

## **BAB V**

### **KESIMPULAN DAN SARAN**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian tentang pengalaman ketergantungan nikotin pada remaja perokok didapatkan bahwa sebagian besar seseorang merokok pada usia di bawah 18 tahun, untuk penyebab merokok ada dua faktor yaitu faktor dari dalam dan faktor dari luar. Kemudian persepsi ketika seseorang merokok yaitu akan merasa senang, tenang, konsentrasi dan konsentrasi meningkat dan ketika seseorang tidak merokok maka akan muncul perasaan gelisah, penurunan konsentrasi dan *craving*. Kemudian pengalaman terkait berhenti merokok yaitu seseorang merasa sulit untuk berhenti merokok tetapi mereka mempunyai cara untuk berhenti merokok yaitu dengan cara mengalihkan perhatian terkait rokok.

#### **B. Saran**

1. Bagi peneliti selanjutnya

Perlu dilakukan penelitian selanjutnya untuk mengembangkan dan menggali persepsi terkait ketergantungan nikotin pada perokok di usia dewasa maupun lansia.

2. Bagi Informan

Semua informan diharapkan dapat mengetahui tentang gambaran dan informasi terkait ketergantungan nikotin dan dapat termotivasi untuk berhenti merokok.

3. Bagi instansi Pendidikan keperawan

Penelitian ini dapat menjadi referensi dan digunakan untuk ilmu keperawatan khususnya pada ketergantungan nikotin pada perokok.

4. instansi Pendidikan keperawan

Penelitian ini dapat menjadi referensi dan digunakan untuk ilmu keperawatan khususnya pada ketergantungan nikotin pada perokok