

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil dari telah jurnal dapat diambil kesimpulan bahwa sikap remaja perokok tentang cara mengurangi kebiasaan merokok adalah sebagian besar remaja memiliki sikap yang positif dalam mengurangi kebiasaan merokok. Sikap positif timbul karena faktor yang mempengaruhi sikap tersebut yaitu pengalaman pribadi, pengaruh orang lain yang dianggap penting, pengaruh kebudayaan, media massa, lembaga pendidikan dan agama, faktor emosional. Menata emosi sebagai alat untuk mencapai tujuan adalah hal yang sangat penting untuk memotivasi diri sendiri. Seseorang yang dapat menata emosi dengan baik cenderung memiliki sikap yang positif untuk mencerminkan perasaan / perbuatan terhadap sesuatu.

#### 5.2 Saran

##### 1. Saran bagi Remaja

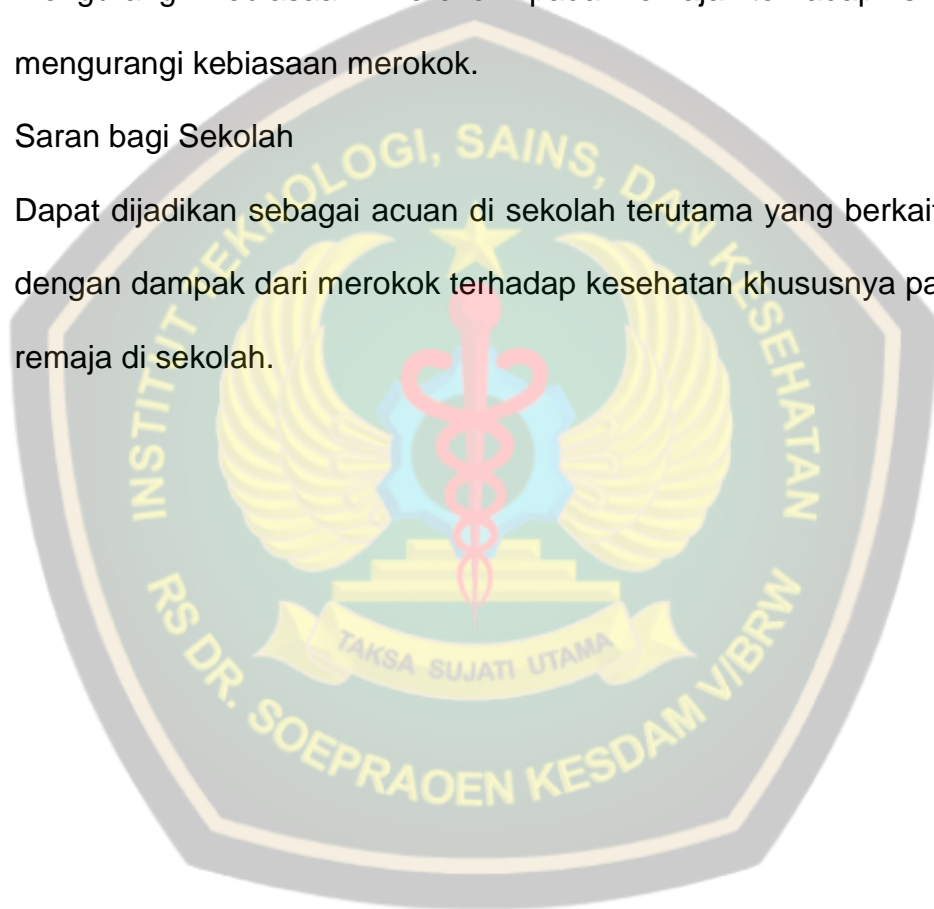
Diharapkan Remaja mengetahui dampak negatif dari merokok yang dapat membahayakan kesehatan dan tahu bagaimana cara mengurangi kebiasaan merokok yang tepat sehingga dapat memotivasi diri sendiri atau memotivasi orang lain yang merokok agar dapat mengurangi kebiasaan merokok.

## 2. Saran bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat mengembangkan penelitian ini dengan jenis eksperimen murni dan jumlah sampel yang lebih besar atau meneliti pengaruh metode, media, dan fasilitas pendidikan kesehatan yang lain sehingga dapat dibandingkan cara yang lebih efektif untuk meningkatkan pengetahuan tentang cara mengurangi kebiasaan merokok pada remaja terhadap sikap mengurangi kebiasaan merokok.

## 3. Saran bagi Sekolah

Dapat dijadikan sebagai acuan di sekolah terutama yang berkaitan dengan dampak dari merokok terhadap kesehatan khususnya pada remaja di sekolah.



## DAFTAR PUSTAKA

- Ajzen, I. (2005). Attitudes, Personality, and Behavior. 2nd Edition. New York: Open University Press.
- Aliansi Pengendalian Tembakau Indonesia (APTI). 2013. Peta Jalan Pengendalian Produk Tembakau Indonesia.
- Ambarwati, F. R. (2014) Konsep Kebutuhan Dasar Manusia. Yogyakarta: Pranamallmu.
- Astuti, Kamsih . 2012. Gambaran Perilaku Merokok Pada Remaja Di Kabupaten Bantul. Fakultas Psikologi Universitas Mercu Buana Yogyakarta.
- Azwar, S. (2005). Sikap Manusia : Teori dan Pengukurannya. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Azwar, S. 2011. Reliabilitas dan Validitas. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Fuadah, Muzyyatul. (2011). Gambaran Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Perilaku Merokok pada Mahasiswa Laki-Laki Fakultas Teknik Universitas Negeri Jakarta Angkatan 2009. Skripsi. Universitas Indonesia
- GATS. 2011. Global Adults Tobacco Survey Indonesia Report 2011. New Delhi : WHO Regional Office For South-East Asia
- Goleman, Daniel. (2015). Emotional Intelligence: Kecerdasan Emotional, Mengapa EI Lebih penting dari pada IQ. Cetakan Kedua puluh. Jakarta: Gramedia. Pustaka Utama.
- Hurlock, E.B. 1993. Psikologi Perkembangan: Suatu pendekatan sepanjang rentang kehidupan (edisi kelima). Jakarta: Erlangga
- Jatmika, Sidik dkk. 2010. Kauman : Muhammadiyah Undercover. Yogyakarta : Gelanggang.
- Kay, William. 1975. Moral Education: A Sociological Study of The Influence of Society, Home and School. London: George Allen & Unwin
- Kemkes RI, 2017. Olahraga dan Manfaat bagi Kesehatan. [Online] Available at: [www.kemkes.go.id](http://www.kemkes.go.id)
- Kementrian Kesehatan RI. 2018. Profil Kesehatan Indonesia 2017. Jakarta: Kemenkes RI.
- Likert, Rensis (1932) , "A Technique for the Measurement of Attitudes", Archives of psychology
- Mu'tadin, Z. (2002). Remaja dan Rokok. Internet. <http://www.e-psikologi.com/remaja.050602>

- Nazir.Mohammad,Ph.D.(2011). Metode Penelitian. Jakarta : Ghalia Indonesia
- Notoatmodjo,S.2012.Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nursalam. 2013. Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis : Jakarta : SalembaMedika.
- Pikunas, Lustin.1976. Human Developptmen An Emergent Science. Tokyo: McGraw Hill Kogakusha Ltd.
- Prastowo, Tri Rizki and , Dzul Akmal, SKM, M.Kes (2018) Persepsi Mahasiswa Fakultas Teknik Universitas Muhammadiyah Surakarta terhadap Iklan Bahaya Merokok. Skripsi thesis, Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Putro, K. Z. (2017). Memahami Ciri dan Tugas Perkembangan Masa Remaja. APLIKASIA: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama, Vol. 17, No. 1, 1-8.
- Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS. 2007. Jakarta: Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan, Departemen Kesehatan, Republik Indonesia.
- Sarwono. 2011. Psikologi Remaja.Edisi Revisi. Jakarta: Rajawali Pers.
- Soetjiningsih. 2010.Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya. Jakarta :SagungSeto.
- Sugiyono. (2016). Metode Penelitian Kuantitatif Kualitataif dan Kombinasi (Mixed Methods).Bandung: Alfabeta.
- WHO. 2008. WHO report on the Global Tobacco Epidemic.WHO.
- Widianti A (2009) Hubungan lingkungan teman s ebaya dengan perilaku merokok remaja di SMUN II Yogyakarta. Skripsi. Yogyakarta: Fakultas Psikologi UGM