

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Terdapat hubungan bermakna antara ancaman penyakit akibat merokok dengan motivasi berhenti merokok dan merupakan satu-satunya prediktor yang berpengaruh terhadap motivasi berhenti merokok pada penelitian ini.
2. Tidak terdapat hubungan antara manfaat berhenti merokok dan hambatan berhenti merokok dengan motivasi berhenti merokok.

B. Saran

1. Bagi Responden
 - a. Diharapkan responden lebih memperbanyak informasi mengenai bahaya merokok serta manfaat berhenti merokok, sehingga dapat meningkatkan motivasi diri untuk berhenti merokok dan dengan bantuan tenaga kesehatan ahli serta terapi yang sesuai untuk mendapatkan hasil yang maksimal
2. Bagi Peneliti Dan Keilmuan
 - a. Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai HBM dengan motivasi berhenti merokok dengan menggunakan desain penelitian yang lebih sesuai yaitu cohort yang lebih menekankan *time periode approach*, agar dinamika perubahan faktor-faktor penghambat motivasi berhenti merokok dalam periode waktu dan tempat yang berbeda dapat diketahui.

- b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu teori dan referensi untuk meningkatkan motivasi perokok untuk berhenti merokok khususnya untuk perokok di kalangan tenaga kesehatan.

3. Bagi Pelayanan Kesehatan

- a. Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar teori dalam memberikan informasi dan penyuluhan untuk mencegah terjadinya penyakit tidak menular khususnya yang disebabkan oleh rokok.

4. Bagi Institusi

- a. Diharapkan penerapan *smoking cessation* diterapkan dengan sungguh-sungguh di lingkungan kampus serta ancaman denda bagi pelangarnya.
- b. Diharapkan dilakukan penyuluhan dan kampanye anti rokok di area kampus dan sekitarnya untuk meningkatkan kesadaran dan motivasi mahasiswa untuk berhenti merokok.