

BAB VI

PENUTUP

A. Kesimpulan

Dari hasil pembahasan penelitian yang ada, maka dapat disimpulkan sebagai berikut:

1. Faktor penyebab kecemasan pada mahasiswa yang memiliki perilaku merokok dikarenakan masalah pribadi yang menyangkut dalam hal pasangan (pacar), masalah keuangan yang belum bisa mereka selesaikan dengan baik, takut kalau tidak bisa menyambung hidup baik buat diri sendiri maupun keluarga, serta khawatir dalam hal perkuliahan yang belum terselasaikan sampai sekarang.
2. Perilaku merokok pada mahasiswa antara lain rasa ingin coba-coba, karena penasaran, pengaruh teman sebaya, pengaruh lingkungan keluarga, dan lingkungan tempat kerja. Rokok yang mereka konsumsipun berbeda-beda ada dari yang hitungan perbatang sampai 3 bungkus perharinya, rokok juga dianggap mereka sebagai kebutuhan pokok, menurut mereka kalau tidak mengkonsumsi rokok kepala menjadi pusing, tidak bertenaga, dan menjadikan badan terasa lemah dan lesu. Lamanya konsumsi rokok yang mereka lakukan mempunyai gambaran tersendiri dari yang 6 tahun sampai 18 tahun lamanya.

B. Saran-saran

1. Mengingat sebagian besar mahasiswa mulai merokok saat berada di bangku SMP dan SMA, maka perlu adanya penyuluhan dan seminar tentang bahaya merokok pada remaja yang masih duduk di bangku SMP atau SMA tersebut.
2. Promosi kesehatan tentang perilaku merokok yang lebih intensif dan kreatif perlu diadakan untuk kalangan mahasiswa.
3. Bagi orang tua yang tidak menginginkan anaknya merokok maka anggota keluarga tidak disarankan untuk mengkonsumsi rokok, akan tetapi memberi bentuk perilaku yang lebih sehat lagi.