

## BAB VI : KESIMPULAN DAN SARAN

### 6.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai faktor yang berhubungan dengan motivasi berhenti merokok pada mahasiswa di Universitas Andalas tahun 2024 didapatkan kesimpulan yaitu:

1. Lebih dari separuh responden (54,2%) memiliki motivasi berhenti merokok yang tinggi di Universitas Andalas tahun 2024.
2. Lebih dari separuh responden (60,7%) memiliki persepsi kerentanan yang tinggi terkait motivasi berhenti merokok di Universitas Andalas tahun 2024.
3. Lebih dari separuh responden (50,5%) memiliki persepsi keparahan yang tinggi terkait motivasi berhenti merokok di Universitas Andalas tahun 2024.
4. Lebih dari separuh responden (63,6%) memiliki persepsi manfaat yang tinggi terkait motivasi berhenti merokok di Universitas Andalas tahun 2024.
5. Lebih dari separuh responden (57,9%) memiliki persepsi hambatan yang rendah terkait motivasi berhenti merokok di Universitas Andalas tahun 2024.
6. Terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi kerentanan dengan motivasi berhenti merokok pada mahasiswa di Universitas Andalas tahun 2024.
7. Terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi keparahan dengan motivasi berhenti merokok pada mahasiswa di Universitas Andalas tahun 2024.
8. Terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi manfaat dengan motivasi berhenti merokok pada mahasiswa di Universitas Andalas tahun 2024.
9. Terdapat hubungan yang signifikan antara persepsi hambatan dengan motivasi berhenti merokok pada mahasiswa di Universitas Andalas tahun 2024.

10. Faktor yang paling mempengaruhi motivasi berhenti merokok pada mahasiswa di Universitas Andalas tahun 2024 adalah persepsi manfaat.

## 6.2 Saran

Berdasarkan kesimpulan yang telah dijabarkan diatas, maka diberikan beberapa saran yaitu:

### 1. Bagi Pemerintah

- a. Pemerintah dapat menegakkan konsistensinya dalam menjalankan peraturan yang telah dibuat untuk dapat terlaksana dan bertahan dalam jangka waktu yang lama. Pengawasan terhadap peraturan-peraturan ini perlu dijalankan agar peraturan tersebut tidak hanya sebatas peraturan.
- b. Pemerintah dapat berkolaborasi dengan instansi kesehatan dalam penggalakan budaya hidup sehat terutama pemberantasan rokok dengan sasaran usia muda sebagai sasaran utama juga pada pasar rokok. Upaya ini dapat dilakukan dengan mengikuti tren yang tengah berkembang, seperti pembuatan video pendek (reels) yang didalamnya sudah terpadatkan info seputar promosi kesehatan yang telah diolah semenarik mungkin.
- c. Mengusung lomba *health education video* sehingga ide-ide kreatif dari generasi muda tersebut dapat tersalurkan dan berdampak sehingga bentuk pengupayaan ini berasal dari generasi muda dan untuk generasi muda.

### 2. Bagi Universitas Andalas

- a. Meningkatkan kepedulian dari pihak kampus terkait kebijakan KTR dan program kampus sehat dengan turut andil dalam berbagai kegiatan promosi kesehatan dan penggalakkan dalam pelaksanaan kebijakan terkait.

- b. Rumah Sakit Universitas Andalas dan Klinik Medika Andalas dengan berkolaborasi dengan fakultas-fakultas lingkup kesehatan di Universitas Andalas melaksanakan penyuluhan dan *sharing* secara langsung dengan memaparkan data ataupun pandangan dari penderita penyakit akibat rokok.
  - c. Tim Kampus Sehat dan organisasi lingkup kampus dapat membuat konseling khusus untuk berhenti merokok sebagai inovasi baru yang dikhususkan untuk meningkatkan motivasi perokok untuk dapat berhenti merokok.
  - d. Pihak kampus dapat membuat media promosi kesehatan yang dapat ditayangkan dengan memanfaatkan videotron yang terdapat di depan PKM UNAND. Selain itu, media promosi kesehatan berbentuk cetak dapat ditempelkan pada mading yang terdapat di berbagai lokasi dalam kampus.
3. Bagi mahasiswa
- a. Mahasiswa dapat turut aktif dalam kegiatan-kegiatan promosi kesehatan terutama tentang bahaya merokok dan meningkatkan kepedulian terkait bahaya merokok serta asapnya bagi orang sekitar. Hal ini dapat dilakukan dengan bergabung kegiatan organisasi yang bergerak di bidang kesehatan, ikut memeriahkan perlombaan terkait, dan turut serta dalam upaya penyuluhan terhadap orang-orang sekitar seputar bahaya merokok.
  - b. Mahasiswa terutama yang masih merokok dapat melakukan evaluasi diri dan memilah lingkup pertemanannya dengan mengikuti berbagai kegiatan positif seperti organisasi, kepanitiaan, dan volunteer yang mana berfokus pada pengembangan potensi diri.
4. Bagi peneliti selanjutnya
- a. Dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya tentang faktor yang mempengaruhi motivasi berhenti merokok.

- b. Dapat meneliti tentang motivasi berhenti merokok dengan studi kualitatif sehingga dapat mengkaji lebih mendalam faktor yang mempengaruhinya.

