

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran perilaku merokok pada mahasiswa keperawatan Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto. Berdasarkan total 44 responden, 19 mahasiswa (43,2%) menunjukkan perilaku merokok, sementara 25 mahasiswa (56,8%) tidak merokok. Mayoritas perokok (94,7%) termasuk dalam kategori perokok ringan dan mereka mulai merokok sejak SMA (57,9%) serta sebagian dari mereka sering melakukannya di tempat pribadi (52,6%). Meskipun sebagian besar mahasiswa yang merokok (89,5%) memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi mengenai bahaya merokok, hal ini tidak serta merta mencegah perilaku tersebut.

Faktor-faktor yang berhubungan perilaku merokok pada mahasiswa keperawatan di Unsoed adalah faktor kepribadian sebanyak (89,5%) dan faktor teman sebanyak (68,4%) responden merasa terpengaruh. Sementara itu, faktor orang tua sebanyak (89,5%) dan faktor iklan sebanyak (84,2%) responden menyatakan tidak terpengaruh. Hasil ini menunjukkan kompleksitas perilaku merokok yang dipengaruhi oleh interaksi antara karakteristik individu dan lingkungan sosial.

B. Saran

1. Bagi Institusi Pendidikan
 - a. Perlu adanya program promosi kesehatan yang lebih intensif dan inovatif di lingkungan kampus, khususnya bagi mahasiswa keperawatan. Program ini sebaiknya tidak hanya fokus pada peningkatan pengetahuan tentang bahaya merokok, tetapi juga pada pengembangan keterampilan menolak tawaran merokok dan pengelolaan stres yang sehat.
 - b. Mengembangkan layanan konseling yang mudah diakses bagi mahasiswa yang ingin berhenti merokok atau yang membutuhkan

dukungan dalam mengatasi tekanan teman sebaya terkait kebiasaan merokok.

2. Bagi Mahasiswa Keperawatan

- a. Peningkatan kesadaran diri : Mahasiswa diharapkan lebih sadar akan pengaruh lingkungan sosial dan karakteristik kepribadian terhadap perilaku merokok mereka. Mengembangkan ketegasan diri untuk menolak ajakan merokok dan mencari alternative kegiatan yang lebih positif sangat penting.
- b. Peran sebagai *role model* : Sebagai calon tenaga kesehatan, mahasiswa diharapkan dapat menjadi role model dalam perilaku hidup sehat, termasuk tidak merokok, mengingat profesi mereka nantinya akan berhadapan langsung dengan pasien dan memberikan edukasi kesehatan.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

- a. Penelitian kualitatif : Disarankan untuk melakukan penelitian kualitatif guna mendalami lebih lanjut faktor-faktor psikologis dan sosial yang memengaruhi perilaku merokok pada mahasiswa keperawatan, terutama terkait dengan faktor kepribadian dan teman sebaya.
- b. Intervensi efektif : Mengembangkan dan menguji efektivitas intervensi yang dirancang untuk mengurangi perilaku merokok pada populasi mahasiswa keperawatan, dengan mempertimbangkan faktor-faktor mayoritas yang ditemukan dalam penelitian ini.