

## BAB V

### KESIMPULAN DAN SARAN,

#### 5.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa, faktor-faktor yang menyebabkan mahasiswa fakultas kedokteran merokok adalah :

❖ Lingkungan :

- lingkungan (teman/orang-orang) tempat mahasiswa yang merokok berada cenderung membiarkan para mahasiswa ini.
- tidak adanya larangan merokok dari lingkungan tempat mereka berada.
- dari hasil pengamatan lingkungan tempat para mahasiswa ini berada : cenderung dari lingkungan (orang-orang) yang juga merokok.

#### 5.2 Saran

Saran yang dapat dikemukakan disini adalah : pada perokok diberikan terapi baik secara farmakologis maupun dengan yang non farmakologis.,

Secara farmakologis, dapat digunakan pengganti nikotin, seperti :

- koyok nikotin (*nrcotmepatch*) atau permen kunyah nikotin (*nicitocine chewing gum*)
- dapat pula dengan tehnik akupuntur.

Sedangkan, secara non farmakologis :

1. Bagi mereka yang tidak merokok jangan sekali-kali mencobanya, sebab sekali memulai akan sulit untuk menghentikannya.
2. Bagi mereka yang masih merokok pilihan yang paling bijak dan terbaik adalah menghentikannya sama sekali untuk mencegah relaps ( kekambuhan ).

3. Bagi mereka yang belum mampu menghentikan merokok, jadilah perokok yang baik dan berbudaya, ada baiknya disediakan tempat-tempat khusus untuk merokok. Sudah saatnya juga bagi pemerintah untuk memberlakukan daerah bebas rokok khususnya di tempat-tempat pendidikan (sekolah dan perguruan tinggi), tempat umum dan kantor-kantor. Jika perlu dibuat peraturan dilarang merokok di tempat-tempat tersebut dan jika dilanggar dapat dikenakan sanksi.