

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai Analisis Penyebab Perilaku Merokok pada Siswi SMPS Islam Al-Ikhlas Kota Jambi, peneliti memperoleh simpulan bahwa penyebab siswi merokok yaitu:

1. Subjek I (NY)

Perokok aktif yang mulai merokok sejak usia sangat dini yakni kelas 6 SD dan berlanjut hingga saat ini. Penyebab merokok pada NY ialah pengaruh keluarga. NY menunjukkan pola perilaku merokok yang sudah berlangsung dalam jangka waktu yang cukup lama dan telah menjadi kebiasaan yang sulit dihentikan.

2. Subjek II (NS)

NS memiliki latar belakang emosional yang kuat dalam memulai perilaku merokok, yaitu sebagai respon terhadap kehilangan ibu saat peralihan SD ke SMP. Merokok bagi NS berfungsi sebagai bentuk pelampiasan untuk mencari ketenangan diri. Namun, NS berhasil berhenti merokok pada saat libur semester kenaikan kelas 9 SMP, hal ini menunjukkan kemampuan untuk mengatasi kebiasaan tersebut. Penyebab utama pada NS adalah alasan psikologis.

Berdasarkan temuan penelitian, dapat disimpulkan bahwa penyebab utama perilaku merokok pada siswi yaitu adanya pengaruh keluarga dan alasan psikologis.

B. Saran

Berdasarkan penelitian mengenai Analisis Penyebab Perilaku Merokok pada Siswi SMPS Islam Al-Ikhlas Kota Jambi, adapun saran yang dapat peneliti berikan yaitu antara lain:

1. Bagi sekolah diharapkan dapat memperketat pengawasan di lingkungan sekolah, terutama di tempat yang rawan untuk merokok, melakukan program penyuluhan mengenai risiko kesehatan akibat merokok bekerja sama dengan tenaga kesehatan, serta dapat memberikan pendampingan intensif dengan guru Bimbingan dan Konseling (BK) untuk siswi yang teridentifikasi sebagai perokok.
2. Bagi siswi diharapkan dapat menyadari dampak negatif merokok bagi kesehatan dan masa depan, serta dapat memilih lingkungan pergaulan yang positif dan melampiaskan permasalahan ke hal-hal positif.
3. Bagi peneliti sendiri, diharapkan dapat memberikan pelajaran dan pengalaman yang bernilai tinggi serta membantu peneliti dalam mengembangkan kompetensinya, baik untuk peneliti saat ini maupun penelitian selanjutnya guna memperoleh hasil yang lebih optimal.

C. Implikasi

Berdasarkan temuan dari peneliti mengenai Analisis Penyebab Perilaku Merokok pada Siswi SMPS Islam Al-Ikhlas Kota Jambi terdapat beberapa hal yang harus diperhatikan, diantaranya yaitu pentingnya mengkaji tentang penyebab merokok pada remaja putri, mengingat literatur tentang hal ini masih terbatas dibandingkan penelitian tentang remaja laki-laki.

Maka implikasi dari penelitian ini untuk Program Studi Bimbingan dan Konseling (BK) yaitu untuk memberikan gambaran, masukan, serta acuan bagi mahasiswa dan juga memperkuat pendampingan guru Bimbingan dan Konseling (BK) di sekolah dalam mendukung siswi. Kemudian penelitian ini juga berimplikasi untuk sekolah sebagai panduan dalam merancang program pencegahan merokok yang lebih efektif, seperti menyelenggarakan penyuluhan kesehatan dan meningkatkan pengawasan di tempat rawan merokok.