

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian “Hubungan Stres dengan Perilaku Merokok pada Remaja di Dusun Melikan Lor Bantul”, dapat disimpulkan bahwa :

1. Stres yang dialami remaja di Dusun Melikan Lor Bantul terbanyak adalah pada tingkat stres sedang.
2. Perilaku merokok pada remaja di Dusun Melikan Lor Bantul terbanyak adalah perilaku merokok buruk.
3. Ada hubungan yang signifikan antara stres terhadap perilaku merokok pada remaja di Dusun Melikan Lor Bantul.

B. Saran

1. Bagi remaja yang merokok
Perilaku merokok akan lebih baik jika dikurangi bahkan dihentikan. Pengurangan atau penghentian perilaku merokok ini dapat meningkatkan derajat kesehatan remaja dan keluarga.
2. Bagi Kepala Dusun dan Ketua pemuda Melikan Lor
Diharapkan Kepala Dusun Melikan lor dan Ketua Pemuda untuk bekerjasama dengan bidang kesehatan dalam rangka penyuluhan tentang bahaya merokok demi menanggulangi penyakit yang akan ditimbulkan akibat merokok baik jangka pendek maupun jangka panjang.

3. Bagi Ilmu Keperawatan

Pemberian penyuluhan kesehatan mengenai bahaya merokok penting digalakan mengingat prevalensi merokok di Indonesia semakin meningkat dari tahun ke tahun. Pemberian intervensi keperawatan misalnya dengan cara mengajarkan teknik nafas dalam, yoga, *guided imagery* untuk meminimalkan stres pada remaja.

4. Bagi Peneiliti Selanjutnya

Diharapkan peneliti selanjutnya untuk melibatkan faktor faktor lain yang mungkin mempengaruhi perilaku merokok pada remaja. Juga diharapkan untuk menggunakan sampel yang lebih luas dan variatif serta mengendalikan variabel variabel pengganggu seperti faktor kepribadian dan iklan agar lebih mendapatkan informasi lebih mendalam tentang perilaku merokok.