

BAB 7

PENUTUP

7.1 Kesimpulan

1. Pada siswa laki-laki di SMK PGRI Singosari Malang didapatkan sebagian besar siswa responden penelitian termasuk ke dalam kelompok tipe perilaku merokok sedang.
2. Pada siswa laki-laki di SMK PGRI Singosari Malang terdapat perbedaan rerata antara tekanan darah sistolik dan diastolik relatif lebih tinggi pada kelompok siswa dengan kelompok perilaku merokok berat dibandingkan dengan kelompok ringan dan sedang. Pada siswa laki-laki di SMK PGRI Singosari Malang juga terdapat perbedaan rerata tekanan darah sistolik relatif lebih tinggi pada kelompok siswa dengan perilaku merokok sedang dibandingkan dengan kelompok perilaku merokok ringan.
3. Dari hasil penelitian didapatkan nilai signifikansi lebih kecil daripada α (< 0.050) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang nyata (signifikan) antara tekanan darah remaja dengan kelompok perilaku merokok sedang dan berat dibandingkan dengan kelompok perilaku merokok ringan.

7.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas, maka dapat diajukan saran-saran sebagai berikut:

1. Bagi Tenaga Kesehatan

Dalam rangka meningkatkan derajat kesehatan generasi muda, perlu diupayakan kegiatan yang difokuskan pada promotif dan preventif. Instansi kesehatan perlu mengadakan program penyuluhan bahaya

merokok dan kampanye anti rokok pada anak-anak sejak usia dini, yaitu pada anak-anak tingkat Sekolah Dasar (SD).

2. Bagi Instansi Pendidikan

Sekolah perlu dilibatkan dalam upaya mencegah dan mengintervensi perilaku merokok pada anak dan remaja secara lebih intensif. Pihak sekolah disarankan untuk melakukan penjarangan siswa dengan perilaku merokok dan selanjutnya perlu untuk dilakukan pembinaan dan bimbingan agar berhenti merokok. Selain itu, sekolah juga perlu menerapkan zona area bebas asap rokok secara tegas di dalam lingkungan sekolah.

3. Bagi Orangtua/ Keluarga/ Masyarakat

Bagi orangtua yang tidak ingin anaknya merokok, maka anggota keluarga disarankan tidak ada yang merokok atau segera berhenti merokok serta tidak memberikan dukungan saat anak mencoba merokok. Peran orangtua disini sebagai *role model* bagi anak-anak mereka harus diutamakan. Selain itu, para orangtua juga perlu memberikan pemahaman tentang bahaya merokok dan waspada akan teman sebaya dan lingkungan pergaulan anak mereka. Karena teman sebaya dan lingkungan sosia memberikan kontribusi pengaruh merokok yang besar bagi anak.

4. Bagi Penelitian selanjutnya

Untuk peneliti selanjutnya perlu mengontrol faktor-faktor yang dapat mempengaruhi hasil hitung tekanan darah yang menjadi keterbatasan dalam penelitian ini, seperti perlu mempertimbangkan faktor perlunya pengukuran Indeks Masa Tubuh (IMT), data tentang berapa gram konsumsi garam tiap responden setiap harinya, waktu pengukuran

tekanan darah yang tepat pada masing-masing responden yang akan berbeda pada responden dengan aktivitas berbeda, adakah responden yang mengkonsumsi alkohol, serta identifikasi kondisi stress yang dialami responden saat pengukuran tekanan darah.

sehingga dapat diketahui hasil tekanan darah yang terjadi akibat perilaku merokok.

5. Praktek Keperawatan

Perlu mengembangkan kompetensi dalam keperawatan komunitas untuk mengontrol tekanan darah sejak dini dengan memperhatikan faktor-faktor yang dapat mempengaruhi tekanan darah pada remaja seperti merokok, diet garam, pengobatan, aktivitas fisik, untuk meningkatkan kualitas kesehatan remaja. Perawat juga perlu mengembangkan kompetensi untuk ikut berperan serta menekan penurunan prevalensi hipertensi pada masa mendatang dengan teknik non farmakologis, yaitu perawat sebagai edukator diharapkan memberikan pendidikan kesehatan melalui penyuluhan tentang pentingnya kampanye berhenti merokok dan menghindari rokok dan memberikan edukasi bahaya rokok terhadap peningkatan tekanan darah pada pasien yang mempunyai kebiasaan merokok.