

BAB V

PENUTUP

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang sudah dilakukan peneliti dapat disimpulkan kebiasaan merokok pada subjek tidak muncul secara tiba-tiba, rokok dimaknai sebagai sumber ketenangan dan cara mengatasi stress akademik. Temuan penelitian menunjukkan bahwa mahasiswi perokok melakukan pengaturan kesan secara sadar untuk menjaga citra diri dihadapan lingkungan. Sesuai dengan teori Goffman mahasiswi menampilkan diri sebagai sosok yang sopan, percaya diri, dan sesuai norma. Subjek juga mengatur ekspresi wajah, postur tubuh, dan pilihan kata ketika berbicara didepan umum agar terlihat profesional, terutama saat menerima kritik atau pertanyaan sulit. Presentasi diri yang dilakukan subjek lebih bersifat fleksibel subjek berusaha autentik dalam berpenampilan, namun tetap melakukan penyembunyian terkait kebiasaan merokok untuk mendapatkan penerimaan sosial. Berdasarkan hasil wawancara kebiasaan merokok tidak hanya dipahami sebagai perilaku Kesehatan tetapi mempunyai makna yang mendalam bagi subjek.

Pertama, merokok sebagai pelarian dan kebutuhan berawal dari rasa penasaran dan ingin coba-coba kemudian lama kelamaan merokok dimaknai sebagai sumber ketenangan untuk mengatasi stress yang dialami. Kedua, merokok sebagai alat sosial, rokok digunakan untuk

mencairkan suasana dan memperkuat relasi pertemanan. Hal ini sejalan dengan penelitian terdahulu Fauzi Maulana yang menyebut rokok sebagai “*hubungan pertemanan*”. Ketiga, merokok sebagai simbol kemandirian dan modernitas media dan iklan membentuk persepsi bahwa perempuan merokok terlihat bebas dan keren.

Secara keseluruhan, dapat disimpulkan bahwa mahasiswa perokok berusaha menyeimbangkan dua hal. Di satu sisi mereka ingin tampil percaya diri dan diterima oleh lingkungan. Di sisi lain mereka juga harus mengikuti aturan dan norma yang ada di masyarakat dan agama. Karena itulah mereka memilih berbeda sikap di tempat yang berbeda. Saat di depan umum seperti di kampus atau di rumah, mereka menampilkan diri yang baik dan sopan. Tetapi saat bersama teman dekat, mereka tetap merokok di tempat yang tidak terlihat orang banyak. Hal ini dilakukan karena mereka sadar bahwa perempuan merokok masih dianggap tidak baik oleh masyarakat. Jadi, merokok dilakukan secara sembunyi-sembunyi agar tidak mendapat penilaian negatif dari orang lain.

B. Saran

1. Bagi mahasiswa perokok

Mahasiswa diharapkan sadar akan dampak Kesehatan. Mencari alternatif manajemen stres yang lebih sehat seperti olahraga, konseling, atau kegiatan produktif kampus. Mahasiswa dianjurkan memahami bahwa ketenangan sesaat dari rokok tidak sebanding dengan resiko penyakit jangka Panjang yang akan dirasakan.

2. Bagi Penelitian Selanjutnya

Disarankan meneliti efektivitas intervensi berhenti merokok khusus mahasiswi dan mengkaji lebih dalam strategi coping mereka ditengah stigma. Kemudian diharapkan melakukan penelitian di beberapa kampus dengan latar belakang yang berbeda, baik umum maupun keagamaan, untuk melihat presentasi diri. Menggunakan metode selain kualitatif agar melihat seberapa besar pengaruh media, teman, dan keluarga terhadap perilaku merokok.

3. Bagi UIN Antasari Banjarmasin

Perlu adanya program pembinaan dan ruang konseling yang tidak menghakimi. Kampus keagamaan bisa mengintegrasikan nilai agama dengan pendekatan psikologis untuk membantu mahasiswi keluar dari kebiasaan merokok.