

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi berhenti merokok pada mahasiswa teknik mesin Universitas Muhammadiyah Yogyakarta angkatan 2015, diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Karakteristik responden penelitian berdasarkan usia didominasi oleh usia ≥ 20 tahun, berdasarkan jenis kelamin mahasiswa perokok mayoritas adalah laki-laki dan usia mulai merokok responden dalam penelitian ini didominasi oleh rentang usia 14-18 tahun, kemudian dari hasil penelitian juga didapatkan motivasi mahasiswa untuk berhenti merokok tinggi, kepedulian mahasiswa perokok terhadap masalah kesehatan tinggi, pengetahuan mahasiswa tentang bahaya merokok tinggi, *immediate respond* terkait dengan perekonomian mahasiswa tinggi, pengaruh sosial dan lingkungan terhadap mahasiswa dalam perilaku merokoknya tinggi
2. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara faktor usia, kepedulian mahasiswa terhadap masalah kesehatan, pengetahuan, *immediate respond*, pengaruh sosial dan lingkungan dengan motivasi berhenti merokok.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara faktor kontrol diri terhadap motivasi mahasiswa untuk berhenti merokok.

B. SARAN

1. Bagi Responden

Pada penelitian ini diharapkan responden dapat memotivasi dirinya untuk berhenti merokok, sehingga dapat menerapkan motivasi tersebut di kehidupan sehari-hari.

2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Peneliti selanjutnya diharapkan dapat mencari faktor faktor yang lebih spesifik sehingga dapat mencari faktor yang paling berhubungan dengan motivasi berhenti merokok.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Peneliti berharap institusi pendidikan mengadakan penyuluhan tentang bahaya merokok dan motivasi berhenti merokok, dan mengadakan program pembelajaran mengenai narkoba, psikotropika, dan zat adiktif lainnya disetiap program studi.