

BAB V

KESIMPULAN DAN REKOMENDASI

A. Kesimpulan

Setelah dilakukan analisis data dan pembahasan hasil penelitian, maka dapat disimpulkan bahwa siswa yang paling banyak merokok berada pada fase remaja madya dengan sebagian besar usia awal mereka merokok pada fase remaja awal. Siswa merokok yang lebih besar adalah siswa laki-laki dan setengah dari mereka berada pada tahap *becoming a smoker*, ini berarti bahwa rata-rata siswa tersebut telah mengkonsumsi rokok sebanyak empat batang per hari dan memiliki kecenderungan untuk menjadi perokok.

Tipe perokok siswa yang paling besar berada pada tipe perokok ringan, yaitu yang menghisap rokok sebanyak ≤ 10 batang dalam sehari. Sebagian dari mereka merasa nyaman merokok bersama dengan para perokok lainnya dan umumnya mereka masih menghargai orang lain dalam melakukan perilaku merokoknya. Berdasarkan rasa rokok, sebagian besar siswa merokok dengan rasa original, rokok putih, dan rokok yang berfilter. Malam hari merupakan waktu yang paling banyak digunakan siswa untuk merokok dan kebanyakan dari mereka melakukannya ketika berkumpul bersama teman.

Faktor pengaruh teman adalah yang paling tinggi. Mereka merokok karena ingin melepaskan diri dari kebosanan. Motif siswa merokok yang paling tinggi adalah untuk mengurangi rasa tegang atau kecemasan. Dampak negatif dari merokok lebih banyak siswa miliki sebagai pengetahuan mereka dibandingkan dengan kepercayaan mereka. Jadi, sebenarnya mereka lebih banyak mengetahui dibandingkan mempercayai dampak negatif dari merokok. Pengetahuan yang paling banyak diketahui oleh siswa adalah merokok dapat membuat kesehatan mereka terganggu.

B. Rekomendasi

Berdasarkan kesimpulan dan beberapa temuan penelitian, maka peneliti memberikan rekomendasi-rekomendasi sebagai berikut:

1. Bagi Pihak Sekolah

Sekolah direkomendasikan untuk lebih dapat memfasilitasi akan terlaksananya program intervensi untuk mereduksi perilaku merokok siswa. Selain itu, peraturan sekolah mengenai pelarangan merokok di lingkungan sekolah juga harus lebih ditingkatkan lagi dengan melibatkan seluruh personil sekolah.

2. Bagi Guru Bimbingan dan Konseling

Guru bimbingan dan konseling direkomendasikan untuk dapat melaksanakan strategi pengelolaan diri yang telah disusun dan dijadikan referensi untuk mereduksi perilaku merokok siswa.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini memiliki keterbatasan baik dalam proses maupun hasilnya. Oleh karena itu, kepada peneliti selanjutnya direkomendasikan untuk:

- a. menggunakan metode penelitian eksperimen agar diketahui keefektivitasan dari strategi yang dirancang. Selain itu, metode penelitian eksperimen dengan menggunakan *single subject design* atau perlakuan yang diberikan hanya pada satu individu saja juga dapat dilakukan agar pola perubahan perilaku pada siswa terlihat jelas.
- b. menggunakan desain penelitian yang lain yaitu studi kasus untuk mendapatkan hasil penelitian yang mendalam. Selain itu, dengan studi kasus dapat menghasilkan gambaran yang terorganisasikan dengan baik dan lengkap mengenai perilaku merokok siswa.