

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Hasil dari penelitian faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku merokok pada remaja di SMP Negeri 23 Merangin diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Distribusi berdasarkan variabel dependen yang mana terdapat bahwa dari 80 responden didapatkan sebanyak 53 responden (66,2%) siswa laki-laki berperilaku merokok.
2. Distribusi Frekuensi berdasarkan variabel independen yang mana terdapat, pengetahuan yang kurang baik sebesar 51,2% (berisiko), sikap positif sebesar 50% (berisiko), persepsi positif terhadap iklan rokok sebesar 55% (berisiko), keyakinan positif sebesar 63,7% (berisiko), peran orang tua pasif sebesar 27,5% (berisiko), dan peran teman sebaya kurang baik sebesar 55% (berisiko)
3. Tidak ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan, persepsi terhadap iklan rokok, keyakinan, dan peran orang tua dengan perilaku merokok pada remaja laki-laki di SMP Negeri 23 Merangin.
4. Ada hubungan yang signifikan antara sikap ($p\text{-value} = 0,012$) dan peran teman sebaya ($p\text{-value} = 0,000$) dengan perilaku merokok pada remaja laki-laki di SMP Negeri 23 Merangin.
5. Faktor dominan yang berpengaruh terhadap perilaku merokok pada remaja laki-laki di SMP Negeri 23 Merangin adalah peran teman sebaya dengan nilai PR 9,27 (95% CI = 2,77-30,99)

5.2 Saran

Adapun saran dari penelitian faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku merokok pada remaja di SMP Negeri 23 Merangin sebagai berikut :

1. Bagi Remaja
 - a. Diimbau untuk saling mengingatkan dan menciptakan lingkungan pertemanan yang sehat tanpa rokok.

- b. Menolak ajakan merokok dengan percaya diri dan mencari cara yang asertif untuk menjaga pergaulan yang sehat.
- c. Membentuk kelompok teman sebaya yang mendukung hidup sehat, serta aktif mengikuti kegiatan positif seperti ekstrakurikuler atau kampanye anti-rokok di sekolah sehingga diharapkan remaja dapat mengalihkan perhatian dari perilaku merokok dan memperkuat identitas diri yang sehat.

2. Bagi Sekolah

- a. Mengintegrasikan edukasi tentang bahaya merokok ke dalam mata pelajaran seperti IPA, PPKn, atau Bimbingan Konseling, agar siswa mendapatkan pemahaman secara rutin dan berkelanjutan.
- b. Mendorong kegiatan kreatif siswa dalam menyuarakan isu bahaya merokok, seperti lomba video pendek, poster, drama, atau podcast anti-tembakau yang ditampilkan saat peringatan Hari Tanpa Tembakau Sedunia atau acara sekolah lainnya.
- c. Membentuk tim siswa peduli kesehatan atau duta anti-rokok yang bertugas menyebarkan pesan hidup sehat melalui media sekolah seperti mading, sosial media sekolah, atau saat kegiatan apel dan *class meeting*.
- d. Melakukan pemetaan area rawan merokok di lingkungan sekolah, lalu memasang papan peringatan, kamera pengawas (jika memungkinkan), atau menjadwalkan pengawasan rutin dari guru piket.
- e. Menerapkan pendekatan edukatif dan pembinaan, seperti konseling oleh guru BK bagi siswa yang terindikasi merokok, bukan hanya memberi sanksi disiplin.
- f. Melakukan evaluasi rutin terhadap program pencegahan merokok yang sudah dijalankan dan bekerja sama dengan pihak puskesmas terdekat, agar sekolah dapat menyesuaikan metode dan strategi sesuai kebutuhan siswa.
- g. Mengoptimalkan peran guru sebagai *role model* dengan memastikan tidak ada guru atau staf yang merokok di lingkungan sekolah, sehingga siswa tidak mendapatkan contoh negatif dari orang dewasa di sekitarnya.

- h. Melibatkan alumni atau tokoh inspiratif yang pernah memiliki pengalaman merokok dan berhasil berhenti, untuk memberikan motivasi dan contoh nyata kepada siswa.

3. Bagi Orang Tua

- a. Diharapkan kepada orang tua dapat menjalin komunikasi yang baik sehingga anak merasa nyaman dan terbuka kepada orang tuanya. Penting bagi orang tua untuk menanamkan pemahaman kepada anak mengenai ancaman merokok, agar siswa-siswa memiliki pengetahuan yang lebih baik tentang bahaya rokok dan efek negatif dari perilaku merokok. Lebih lanjut, keluarga, khususnya orang tua, diharapkan dapat menjadi contoh yang baik dengan menghindari merokok di dekat anak.
- b. Jika anak terlanjur merokok, orang tua disarankan untuk memberikan dukungan secara perlahan agar anak bisa berhenti, bukan dengan marah atau memberikan hukuman yang keras.

4. Bagi Dinas Kesehatan

- a. Diharapkan mengembangkan program preventif dan promotif di sekolah, seperti kampanye anti-rokok atau sekolah bebas rokok.
- b. Perlu kerja sama lintas sektor dalam menurunkan angka penduduk perokok usia remaja.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya dapat menjadikan hasil penelitian ini sebagai referensi, serta mempertimbangkan perluasan lokasi, metode campuran (kuantitatif dan kualitatif), atau eskplorasi faktor lain yang belum diteliti.