

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian mengenai *intention* dan determinan-determinan untuk berhenti merokok secara total terhadap 60 mahasiswa perokok aktif di Fakultas Psikologi Universitas "X" Bandung, dapat disimpulkan hal-hal sebagai berikut :

1. *Intention* mahasiswa perokok aktif di Fakultas Psikologi Universitas "X" Bandung dipengaruhi oleh tiga determinan, yaitu *attitude toward the behavior*, *subjective norms*, dan *perceived behavioral control*. Determinan yang memberikan pengaruh paling besar terhadap *intention* adalah *Attitude toward the behavior*.
2. Mahasiswa perokok aktif yang memiliki *attitude toward the behavior* positif berarti tertarik untuk berhenti merokok secara total, karena hal tersebut lebih memberikan keuntungan bagi dirinya seperti meminimalisir terkena kanker paru-paru, bebas dari ketergantungan pada rokok, memberikan kesehatan yang lebih baik, dan dapat melakukan penghematan.
3. Mahasiswa perokok aktif yang memiliki *subjective norms* positif berarti memiliki persepsi bahwa orang-orang yang signifikan menuntut dirinya untuk berhenti merokok secara total dan mereka bersedia untuk mematuhi. Tuntutan untuk berhenti merokok secara total pada mahasiswa perokok aktif

lebih banyak didapat dari orang tua dibandingkan tuntutan dari pacar dan sahabatnya.

4. Mahasiswa perokok aktif yang memiliki *perceived behavioral control* positif berarti memiliki persepsi bahwa dirinya mampu untuk berhenti merokok secara total. Lingkungan keluarga dan teman yang merokok, waktu kosong, rasa bosan, stres, dan sibuk beraktivitas adalah situasi-situasi yang mempengaruhi mahasiswa perokok aktif untuk berhenti merokok secara total.
5. Ketiga determinan, *attitude toward the behavior*, *subjective norms* dan *perceived behavioral control* saling berhubungan satu sama lain. Determinan yang memiliki hubungan tertinggi adalah antara *attitude toward the behavior* dengan *perceived behavioral control*. Mahasiswa perokok aktif yang memiliki sikap *favorable* dari berhenti merokok secara total akan mempersepsi bahwa mereka mampu melakukan usaha berhenti merokok secara total, demikian pula mahasiswa perokok aktif yang mempersepsi bahwa dirinya mampu melakukan berhenti merokok secara total akan memiliki sikap *favorable* terhadap perilaku berhenti merokok secara total. Bagi mahasiswa yang memiliki sikap *unfavorable* terhadap perilaku berhenti merokok secara total akan memiliki persepsi bahwa dirinya tidak mampu untuk berhenti merokok secara total, demikian pula mahasiswa yang memiliki persepsi bahwa dirinya tidak mampu untuk berhenti merokok secara total akan memiliki sikap *unfavorable* terhadap perilaku berhenti merokok secara total.

5.2. Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, dapat diajukan beberapa saran yang diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang berkepentingan.

1. Untuk penelitian lebih lanjut :

Meneliti mengenai pengaruh *belief-belief* dan komponen-komponen dari determinan-determinan *intention* terhadap determinan itu sendiri secara lebih mendalam dan meneliti mengenai pengaruh *intention* terhadap *behavior*, serta mengenai *actual control behavior*.

2. Bagi Fakultas Psikologi Universitas “X” Bandung disarankan untuk mengadakan diskusi dan pelatihan mengenai cara-cara mahasiswa untuk dapat berhenti merokok secara total dengan menarik dan efektif, dalam rangka menumbuhkan sikap *favorable* pada mahasiswa perokok aktif. Sehingga mahasiswa perokok aktif memiliki niat untuk berhenti merokok secara total.

3. Bagi keluarga dan teman disarankan untuk memberikan dukungan kepada mahasiswa perokok aktif misalnya dengan cara mengingatkan, memberi saran, dan meyakinkan mahasiswa perokok aktif bahwa mereka mampu untuk berhenti merokok secara total. Sehingga mahasiswa memiliki keyakinan bahwa dirinya mampu untuk berhenti merokok secara total dan mahasiswa memiliki niat untuk berhenti merokok secara total.