

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **5.1 Kesimpulan**

- 5.1.1 Sikap dalam merokok pada anggota Brimob di SubDen 4 B Batalyon B Pelopor Malang sebagian besar yakni 11 responden (70%) tidak mendukung dan hampir setengahnya yakni 9 responden (30%) mendukung
- 5.1.2 Kuantitas tidur pada anggota Brimob di SubDen 4 B Batalyon B Pelopor Malang hampir seluruhnya yakni 24 responden (80%) dengan kuantitas tidur yang kurang dan sebagian kecil yakni 6 responden (20%) dengan kuantitas tidur yang cukup.
- 5.1.3 Tidak Ada hubungan sikap dalam merokok dengan kuantitas tidur pada anggota Brimob di SubDen 4 B Batalyon B Pelopor Malang dengan value 0,087.

#### **5.2 Saran**

##### **5.2.1 Bagi Ilmu Keperawatan**

Hasil penelitian disarankan agar dalam proses pembelajaran dapat memberikan materi tentang sikap dalam berhenti merokok

##### **5.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya**

Hasil penelitian disarankan digunakan sebagai data dalam penelitian sehingga mampu meneliti tentang faktor yang mempengaruhi sikap merokok dan cara mengatasinya.

### **5.2.3 Bagi Responden**

Hasil penelitian disarankan agar responden mampu meningkatkan sikap untuk berhenti merokok dengan cara melakukan aktivitas seperti olahraga dan sebagainya.

**DAFTAR PUSTAKA**

- Ananta. 2009. *Waspadai Gejala Penyakit Mematikan*. Yogyakarta: Tugu Publisher
- Anderson. 2012. *Pembelajaran, Pengajaran dan Asesmen*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar
- Aula. 2010. *Stop Merokok*. Yogyakarta: Graha Ilmu
- Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar. 2012. *Sikap Manusia, Teori dan Pengukurannya*. Jakarta: Pustaka Pelajar
- Cahyono. 2010. *Gaya Hidup Dan Penyakit Modern*. Yogyakarta: Kanisius
- Digermino. 2010. *Memacu Perkembangan Otak*. Jakarta: Buana Ilmu Populer
- Hidayat, 2010. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Hidayat. 2012. *Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: Binarupa Aksara
- Mubarak. 2012. *Kebutuhan Dasar Manusia*. Jakarta: EGC.
- Mu'tadin. 2012. *Cara Sehat Melawan Rokok*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Notoatmodjo. 2010. *Metode Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo. 2013. *Teori Dan Aplikasi Promosi Kesehatan*. Jakarta: EGC
- Nursalam. 2013. *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Surabaya: Salemba Medika.
- Prasadja. 2015. *Cigarette smokers intention to quit smoking in Dire Dawa town Ethiopia: an assesment using the Transtheoretical Model*. *BMC Public Health*
- Rahardjo. 2009. *Polisi, Pelaku dan Pemikir*. Jakarta: Kompas
- Riskesdas. 2013. *Jumlah Perokok di Indonesia*. Jakarta: Promkes
- Sadjijono. 2012. *Polisi Indonesia*. Jakarta: Genius
- Sumarsono. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Alfabeta

Tarwoto. 2012. *Kebutuhan Dasar Manusia Dan Proses Keperawatan*.  
Jakarta: Salemba Medika.