

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Merujuk pada permasalahan, hasil penelitian, dan pembahasan, maka dapat dirumuskan simpulan penelitian ini sebagai berikut.

- 1) Para peserta didik laki-laki kelas VIII SMP yang biasa merokok, umumnya memiliki keberanian untuk mengekspresikan diri secara bebas dan menyatakan “tidak” terhadap kebiasaan merokok dengan tetap memperhatikan kepentingan individu lain. Keberanian ini dilandasi oleh empat kemampuan, yaitu kemampuan untuk memahami ketakutan dan keyakinan yang irasional, kemampuan mempertahankan hak-hak pribadi, kemampuan mengungkapkan perasaan dan pikiran, dan kemampuan untuk menyatakan keyakinan.
- 2) Kebiasaan merokok para peserta didik laki-laki kelas VIII SMP umumnya berada pada kategori sedang menuju kuat, bahkan ada yang sudah berada pada kategori kuat.
- 3) Perilaku asertif terhadap merokok mempunyai hubungan yang negatif dengan kebiasaan merokok. Keragaman skor kebiasaan merokok ditentukan oleh perilaku asertif sebesar 8,53%.

5.2 Saran

Mengacu pada simpulan penelitian, ada beberapa saran yang dapat diajukan terkait dengan hasil temuan penelitian ini. Saran yang dimaksud adalah sebagai berikut.

- 1) Untuk guru BK
 - (1) Perilaku asertif yang dimiliki remaja belum sepenuhnya mampu mengendalikan kebiasaan merokok. Sehubungan itu pihak sekolah perlu lebih melatih merealisasikan potensi asertif sehingga dapat terealisasikan dalam kenyataan. Untuk itu diperlukan sejenis pelatihan

Euis Neni Marlina, 2017

*KECENDERUNGAN PERILAKU ASERTIF PADA SISWA YANG MEMILIKI KEBIASAAN MEROKOK
(Studi terhadap Peserta didik Kelas VIII pada salah satu SMP Negeri di Kabupaten Ciamis Tahun
Ajaran 2016/2017)*

universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | 60 | perpustakaan.upi.edu

mengendalikan kebiasaan merokok, misalnya dengan assertive training, yaitu penerapan latihan tingkah laku dengan sasaran membantu individu dalam mengembangkan cara-cara bersosialisasi secara langsung dalam situasi-situasi interpersonal sehingga diharapkan individu mampu mengatasi ketidakmemadaianya dan belajar mengungkapkan perasaan dan pikirannya secara terbuka disertai rasa percaya diri dan tanggung jawab sehingga menjadi individu yang mandiri. Selain itu, pendekatan-pendekatan modern termasuk menggunakan hipnoterapi mungkin dapat dijadikan salah satu strategi pilihan.

- (2) Perilaku merokok remaja yang berstatus sebagai peserta didik kelas VIII SMP sudah sangat mengkhawatirkan. Oleh karena itu perlu layanan informasi secara preventif dari guru BK untuk menegaskan kerugian kebiasaan merokok bagi kehidupan remaja di masa depan. Informasi tersebut mungkin berupa foster bahaya merokok, sumber-sumber bacaan tentang rokok dan bahayanya, serta informasi serupa yang bersifat online. Selain itu, secara kuratif, guru pembimbing perlu melakukan treatment secara klasikal melalui pendekatan konseling kelompok maupun individual. Dengan cara ini diharapkan para peserta didik bisa asertif dan mampu mengatakan: “No to Smoke”.
- (3) Pihak sekolah perlu kerjasama dengan pihak medis untuk menjelaskan dampak negatif kebiasaan merokok dari segi biologis dan kesehatan.
- (4) Perlu penegakan disiplin oleh pihak sekolah untuk mencegah dan mengurangi kebiasaan merokok pada peserta didik yang dilaksanakan secara bijak dan dapat diterima oleh semua pihak. Kerja sama antara pihak sekolah dengan orang tua sangat diperlukan dalam upaya mengurangi kebiasaan merokok remaja.
- (5) Dalam penelitian ini ditemukan fenomena masing-masing 12,71% pada kuadron 1, yakni yang asertif-kebiasaan merokok ringan dan kuadron 4, yakni yang tidak asertif-kebiasaan merokok kuat. Terhadap partisipan penelitian yang termasuk kategori ini perlu dilakukan layanan BK

berupa layanan informasi mengenai bahaya rokok, Bimbingan kelompok, konseling kelompok dan konseling individu.

2) Untuk peneliti selanjutnya

- (1) Kontribusi perilaku asertif dalam mengendalikan kebiasaan merokok yang hanya 8,53% mengimplikasikan perlunya pengendalian variabel lain yaitu orang tua dan anggota keluarga yang merokok secara kompleks memiliki pengaruh dominan terhadap kebiasaan merokok pada remaja.
- (2) Perlu dilakukan penelitian serupa dengan ukuran sampel yang lebih memadai dan representatif, untuk memverifikasi dan atau memperkuat hasil penelitian ini. Selain itu, perlu penelitian kualitatif untuk mengkaji esensi kepuasan yang diperoleh peserta didik dari kebiasaan merokok dan pemicu utama yang mendorong mereka menjadi perokok, sehingga dimungkinkan untuk mengembangkan aktivitas pengganti yang dapat memenuhi rasa puas tersebut.

Euis Neni Marlina, 2017

*KECENDERUNGAN PERILAKU ASERTIF PADA SISWA YANG MEMILIKI KEBIASAAN MEROKOK
(Studi terhadap Peserta didik Kelas VIII pada salah satu SMP Negeri di Kabupaten Ciamis Tahun
Ajaran 2016/2017)*

universitas Pendidikan Indonesia | repository.upi.edu | perpustakaan.upi.edu