

BAB 5

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang berjudul “Pengaruh Terapi SEFT Terhadap Penurunan Konsumsi Rokok Pada Remaja Perokok Aktif Di Kelurahan Bareng Kota Malang” yang dilaksanakan pada 29 Mei – 7 Juni 2023 dapat disimpulkan bahwa:

1. Jumlah rokok yang dikonsumsi sebelum dilakukan terapi SEFT adalah 68 batang rokok dalam sehari dengan hasil rata-rata (mean) 1,89 dari 36 responden.
2. Jumlah rokok yang dikonsumsi setelah dilakukan terapi SEFT adalah 37 batang rokok dalam sehari dengan hasil rata-rata (mean) 1,03 dari 36 responden.
3. Adanya Pengaruh Terapi SEFT Terhadap Penurunan Konsumsi Rokok Pada Remaja Perokok Aktif di Kelurahan Bareng Kota Malang ditunjukkan dengan hasil penurunan jumlah batang rokok sebelum dan setelah diberikan terapi SEFT adalah 31 batang rokok dengan hasil signifikan dari 36 responden.

5.2. Saran

Penelitian dengan judul “Pengaruh Terapi SEFT Terhadap Penurunan Konsumsi Rokok Pada Remaja Perokok Aktif di Kelurahan Bareng Kota Malang” peneliti ingin memberikan beberapa saran sebagai berikut:

5.2.1. Saran Teoritis

Penelitian ini dapat dijadikan suatu pengetahuan, wawasan, ilmu dan upaya dalam mengatasi buruknya kebiasaan manusia dengan rana ilmu kesehatan dan keperawatan yang membangun mindset hidup sehat tanpa rokok.

5.2.2. Saran Praktis

5.2.2.1 Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan bahan penambahan ilmu dan informasi bagi Perputakaan dan dapat dibaca oleh semua warga politeknik kesehatan kemenkes malang mengenai Pengaruh Terapi SEFT Terhadap Penurunan Konsumsi Rokok Pada Remaja Perokok Aktif di Kelurahan Bareng Kota Malang

5.2.2.2 Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan memotivasi dan menambah informasi sehingga pada penelitian selanjutnya dapat meneliti pengaruh terapi seft terhadap penurunan konsumsi rokok pada responden dan frekuensi yang berbeda.

5.2.2.3 Bagi Masyarakat

Penelitian ini yang di dapatkan diharapkan masyarakat dapat mengetahui Pengaruh Terapi SEFT Terhadap Penurunan Konsumsi Rokok Pada Remaja Perokok Aktif di Kelurahan Bareng Kota Malang