

## BAB 5

### SIMPULAN DAN SARAN

#### 5.1. Simpulan

##### 1. Hasil Pengetahuan Responden Tentang Bahaya Merokok

Sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang tinggi tentang bahaya merokok, yaitu sebagian besar sebanyak 29 orang (60,4%), hampir setengah responden dengan pengetahuan rendah berjumlah 13 orang (27,1%), sedangkan pengetahuan sedang hanya dimiliki sebagian kecil oleh responden yaitu 6 orang (12,5%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar orang muda katolik di Paroki Santo Yoseph Medari telah memiliki pemahaman yang baik mengenai dampak negatif dari merokok terhadap kesehatan.

##### 2. Hasil Perilaku Merokok Responden

Berdasarkan hasil pengisian kuesioner Glover-Nilsson Smoking Behavioral Questionnaire (GN-SBQ), responden menunjukkan variasi tingkat ketergantungan terhadap merokok. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa hampir setengah dari responden (41,7%) berada dalam kategori ketergantungan ringan, dan hampir setengah lainnya (35,4%) berada dalam kategori ketergantungan sedang. Sementara itu, sebagian kecil responden menunjukkan ketergantungan berat sebesar 16,7%, dan sebagian kecil lainnya termasuk dalam kategori ketergantungan sangat berat, yaitu sebesar 6,3%. Temuan ini menunjukkan bahwa meskipun sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan yang tinggi mengenai bahaya merokok, hal tersebut tidak selalu disertai dengan perilaku yang konsisten dalam menghindari atau menghentikan kebiasaan merokok.

##### 3. Hubungan antara Pengetahuan tentang Bahaya Merokok dan Perilaku Merokok

Berdasarkan hasil analisis bivariat menggunakan uji Somers' D, diperoleh nilai koefisien sebesar  $-0,251$  dengan  $p\text{-value} = 0,086$ , yang berarti tidak terdapat hubungan yang signifikan secara statistik antara

pengetahuan tentang bahaya merokok dan perilaku merokok pada Orang Muda Katolik (OMK) di Gereja Paroki Santo Yoseph Medari. Nilai koefisien yang negatif mengindikasikan adanya arah hubungan yang berlawanan: semakin tinggi pengetahuan responden, kecenderungan untuk memiliki ketergantungan merokok cenderung lebih rendah. Namun, karena  $p\text{-value} > 0,05$ , kekuatan hubungan tersebut tidak cukup untuk dinyatakan bermakna secara statistik.

## 5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan kesimpulan yang telah dikemukakan, maka saran yang dapat diberikan adalah sebagai berikut:

1. Bagi Orang Muda Katolik (OMK)

Orang Muda Katolik diharapkan mampu meningkatkan kesadaran diri terhadap bahaya merokok, tidak hanya dari sisi kesehatan fisik, tetapi juga sebagai bagian dari tanggung jawab moral dan spiritual dalam menghargai tubuh sebagai anugerah Tuhan. Meskipun sebagian besar responden telah memiliki pengetahuan yang tinggi mengenai dampak negatif merokok, hal tersebut belum sepenuhnya tercermin dalam perilaku sehari-hari. Oleh karena itu, pengetahuan yang dimiliki perlu disertai dengan komitmen untuk menghindari kebiasaan merokok serta membentuk lingkungan pergaulan yang mendukung gaya hidup sehat.

2. Bagi Pengurus Gereja Paroki dan Pembina Orang Muda Katolik

Diharapkan dapat memperkuat peran gereja sebagai agen promosi kesehatan melalui kegiatan pembinaan dan penyuluhan berkelanjutan tentang bahaya merokok. Pengurus gereja dan pembina orang muda katolik juga diharapkan lebih aktif dalam menerapkan kawasan tanpa rokok (KTR) di lingkungan tempat ibadah serta menciptakan ruang aman dan positif bagi kaum muda agar tidak terpapar perilaku merokok dari lingkungan sosial sekitarnya.

3. Bagi Orang tua

Orang tua memiliki peran penting dalam membentuk sikap dan perilaku anak terhadap kebiasaan merokok. Diharapkan orang tua dapat menjadi teladan dalam menjalani gaya hidup sehat, serta menciptakan lingkungan

keluarga yang bebas rokok, baik secara fisik maupun secara norma sosial. Selain itu, orang tua juga diharapkan lebih proaktif dalam melakukan komunikasi terbuka dengan anak mengenai bahaya merokok, termasuk dampaknya terhadap kesehatan, keuangan, dan nilai-nilai kehidupan. Mengingat bahwa pengetahuan tinggi tidak selalu mencegah perilaku merokok, maka pendampingan dari orang tua perlu disertai dengan penguatan nilai moral dan spiritual di rumah, serta pengawasan terhadap lingkungan pergaulan anak, khususnya selama masa remaja dan dewasa muda. Orang tua juga dianjurkan untuk menjalin kerja sama dengan pihak gereja dan komunitas OMK dalam membina anak-anak agar tumbuh dalam atmosfer yang mendukung perilaku sehat, menjauhi rokok, dan menghargai tubuh sebagai ciptaan Tuhan.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian selanjutnya disarankan untuk mencakup wilayah yang lebih luas dan menggunakan pendekatan metode yang lebih menyeluruh. Salah satu pendekatan yang dapat dipertimbangkan adalah metode campuran (*mixed methods*), yaitu menggabungkan pendekatan kuantitatif dan kualitatif dalam satu penelitian. Pendekatan kuantitatif membantu peneliti mengukur variabel secara objektif dengan menggunakan instrumen yang sudah baku, sedangkan pendekatan kualitatif memberikan pemahaman yang lebih dalam mengenai konteks sosial, motivasi pribadi, persepsi, dan nilai-nilai yang memengaruhi perilaku merokok. Dengan menggunakan metode campuran, hasil penelitian tidak hanya dapat menunjukkan hubungan antarvariabel secara statistik, tetapi juga dapat menjelaskan latar belakang dan alasan di balik perilaku tersebut secara naratif dan kontekstual. Hal ini akan memberikan gambaran yang lebih menyeluruh mengenai perilaku merokok pada Orang Muda Katolik.