

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa gambaran pengetahuan, sikap dan perilaku siswa-siswi SMA Negeri 7 Banjarmasin adalah baik.

5.2 Saran

Saran yang dikemukakan disini adalah:

1. Bagi lingkungan sekolah:
 - Ditingkatkannya pendidikan mengenai kesehatan pada kalangan pelajar, dengan pemaparan yang lebih mendalam mengenai akibat-akibat merokok.
 - Adanya peraturan melarang merokok di lingkungan sekolah baik untuk siswa-siswi maupun untuk pengajar dan karyawan sekolah.
2. Bagi perokok:
 - Menghentikan kebiasaan merokok sejak dini.
 - Mengurangi jumlah rokok yang dihisap, bila untuk menghentikannya masih terlalu sulit dapat mengkonsultasikannya ke dokter.
 - Menghindari lingkungan yang menyebabkan timbulnya keinginan untuk merokok.
 - Dan bagi yang masih merokok, sebaiknya tidak merokok di tempat-tempat umum atau merokok di tempat-tempat khusus (*smoking area*) sehingga tidak mengganggu orang-orang yang tidak merokok.
3. Bagi bukan perokok:
 - Tidak sekali-kali mencoba merokok, karena sekali mencobanya sulit dihentikan.

4. Bagi pemerintah:

- Meningkatkan pajak dengan menggunakan sebagai ukuran, angka yang diadopsi negara-negara yang melaksanakan program pengawasan terhadap rokok secara menyeluruh dan menyebabkan konsumsi rokoknya menurun, dimana besarnya pajak rokok adalah $\frac{2}{3}$ sampai dengan $\frac{4}{5}$ harga eceran rokok.
- Menerbitkan dan menyebarluaskan hasil-hasil penelitian tentang dampak merokok pada kesehatan.
- Menambah label peringatan bahaya merokok yang menyolok.
- Mengadakan larangan iklan dan promosi rokok yang menyeluruh.
- Membatasi orang merokok di tempat kerja dan tempat-tempat umum dengan sanksi hukum yang semakin dipertegas.
- Menyediakan tempat-tempat khusus merokok di kawasan umum.

Dan untuk penelitian selanjutnya dapat dengan memperluas jumlah sampel yang diperlukan.