HIDUP SEHAT TANPA ROKOK

Salahuddin Wahid
Pengasuh Pesantren Tebuireng

Terungkap bahwa kematian Sutopo Purwo Nugroho adalah akibat kanker paru-paru, padahal dia tidak pernah merokok, dia menjadi korban dari orang sekelilingnya yang merokok. Tanpa disadari dan tanpa disengaja perokok di sekitar Sutopo telah ikut membunuhnya. Di dalam rokok terdapat 4000 zat kimia berbahaya.

Riset Atlas Tobacco mengungkap bahwa Indonesia adalah negara dengan jumlah perokok tertinggi di dunia. Setelah Indonesia, menyusul Rusia, China, Filipina dan Vietnam. Menurut data Susenas 2017, 26,44% pemuda Indonesia adalah perokok. Berarti satu dari empat pemuda Indonesia adalah perokok, baik rokok maupun rokok elektronik. Kondisi itu merata di seluruh provinsi di Indonesia. 51,4% pemuda adalah perokok sedangkan pemudi perokok hanya 0,81%.

Prevalensi perokok terus meningkat, dari 27 persen (1995), lalu 34,4 persen (2004) dan 34,4 persen (2010). Anak-anak berusia 5-9 tahun sudah merokok, prevalensinya menguatirkan, dari 0,4 persen (2001) menjadi 1,7 persen (2010). Laki-laki usia dewasa, 2/3 adalah perokok. Prevalensi perokok perempuan meningkat dari 1,3 persen menjadi 4,2 persen. Perokok tamatan SD berjumlah 35,4%, tamatan SMP 21,75%, tamatan SMA 27,87% dan tamatan universitas 15,54%. Pemuda di pedesaan yang merokok berjumlah 28,62% dan di perkotaan berjumlah 24,65%. 88,59% pemuda mengisap 4 batang rokok sehari. 29,59% menghabiskan 13 batang per hari. 2,59% menghabiskan 25 batang se hari. Jumlah produksi rokok mencapai 318 milyar batang (2010) lalu meningkat menjadi 348 milyar batang pada 2015. Proyeksi produksi rokok pada 2020 adalah 524 milyar batang.

Pemuda merokok karena meniru orang dewasa di sekitarnya atau karena pengaruh iklan. Komitmen pemerintah untuk menanggulangi dampak rokok masih belum maksimal. Payung hukum yang kuat untuk melawan rokok belum kuat, akibatnya jumlah perokok terus meningkat. Sampai kini Indonesia belum menandatangani FCTC (Kerangka Kerja Pengendalian Tembakau). Padahal 180 negara sudah menandatanganinya. Di Indonesia belum ada peraturan yang melarang pembelian rokok bagi pemuda berusia di bawah 18 tahun.

BPS menyatakan bahwa rokok kretek filter merupakan komoditas terbesar kedua penyumbang garis kemiskinan di Indonesia. Secara nasional, sumbangan Garis Kemiskinan Makanan terhadap Garis Kemiskkinan pada Maret 2018 adalah 73,48%. Merujuk Studi WHO tahun 2008, epidemi

Scanned by CamScanner

tembakau telah membunuh 5,4 juta orang per tahun akibat kanker paru dan penyakit jantung. Apabila tidak ada pengendalian, maka pada 2030 angka itu meningkat menjadi 8 juta per tahun.

Dalam pendekatan teori strukturalis Andre Gunder Frank (1978), disebut terjadi disarticulated socio-economic structure di mana masyarakat miskin memberi sumbangsih besar dalam mendongkrak keuntungan industri rokok besar. Ini tidak jauh berbeda dengan sistem cultuurstelsel (tanam paksa) pada zaman VOC.

Harga rokok di Indonesia termasuk salah satu yang termurah setelah Pakistan, Vietnam, Nikaragua, Kambodia, Filipina dan Kazakhstan. Merujuk hasil riset Lembaga Demografi FEUI, banyak rumah tangga termiskin atau berpenghasilan rendah terperangkap konsumsi rokok, 70% memiliki anggaran untuk rokok. Hingga akhir 2016, alokasi belanja rokok adalah Rp 65.000 per orang per bulan. Pengeluaran untuk membeli beras jumlahnya hampir sama. 40% masyarakat berpenghasilan terendah memilih menghabiskan 11,5% pendapatan keluarga/bulan untuk belanja rokok sehingga tidak dapat mencapai asupan kalori harian minimal (BPS 2016).

Kita perlu belajar dari negara lain dalam memerangi rokok. Kita ambil sebagai contoh negara Swedia. Di negara itu hanya 11% penduduk yang merokok, bandingkan dengan Indonesia yang 76% penduduknya merokok. Bulan Juli ini di Swedia muncul larangan asap rokok di ruang publik seperti taman bemain anak-anak, stasiun KA, hingga area luar ruang restoran. Di Perancis dan AS, pembatasan rokok makin diperketat dan diperluas. Yang melanggar didenda Rp 600.000.

Berbagai pihak mengusulkan supaya cukai rokok dinaikkan secara berarti sehingga harga rokok mahal dan para perokok tidak mau membeli. Bagaimana dampak kenaikan harga rokok terhadap jumlah perokok. Prof Hasbullah Thabrany dari FKM UI, berdasar survei oleh Pusat Kajian Ekonomi dan Kebijakan Kesehatan FKM UI terhadap 1.000 perokok, 76% perokok setuju cukai rokok dinaikkan. Jika harga naik sampai Rp. 35.000/bungkus, masih banyak yang bertahan merokok. Tetapi kalau dinaikkan diatas Rp. 50.000/ bungkus, kebanyakan akan berhenti merokok. Tetapi perlu dipertimbangkan bahwa kalau harga rokok mahal, akan terjadi peningkatan jumlah rokok yang diselundupkan.

Perlu dilakukan upaya serius untuk mengurangi jumlah perokok. Selain upaya menaikkan cukai rokok, perlu dilakukan langkah serius seperti berikut. Pertama, ruang publik harus dijaga dari perokok dengan melarang orang merokok disitu. Kalau ada yang merokok, harus ditegur bersama-sama. Kedua, akses untuk membeli rokok harus dipersulit. Ketiga, perketat ijin untuk impor tembakau. Pemerintah harus membantu petani untuk mendapat harga terbaik. Keempat, membantu penelitian untuk memakai tembakau sebagai bahan yang bukan untuk produksi rokok. Kelima, pendidikan tentang bahaya rokok perlu digalakkan.

Seminar Komnas Anti Tembakau di Pesantren Tebuireng, 20 Juli 2019

Scanned by CamScanner

Kita harus memperluas jaringan dan komunitas anti rokok. Sekitar 220 dari 514 kota/kabupaten telah memiliki kebijakan Kawasan Tanpa Rokok (KTR) dalam berbagai bentuk peraturan. Daerah yang belum melakukan kebijakan itu harus didorong untuk melakukannya. Yang juga penting ialah penerapan kebijakan itu secara tegas dan konsekwen.

Cara lain untuk memerangi rokok ialah meningkatkan kampanye anti rokok. Peringatan bahwa merokok dapat membunuhmu pada bungkus rokok dianggap oleh sejumlah pihak kurang mencolok. Iklan produk rokok dan pebrik rokok perlu dilarang secara bertahap. Anak saya yang mempunyai rumah produksi iklan, tidak mau lagi mengerjakan iklan produk atau pabrik rokok.

Kita harus meningkatkan upaya pencegahan penjualan rokok kepada anak, yang perlu melibatkan perusahaan rokok, pedagang dan masyarakat luas. Selain melanggar aturan, penjualan rokok pada anak memicu ketergantungan pada produk tembakau sejak usia dini yang akan mengganggu kesehatan generasi muda. Perusahaan rokok dan terutama pengelola toko, pemilik kios, kasir dan pemilik warung kecil harus mempunyai komitmen untuk melarang pembelian rokok oleh anak-anak, sesuai Peraturan Pemerintah No 109 tahun 2012 tentang Pengamanan Bahan yang Mengandung Zat Adiktif Berupa Tembakau bagi Kesehatan, pasal 25 yang menyebut bahwa produk tembakau dilarang pada anak usia dibawah 18 tahun. Tingkat pemahaman pedagang kecil terhadap keberadaan dan berlakunya peraturan itu rendah. Mereka merasa bahwa menjual rokok itu adalah hak mereka. Kita perlu mencatat bahwa seorang pengusaha super market di Yogya melarang penjualan rokok di seluruh jaringan usahanya.

Pesantren Tebuireng sejak 1992 sudah menerapkan larangan merokok di dalam lingkungan pesantren bagi santri, guru, ustadz dan karyawan. Kami memberi sanksi yang tidak terlalu berat bagi mereka yang merokok, dan hukumannya bersifat mendidik seperti membersihkan dapur, ruang makan dll. Kini banyak pesantern yang melakukan kebijakan yang sama.

Pada 2016 kami pernah membuat survei tentang perilaku santri merokok di rumah atau sembunyi-sembunyi di pesantren. Responden semua laki-laki berjumlah 2075. Yang setuju orang merokok ada 552 (27 persen). Yang tidak setuju ada 1523 (73 persen). Yang tahu bahaya merokok ada 1985 (96 persen). Yang masih merokok di rumah atau sembunyi- sembunyi ada 725 orang (35 persen). Yang tidak merokok ada 1350 (65 persen). Yang merokok karena keinginan sendiri ada 409 orang (44 persen). Yang terpengaruh teman ada 316 orang (56 persen). Yang merokok sebelum jadi santri Tebuireng ada 529 orang (73 persen). Yang merokok setelah jadi santri Tebuireng 196 (27 persen). Yang merokok kurang dari 15 kali sebulan ada 483 orang (67 persen). Yang merokok lebih dari 15 kali sebulan ada 242 orang (33 persen).

Scanned by CamScanner

Pada 2018/2019 kami mengadakan survei terhadap santri laki-laki. Yang merokok sebelum jadi santri, yang sering merokok 14,68%, yang pernah merokok 40,5% dan yang tidak pernah merokok 44,82%. Yang merokok setelah jadi santri, yang sering merokok 16,76%, yang pernah merokok 38,94% dan yang tidak pernah merokok 44,3%.

Dari hasil survei diatas dapat disimpulkan bahwa walaupun pengasuh pesantren tidak merokok bahkan ikut dalam kampanye anti tembakau, tidak mudah untuk menanamkan kesadaran untuk tidak merokok kepada para santri. Apa lagi kalau kyainya masih merokok. Bahkan kami belum mampu sepenuhnya memergoki semua santri yang merokok. Masih diperlukan upaya yang tepat dan efektif dalam kampanye bahaya merokok supaya para santri, guru dan karyawan betul-betul sadar akan bahaya merokok dan berhenti merokok.

@@@

Tebuireng, 20 Juli 2019

Scanned by CamScanner