

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

5.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan analisis yang telah dilakukan, berikut adalah kesimpulan mengenai hubungan antara perilaku merokok dengan harga diri siswa di MAN 1 Deli Serdang:

1. Gambaran perilaku merokok siswa di MAN 1 Deli Serdang menunjukkan bahwa 10% berada pada kategori rendah, diikuti oleh kategori sedang 71%, dan sebanyak 17% berada pada kategori tinggi. Maka dapat disimpulkan bahwa perilaku merokok siswa MAN 1 Deli Serdang termasuk dalam kategori sedang/cukup tinggi.
2. Perilaku merokok di kalangan siswa MAN 1 Deli Serdang tergolong dalam kategori sedang atau cukup tinggi, dengan 14% siswa berada dalam kategori rendah, 69% dalam kategori sedang, dan 17% dalam kategori tinggi. Ini menunjukkan bahwa sebagian besar siswa memiliki tingkat *self-esteem* yang cukup, meskipun ada beberapa siswa yang memiliki *self-esteem* rendah.
3. Terdapat korelasi negatif antara *self-esteem* dan perilaku merokok pada siswa MAN 1 Deli Serdang. Analisis data menggunakan metode analisis korelasi *Product Moment Pearson* menunjukkan angka koefisien korelasi sebesar -0,469 dengan signifikansi $p = 0,000 < 0,05$. Maka dapat diartikan ada hubungan yang termasuk cukup signifikan antara *self-esteem* dengan

perilaku merokok. Artinya, semakin tinggi *self-esteem* siswa, semakin rendah kecenderungan mereka untuk merokok. Sebaliknya, siswa dengan *self-esteem* rendah cenderung memiliki perilaku merokok yang lebih tinggi.

5.2 Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada siswa di MAN 1 Deli Serdang maka saran yang dapat penulis berikan kepada beberapa pihak yang terkait adalah sebagai berikut :

1. Siswa

Siswa dapat memperkuat *self-esteem* dengan cara mengenali diri dan menghargai potensi diri serta melakukan kegiatan positif seperti berpartisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler, memperluas lingkaran pertemanan yang sehat, mempertimbangkan kesehatan dan masa depan.

2. Guru BK

Guru memberikan konseling individual atau konseling kelompok kepada siswa yang memiliki *self-esteem* rendah dan siswa yang merokok. Serta menyelenggarakan program pelatihan ketrampilan sosial dan pengembangan diri untuk mengatasi tekanan sosial.

3. Orang Tua

Orang tua memberikan perhatian, pengawasan serta komunikasi yang terbuka kepada siswa. Memperkenalkan gaya hidup sehat dan memberikan teladan positif untuk menghindari perilaku merokok.

4. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini menunjukkan bahwa meskipun *self-esteem* berpengaruh terhadap perilaku merokok siswa, tetapi faktor-faktor lain juga perlu diperhitungkan dalam mengatasi perilaku merokok siswa. Oleh karena itu apabila peneliti selanjutnya ingin melakukan penelitian yang sama, disarankan agar mengkaji lebih lanjut tentang faktor-faktor lain yang dapat meminimalisir perilaku merokok pada siswa. Penelitian ini juga dapat dijadikan referensi dalam ilmu pendidikan yang khususnya tentang hubungan antara *self-esteem* dengan perilaku merokok.

