

BAB VII

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terkait hubungan pengetahuan dan sikap mengenai kanker dengan perilaku gaya hidup terkait pencegahan kanker pada remaja di SMA PGRI 1 Padang diperoleh kesimpulan sebagai berikut:

1. Hampir setengah dari responden memiliki tingkat pengetahuan mengenai kanker yang rendah (49,1%)
2. Sebagian besar dari responden memiliki sikap negatif terhadap kanker (60,5%)
3. Sebagian besar dari responden memiliki perilaku gaya hidup yang kurang dalam pencegahan kanker (51,8%)
4. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan mengenai kanker dengan perilaku gaya hidup terkait pencegahan kanker pada remaja di SMA PGRI 1 Padang ($p\ value=0,000$)
5. Terdapat hubungan yang signifikan antara sikap terhadap kanker dengan perilaku gaya hidup terkait pencegahan kanker pada remaja di SMA PGRI 1 Padang ($p\ value=0,004$)

B. Saran

1. Bagi siswa dan pihak sekolah SMA PGRI 1 Padang

Diharapkan siswa dapat meningkatkan pengetahuan mengenai apa itu kanker, faktor risiko kanker, dan bagaimana pencegahan kanker. Siswa diharapkan aktif mencari dan memperbanyak informasi melalui berbagai sumber pengetahuan, baik orang tua, guru, atau pelayanan kesehatan mengenai kanker dan pencegahannya. Sehingga dengan demikian siswa dapat menunjukkan sikap positif dan perilaku yang baik dalam hal pencegahan kanker.

Diharapkan remaja dapat mengubah perilaku suka mengonsumsi makanan cepat saji dan makanan tidak sehat yang dapat memicu risiko terjadinya kanker seperti makanan berkolesterol tinggi, makanan kaleng yang diawetkan, makanan atau minuman manis berlebihan dan mengandung pemanis buatan. Selain itu, siswa diharapkan dapat meningkatkan konsumsi buah dan sayur serta menjauhi rokok dan paparnya. Tidak hanya itu, pihak sekolah juga diharapkan dapat memfasilitasi pemberian promosi kesehatan siswa terkait gaya hidup pencegahan kanker.

2. Bagi institusi pendidikan

Untuk menindaklanjuti kurangnya pengetahuan, sikap dan perilaku remaja mengenai kanker, institusi pendidikan keperawatan disarankan untuk melakukan tindakan kesehatan berupa penyuluhan kesehatan dalam upaya peningkatan kesehatan. Penyuluhan kesehatan dapat berupa upaya

pencegahan kanker sedini mungkin dengan menghindari faktor risiko kanker yang dapat diubah yaitu gaya hidup. Pemberian edukasi disertakan dengan media kreatif dan mudah dipahami seperti poster maupun video edukasi, dan diharapkan melalui program tersebut dapat memberikan perubahan perilaku gaya hidup terkait pencegahan kanker.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan untuk penelitian selanjutnya dengan mengkaji faktor lainnya yang mempengaruhi gaya hidup remaja dalam pencegahan kanker dan dapat melakukan penelitian mengenai pengaruh pendidikan kesehatan mengenai kanker dan pencegahannya terhadap perilaku remaja dalam upaya pencegahan kanker.

