

BAB VI

PENUTUP

VI.1 Kesimpulan

Berdasarkan hasil pengkajian, analisa data, intervensi, implementasi hingga evaluasi maka dapat disimpulkan bahwa cognitive behavioral therapy efektif untuk membantu menurunkan perilaku merokok remaja dari perilaku tinggi menjadi perilaku sedang. Terapi ini dilakukan selama 40-60 menit setiap pertemuan dan dilakukan sebanyak 5 kali pertemuan dengan 4 kali pertemuan terapi dan 1 kali pertemuan posttest. Terapi CBT terbukti efektif dapat menurunkan skor perilaku merokok pada klien kelolaan utama dari 72 menjadi 56 dan pada klien resume dari 75 menjadi 60. Nilai skor tersebut menunjukkan bahwa terjadi penurunan dari sebelum diberikan terapi CBT dan setelah diberikan terapi CBT.

VI.2 Saran

a. Remaja

Disarankan bagi remaja, terutama remaja dengan merokok agar dapat melakukan cognitive behavioral therapy untuk membantu mengontrol diri sehingga dapat mengurangi perilaku merokok.

b. Perawat Komunitas

Perawat komunitas disarankan agar dapat menerapkan terapi CBT menjadi salah satu terapi yang dapat digunakan untuk membantu menurunkan perilaku merokok pada agregat remaja.

c. Pelayanan Kesehatan

Pelayanan kesehatan disarankan agar dapat melakukan screening lebih dini mengenai batang rokok yang dikonsumsi untuk mengetahui perilaku merokok pada remaja dan melakukan berbagai pencegahan serta edukasi dan menggunakan terapi CBT sebagai salah satu cara untuk mengurangi perilaku merokok bagi remaja maupun individu lainnya.

d. Pengembangan Penelitian

Hasil dari penerapan asuhan keperawatan keluarga ini disarankan agar menjadi bahan acuan dan pertimbangan bagi pengembangan penelitian untuk melakukan penelitian ini pada individu yang lebih banyak dibandingkan dengan yang telah dilakukan oleh penulis.