk melaksanakan kegiatan promosi kesehatan yang efektif.
  - b. Menyediakan program konseling dan dukungan yang khusus ditujukan untuk remaja yang merasa terhalang untuk tidak merokok. Program ini dapat memberikan ruang bagi remaja untuk berbicara tentang hambatan-hambatan yang mereka hadapi dan mencari solusi yang tepat bersama dengan konselor atau tenaga kesehatan yang terlatih.
2. Bagi Sekolah
  - a. Meningkatkan upaya preventif dengan memberikan edukasi yang lebih mendalam tentang hambatan-hambatan yang dirasakan oleh siswa terkait merokok, seperti risiko kesehatan, tekanan teman sebaya, dan ketergantungan.

Materi ini harus terintegrasi dalam kurikulum dan disampaikan secara berkala kepada siswa.

- b. Memberlakukan aturan Kawasan Tanpa Rokok secara ketat di lingkungan sekolah. Saat ini pelaksanaannya hanya diperuntukkan kepada siswa saja, tidak kepada seluruh warga sekolah. Pelaksanaan KTR contohnya dengan memberi sanksi yang jelas bagi pelanggar aturan. Hal ini akan menciptakan lingkungan yang lebih kondusif bagi siswa untuk menghindari merokok.
- c. Menyelenggarakan pelatihan keterampilan sosial yang berfokus pada membantu siswa dalam mengatasi hambatan-hambatan yang terkait dengan merokok. Pelatihan ini dapat meliputi simulasi situasi, peran-main, dan permainan peran yang memungkinkan siswa untuk berlatih dalam menolak tekanan teman sebaya dan mengelola emosi dengan cara yang sehat.

### 3. Bagi Orang Tua

- a. Berperan sebagai model perilaku yang baik dengan tidak merokok di depan anak-anak dan memberikan dukungan yang kuat kepada mereka dalam mengatasi hambatan-hambatan yang terkait dengan tidak merokok.
- b. Membuka saluran komunikasi yang terbuka dengan anak-anak tentang risiko dan hambatan terkait merokok. Orang tua dapat mendukung anak-anak dalam mengatasi tekanan teman sebaya dan memberikan dukungan dalam mengambil keputusan untuk tidak merokok.

### 4. Bagi Siswa

- a. Diharapkan siswa untuk mencari informasi yang lebih mendalam tentang hambatan-hambatan yang terkait dengan merokok, sehingga dapat lebih memahami risiko dan konsekuensi merokok serta termotivasi untuk menghindarinya.

- b. Mengembangkan keterampilan sosial untuk menolak tekanan dari teman sebaya atau lingkungan yang merokok, sehingga siswa dapat mempertahankan keputusan mereka untuk tidak merokok.
  - c. Membangun hubungan yang sehat dengan teman sebaya yang mendukung gaya hidup tanpa rokok. Siswa dapat membantu satu sama lain dalam menolak tawaran merokok dan membangun lingkungan sosial yang mendukung keputusan untuk tidak merokok.
5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan kepada peneliti selanjutnya agar dapat memperluas cakupan responden, memperkaya variabel independent, ataupun melakukan penelitian kualitatif mengenai faktor yang berhubungan dengan perilaku merokok pada siswa.

