

BAB V

KESIMPULAN, IMPLIKASI DAN SARAN

A. Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pengembangan hipotetik buku bantuan diri tentang bahaya merokok yang telah dipaparkan sebelumnya dan telah mendapatkan penilaian dari validator ahli media, validator ahli materi, validator ahli bahasa dan validator pengguna, maka dapat disimpulkan bahwa:

1. Buku bantuan diri tentang bahaya merokok dapat dikatakan layak untuk diujicobakan. Hal ini sesuai dengan hasil penilaian para validator ahli, yaitu:
 - a. Validator ahli media memberikan hasil persentase sebesar 80,8% artinya buku bantuan diri tentang bahaya merokok masuk dalam kriteria sangat layak.
 - b. Validator ahli materi memberikan hasil persentase sebesar 72,2% artinya buku bantuan diri tentang bahaya merokok masuk dalam kriteria layak.
 - c. Validator ahli bahasa memberikan hasil persentase sebesar 86,1% artinya buku bantuan diri tentang bahaya merokok masuk dalam kriteria sangat layak.

- d. Validator pengguna dari 9 mahasiswa/i mendapatkan hasil rata-rata persentase sebesar 87,2% artinya buku bantuan diri tentang bahaya merokok masuk dalam kriteria sangat layak.
2. Buku bantuan diri tentang bahaya merokok juga memiliki manfaat bagi pengguna, antara lain:
 - a. Dapat membantu menginformasikan serta memberikan pengetahuan baru mengenai bahaya merokok kepada mahasiswa
 - b. Dapat membantu mahasiswa yang berkeinginan berhenti merokok.
 - c. Harga buku yang lebih terjangkau dibandingkan harus berkonsultasi dengan pakar ahli seperti dokter, konselor, psikolog dan lainnya.
 - d. Buku yang sangat praktis dibawa kemanapun dan dibaca pada saat kapanpun.
 3. Buku bantuan diri tentang bahaya merokok dikembangkan sebagai upaya preventif terhadap perilaku merokok mahasiswa.

B. Implikasi

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dikembangkan oleh peneliti Buku bantuan diri yang dikembangkan oleh peneliti dapat memberikan informasi serta menambah pemahaman dan wawasan mahasiswa

mengenai bahaya merokok dan berguna untuk mencegah atau mengurangi perilaku merokok, namun apabila buku bantuan diri ini tidak disosialisasikan kepada mahasiswa atau masa menjelang dewasa maka pengetahuan mahasiswa akan tetap sama dan tidak bertambah mengenai bahaya merokok.

Buku bantuan diri ini dapat menjadi salah satu pengantar sebelum melakukan konseling karena responden / konseli akan diberikan pemahaman dan arahan sehingga menemukan titik masalahnya sehingga dapat dijadikan sebagai salah satu metode dalam membantu menangani masalah baru.

C. Saran

Beberapa saran yang dapat menjadi pertimbangan berdasarkan hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Buku bantuan diri bisa digunakan konselor untuk menjadi salah satu media bantuan diri untuk mencegah perilaku merokok atau untuk memberikan informasi dan pengetahuan kepada konseli.
2. Buku bantuan diri tentang bahaya merokok ini tidak hanya disebarakan untuk mahasiswa tetapi bisa juga dikembangkan untuk siswa-siswa SMP dan SMA.
3. Dinas kesehatan, lembaga-lembaga rokok dan organisasi anti rokok disarankan untuk memberikan penyuluhan bahaya merokok dengan

memberikan buku bantuan diri supaya mahasiswa yang malu untuk membagi permasalahannya bisa tetap mendapatkan informasi.

4. Buku bantuan diri tentang bahaya merokok ini bisa dilanjutkan oleh peneliti selanjutnya ke tahap berikutnya yaitu ujicoba supaya dapat dibaca dan digunakan mahasiswa.
5. Bagi peneliti lain diharapkan buku bantuan diri atau penelitian ini dapat lebih dikembangkan dan dijadikan sebagai sumber referensi atau acuan sebagai cara untuk mengetahui pengetahuan yang dimiliki mahasiswa tentang bahaya merokok serta memberikan informasi tentang bahaya merokok.
6. Bagi peneliti lanjutan yang tertarik membahas tentang hal yang sama mungkin bisa dilakukan di Universitas Lainnya tidak hanya di Universitas Negeri Jakarta.