

**Pemberdayaan Kampung Bebas Asap Rokok Di Kecamatan Rumbai Barat
Kota Pekanbaru**

***Empowerment of Smoke-Free Villages in West Rumbai District,
Pekanbaru City***

Diah Anugrah Dipuja¹

Universitas Riau, Pekanbaru, Indonesia
Email: diah@gmail.com

ABSTRAK

Rokok merupakan pembunuh nomer satu bagi manusia, sangat banyak korban dari keganasan rokok dan sudah tidak terhitung korban yang meninggal akibat rokok. Kondisi ini diperparah dengan semakin banyaknya pabrik-pabrik rokok ditanah air. Akhir-akhir ini pemerintah mempunyai strategi baru untuk menekan jumlah perokok di Indonesia dengan cara menyisipkan gambar-gambar korban dari keganasan rokok pada bungkus rokoknya. Organisasi kesehatan dunia alias world health organization (WHO) menyebut Indonesia menjadi negara ketiga dengan jumlah perokok terbesar di dunia. Tentu saja peringkat tersebut bukan satu hal yang patut dibanggakan. Pasalnya, hampir tidak ada manfaat yang bisa didapatkan dari merokok. Pencanangan kampung tangguh adalah sebagai upaya serta apresiasi dari Pemerintah atas apa yang telah diupayakan masyarakat dalam mencegah dan tangguh dalam menanggulangi pandemi Covid-19. Warga harus tangguh secara jasmani dan rohani dimana harus selalu disiplin dalam penerapan protokol kesehatan. Kampung tangguh memiliki beberapa aspek, meliputi tangguh secara keamanan, tangguh secara kesehatan, tangguh secara pendidikan, tangguh secara ekonomi, tangguh secara informasi dan kreatifitas.

Kata Kunci: Rokok, Protokol Kesehatan.

ABSTRACT

Cigarettes are the number one killer for humans, there are many victims of the malignancy of cigarettes and countless victims have died from smoking. This condition is exacerbated by the increasing number of cigarette factories in the country. Recently, the government has a new strategy to reduce the number of smokers in Indonesia by inserting pictures of victims of the violence of cigarettes on their cigarette packs. The World Health Organization (WHO) said that Indonesia is the third country with the largest number of smokers in the world. Of course the ranking is not something to be proud of. The reason is, there are almost no benefits that can be obtained from smoking. The declaration of a tough village is an effort and appreciation from the Government for what the community has been trying to prevent and be resilient in tackling the Covid-19 pandemic. Residents must be physically and mentally tough which must always be disciplined in the application of health protocols. A tough village has several aspects, including being tough in security, tough in health, tough in education, tough in the economy, tough in information and creativity.

Keyword : Cigarettes, Health Protocol.

PENDAHULUAN

Rokok adalah salah satu permasalahan nasional bahkan telah menjadi permasalahan internasional

yang telah ada sejak revolusi industri. Rokok merupakan salah satu penyumbang terbesar penyebab kematian yang sulit dicegah dalam

masyarakat. Rokok adalah salah satu permasalahan nasional bahkan telah menjadi permasalahan internasional yang telah ada sejak revolusi industri. Rokok merupakan salah satu penyumbang terbesar penyebab kematian yang sulit dicegah dalam masyarakat. Kandungan senyawa penyusun rokok yang dapat mempengaruhi pemakai adalah golongan alkaloid yang bersifat perangsang (stimulant), antara lain: nikotin, nikotirin, anabasin, myosmin Rokok juga termasuk zat adiktif karena dapat menyebabkan adiksi (ketagihan) dan dependensi (ketergantungan) bagi orang yang menghisapnya. Dengan kata lain, rokok termasuk golongan NAPZA (Narkotika, Psikotropika, Alkohol, dan Zat Adiktif). PP no. 109 tahun 2012 menjelaskan yang dimaksud rokok adalah salah satu produk tembakau yang dimaksudkan untuk dibakar lalu dihisap dan atau dihirup asapnya, termasuk rokok kretek, rokok putih, cerutu atau bentuk lainnya yang dihasilkan dari tanaman *nicotiana tabacum*, *nicotiana rustica*, dan spesies lainnya atau sintesisnya yang asapnya mengandung nikotin dan tar dengan atau tanpa bahan tambahan (Kemenkes RI, 2014).

Rokok adalah silinder dari kertas berukuran Panjang antara 70 hingga 120 mm dengan diameter sekitar 10 mm yang berisi dalam tembakau yang telah di cacah. Rokok dibakar pada salah satu ujungnya dan dibiarkan membara agar asapnya

dapat dihirup lewat mulut (Warto, 2013).

Anggapan bahwa merokok berbahaya sebenarnya sudah sangat melekat di masyarakat, terutama setelah pemerintah gencar menerapkan bungkus rokok yang bergambar penyakit-penyakit yang dapat disebabkan oleh kandungan utama rokok yaitu nikotin dan tar. Nikotin adalah senyawa yang berperan atas peristiwa ketergantungan atau kecanduan rokok. Selain nikotin, pada rokok juga terdapat tar yang bersifat karsinogenik yaitu dapat memicu terjadinya kanker. Maka, selain menimbulkan kecanduan, rokok juga dapat mengakibatkan berbagai macam penyakit seperti adenocarcinoma atau kanker bronkus, kanker paruparu, penyakit jantung koroner, gangguan pernapasan, dan masih banyak lagi. Merokok selama kehamilan dapat menyebabkan pertumbuhan janin lambat dan berat badan bayi yang lahir menjadi rendah. Tidak hanya berbahaya bagi diri sendiri, merokok juga dapat merugikan orang disekitar kita. Hal ini karena di dalam asap rokok terkandung lebih dari 500 partikel gas berbahaya (tar dan nikotin) yang dapat menimbulkan kanker di berbagai organ. Meskipun telah banyak diketahui bahayanya, banyak dari perokok yang tidak dapat meninggalkan kebiasaanya. Kebanyakan dari mereka beralasan “merokok ataupun tidak, kematian seseorang sudah pasti datang dan

telah ditakdirkan oleh Tuhan”, namun lebih banyak lagi yang telah mencoba meninggalkan rokok namun terasa sulit dan akhirnya kembali lagi merokok.

Meski pemerintah Indonesia sudah sering menggembargemborkan dampak buruk dari kebiasaan merokok, tetapi nyatanya angka perokok aktif masih saja terus naik. Namun yang lebih mengejutkan, dewasa ini usia perokok di Indonesia semakin muda. Artinya, semakin banyak anak-anak yang masih berusia kurang dari 18 tahun, mulai aktif merokok. Kebiasaan merokok sering disebut sebagai pemicu gangguan kesehatan, salah satunya kanker paru-paru. Tak hanya itu saja, menjadi perokok aktif bisa meningkatkan risiko seseorang mengalami gangguan di hampir semua bagian tubuh, mulai dari jantung, ginjal, pembuluh darah, kesehatan reproduksi, tulang, otak, hingga paru-paru.

Kampung Tangguh Nusantara sendiri merupakan suatu lokasi kampung atau Kelurahan maupun Desa yang memiliki kategori berbagai aspek ditinjau dari aspek kesehatannya apakah Kampung tersebut memenuhi standar protokol kesehatan dengan didirikannya posko kesehatan. Kampung Tangguh harus memiliki masyarakat yang tangguh dalam hal menjaga keamanan lingkungan, memberi kawasan bebas asap rokok demi kesehatan masyarakat, menjaga ketahanan pangan dan menggerakkan

masyarakat yang memiliki skill lewat pelatihan. Program Kampung Tangguh Nusantara ini mempunyai tujuan yakni menciptakan kondisi lingkungan yang tangguh dalam menghadapi pandemi Covid-19. Kampung Tangguh adalah solusi yang diperlukan ketika pandemi berkepanjangan dan berpotensi menciptakan kerusakan. Konsep “Kampung Tangguh” ini sama dengan “Kampung Sehat” yang sama – sama mendorong masyarakat untuk berinisiatif mengatasi masalah secara mandiri dalam menghadapi pandemi yang disebabkan virus corona. Kemandirian itu mulai dari penyediaan ruang isolasi, posko kesehatan, dapur umum, lumbung pangan, penyediaan APD untuk evakuasi pasien hingga kesiapan petugas. Pencanangan kampung tangguh adalah sebagai upaya serta apresiasi dari Pemerintah atas apa yang telah diupayakan masyarakat dalam mencegah dan tangguh dalam menanggulangi pandemi Covid-19. Warga harus tangguh secara jasmani dan rohani dimana harus selalu disiplin dalam penerapan protokol kesehatan. Kampung tangguh memiliki beberapa aspek, meliputi tangguh secara keamanan, tangguh secara kesehatan, tangguh secara pendidikan, tangguh secara ekonomi, tangguh secara informasi dan kreatifitas.

Bencana covid 19 potensial meninggi eskalasinya sehingga semua orang, daerah, ataupun negara harus berusaha secara mandiri untuk

melawan karena hampir semua daerah dan negara mengalami bencana yang sama. Karena semua terdampak, maka asumsi dasarnya kelangkaan daya dukung dari luar sistem sehingga kelompok terkecil masyarakat harus memiliki kemampuan adaptasi yang tinggi, atau ketangguhan tinggi untuk bertahan. Ketidakpastian kapan berakhirnya pandemic, menuntut kita membangun perlawanan jangka panjang yang sistemik, massif, dan efektif sehingga sumberdaya pemerintah yang relatif terbatas tidak terkuras dalam waktu cepat jika pilihan PSBB dilakukan. Oleh karena itu, maka perlu dibangun cara melawan yang lebih sistematis bertumpu sepenuhnya pada kekuatan gotongroyong masyarakat sehingga satgas-satgas yang telah dibuat pada level terendah desa memiliki pedoman untuk mengimplementasikan hingga tingkat kampung/RW/komunitas.

Kenapa perlawanan jangka panjang perlu dilakukan? Ketidakpastian pandemic jika tidak disiasati akan melumpuhkan aktifitas social dan ekonomi dan akan berdampak sangat serius pada tatanan berbangsa dan bernegara. Kebijakan relaksasi, berdamai dengan covid, atau “new Normal” musti mendapatkan dukungan gerakan social pada level akar rumput karena strategi-strategi tersebut masih bersifat makro dan multi tafsir. Oleh karena itu, kampung tangguh ini merupakan upaya untuk memperkuat

aksi melawan Covid 19 yang sebisanya dilakukan secara mandiri oleh masyarakat meskipun tentu saja akan menjadi gerakan lebih cepat apabila mendapat dukungan pemerintah pusat hingga daerah serta aparat ditingkat lapang. penerjemahan berbagai persegi, atau 13,11 persen dari luas Kecamatan Rumbai. Dataran Kelurahan Agrowisata berada di ketinggian 33 meter di atas permukaan laut (Mdpl). Di Kelurahan Agrowisata terdapat sebanyak 17 RT dan 5 RW, dengan jumlah rumah tangga 1.062 Kepala Keluarga (KK). Adapun jumlah penduduk Kelurahan Agrowisata sebanyak 4.195 jiwa, yang terdiri dari 2.150 laki-laki dan 2.045 perempuan.

METODE

Metode pengabdian ini yakni berdasarkan hasil studi dokumen dengan tema kampung bebas asap rokok yang juga dibantu oleh Tim Pengabdian melalui program kerja Kukerta pengabdian Kelurahan Agrowisata UNRI 2021, Begitu banyaknya dampak buruk yang disebabkan oleh rokok, sehingga perlu adanya langkah untuk berhenti menggunakan rokok. Hal tersebut tanpa alasan rokok merupakan pembunuh nomer satu bagi manusia, sangat banyak korban dari keganasan rokok dan sudah tidak terhitung korban yang meninggal akibat rokok. Kondisi ini diperparah dengan semakin banyaknya pabrik-pabrik rokok ditanah air kita. Akhirakhir ini pemerintah mempunyai strategi baru

untuk menekan jumlah perokok di Indonesia dengan cara menyisipkan gambar-gambar korban dari keganasan rokok pada bungkus rokoknya. Diharapkan dengan cara seperti itu akan memberikan efek jera bagi para perokok dan menurunkan jumlah perokok ditanah air kita. Namun pada faktanya cara seperti itu juga.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a) Gambaran Umum

Pengabdian ini dilakukan di Kelurahan Agrowisata adalah salah satu kelurahan di Kecamatan Rumbai Barat, Kota Pekanbaru, Provinsi Riau, Indonesia. Kelurahan ini dibentuk dari wilayah Kelurahan Palas dalam pemekaran wilayah di Kota Pekanbaru tahun 2016. Kelurahan Agrowisata memiliki luas 9,34 kilometer.

b) Tingkat Ketercapaian Sasaran Program

Rokok merupakan pembunuh nomer satu bagi manusia, sangat banyak korban dari keganasan rokok dan sudah tidak terhitung korban yang meninggal akibat rokok. Kondisi ini diperparah dengan semakin banyaknya pabrik-pabrik rokok ditanah air kita. Akhirakhir ini pemerintah mempunyai strategi baru untuk menekan jumlah perokok di Indonesia dengan cara menyisipkan gambar-gambar korban dari keganasan rokok pada bungkus rokoknya. Diharapkan dengan cara seperti itu akan memberikan efek jera

bagi para perokok dan menurunkan jumlah perokok ditanah air kita. Namun pada faktanya cara seperti itu juga kurang berpengaruh dalam hal menekan jumlah perokok. Disisi lain, ada beberapa perokok yang mempunyai iktikad baik untuk berhenti merokok, yaitu dengan cara mengurangi konsumsi rokok setiap harinya.

Modal utama sukses untuk berhenti merokok adalah niat dan tekad yang kuat dari perokok itu sendiri. Rokok memiliki kekuatan adiksi yang terbilang besar. Orang yang terlanjur memiliki kebiasaan merokok, sulit untuk menghentikannya. Karena itu, apabila suatu saat seorang perokok menghentikan kebiasaannya, pasti ia akan terasa tersiksa baik fisik maupun mentalnya.

Dalam kehidupan setiap hari seseorang biasanya pernah menghadapi pengalaman yang membuat kaget yang hendak bawa kehidupannya berputar arah. Pengalaman tersebut dapat membuat orang menjadi pasrah dan setelah itu bisa menjadi titik balik hidupnya jadi lebih baik ataupun sebaliknya. Begitu pula dalam merokok, mantan pecandu rokok mengatakan bahwa terdapat pengalaman hidup yang membuatnya pasrah dan hal tersebut membuat tekadnya semakin bulat untuk berhenti merokok.

Untuk menciptakan program berhenti merokok, jelas saja terdapat aspek yang memudahkannya. Mereka berasumsi jika mereka sanggup untuk

berhenti dari kebiasaan merokok. Kekuatan pikiranlah yang sangat memastikan sikap mereka. Adanya hasrat, niat, keinginan, serta transformasi sikap yang melandasi mereka untuk berhenti merokok. Sedang faktor yang mendukung dalam proses berhenti dari perilaku merokok secara mandiri sesuai dengan hasil wawancara sebagai berikut: 1. Adanya dukungan dari keluarga besar 2. Keyakinan subjek untuk berhasil menjalani proses tersebut. 3. Keinginan subjek untuk tidak mengalami stroke seperti ayahnya Selain dari beberapa faktor pendukung juga ada faktor yang menghambat dari proses keinginan untuk berhenti dari perilaku merokok secara mandiri tersebut antara lain: 1. Niat yang masih labil tidak menentu. 2. Pertama melakukan program ini

Partisipan masih suka gampang terpengaruh dengan teman-teman sepeergaulannya. Dari beberapa faktor pendukung dan penghambat diatas terdapat juga bentuk dukungan sosial yang diperoleh seperti: 1. Dukungan emosi: keluarga subjek selalu memberikan perhatian penuh kepada subjek, agar subjek dapat dengan lancar dan nyaman dalam menjalani proses berhenti merokok 2. Dukungan penghargaan: keluarga subjek sangat menyetujui niat subjek yang ingin berhenti merokok 3. Dukungan instrumental: keluarga subjek menyediakan banyak waktu untuk membantu subjek dalam menjalani proses berhenti merokok 4. Dukungan informasi: keluarga

banyak memberikan nasehat-nasehat saat subjek ingin merokok kembali. Berhenti merokok mengakibatkan mereka bertambah tahu apa itu ancaman rokok. Adanya pemahaman bahaya merokok yang disebarluaskan baik oleh pemerintah ataupun LSM anti rokok diharapkan para perokok juga ada kemauan untuk berhenti merokok, alhasil kerugian yang dirasakan oleh perokok pasif akan terjaga. Banyak orang dari perokok aktif mengatakan bahwa kenikmatan merokok itu sangat menyenangkan dan dapat menghilangkan stres (Aksol, 2021). Banyak pula orang mengatakan sulit sekali untuk meninggalkan kebiasaan atau lebih tepatnya kecanduan rokok (Fawzani & Triratnawati, 2005).

Mengapa dikatakan kecanduan, karena kebiasaan ini tidak bisa ditinggalkan begitu saja dan harus dipenuhi jika diinginkan serta rasa nikmat yang diburu. Padahal semua masyarakat dan khususnya perokok itu sendiri tahu benar bahwa merokok itu berbahaya bagi kesehatan khususnya paru-paru dan jantung, namun mereka masih tetap merokok. Inilah yang mempertegas bahwa merokok masuk dalam kategori kecanduan zat tertentu (nikotin) untuk menimbulkan rasa nikmat yang dalam bagi pecandunya.

Hanya dengan tekad yang serius untuk menolak semua ajakan dan keinginan untuk merokok adalah yang sangat penting, karena dari titik inilah kita selalu dapat mengontrol

diri dalam setiap tindakan khususnya kecanduan rokok. Karena jika berkompromi dengan rokok, maka sebenarnya manusia yang tidak dapat memegang teguh prinsip hidup pribadinya. Jadi, tetaplah yakin bahwa kecanduan rokok mampu dihentikan dan tetap ingatlah selalu pada prinsip hidup yang benar. Salah satunya adalah tidak merokok. Keinginan untuk hidup sehat, panjang umur, terbebas dari gangguan kesehatan maupun penyakit mendorong perokok untuk terlepas dari penderitanya. Alasan berhenti merokok bisa dipengaruhi faktor kesehatan, keluarga, dan organisasi keagamaan. Faktor kesehatan yaitu munculnya gangguan-gangguan seperti hipertensi, nyeri dada, demam tinggi maupun batuk. Sementara itu penolakan anggota keluarga terhadap perokok mengakibatkan adausaha keras untuk berhenti merokok. Faktor keluarga sebagai alasan berhenti merokok termasuk keprihatinan melihat anak dan istri yang mengikuti jejaknya sebagai perokok serta adanya balita di rumah yang akan terkena pengaruh negatif asap rokok. Sementara itu, faktor organisasi keagamaan menyangkut organisasi keagamaan yang dianutnya menjadi faktor penting dalam hidupnya yang telah memberi pencerahan padanya agar menjauhi rokok, karena pengaruh negatif dari rokok lebih besar daripada positifnya. Salah satu metode yang juga dapat memudahkan seseorang berhenti merokok adalah menjalani terapi farmakologi, yaitu

dengan terapi pengganti nikotin atau Nicotine Replacement Therapy (NRT). Prinsip dasar NRT adalah dengan menggantikan nikotin dalam tubuh dengan selain rokok, sehingga dapat mengurangi gejala-gejala berhenti merokok, seperti depresi, mudah marah, cemas, sakit kepala dan perubahan nafsu makan (WHO, 2016).

SIMPULAN

Rokok adalah salah satu permasalahan nasional bahkan telah menjadi permasalahan internasional yang telah ada sejak revolusi industri. Rokok merupakan salah satu penyumbang terbesar penyebab kematian yang sulit dicegah dalam masyarakat. Rokok merupakan salah satu penyumbang terbesar penyebab kematian yang sulit dicegah dalam masyarakat

Untuk menciptakan program berhenti merokok, jelas saja terdapat aspek yang memudahkannya. Mereka berasumsi jika mereka sanggup untuk berhenti dari kebiasaan merokok. Kekuatan pikiranlah yang sangat memastikan sikap mereka. Adanya hasrat, niat, keinginan, serta transformasi sikap yang melandasi mereka untuk berhenti merokok.

DAFTAR PUSTAKA

- Ahmad Sarwat, L. (2019). Halal Haram Rokok.
- Asngad, M. (2015). Persepsi Mahasiswa Terhadap Peringatan Bahaya Merokok Pada Setiap Kemasan Rokok.

- Dewanti, A. M. (2010). Perancangan Model Simulasi Shop Floor Layout Pada Unit Sigaret Kretek Mesin (SkM) Pt. Djitoe Indonesian Tobacco Coy Surakarta.
- Fajar, R. (2011). Bahaya merokok.
- Gultom, A. Y. (2017). Perbedaan Pewarnaan Pada Bahan Restorasi Kompomer Yang Disebabkan Oleh Rokok Kretek dan Rokok Putih .
- Happy Wahyuning Tyas, M. A. (2021). Pengaruh Rokok Terhadap Kesehatan Manusia.
- Michael Horax, L. W. (2017). Media Interaktif Tentang Bahaya Merokok Bagi Pelajar.
- Novariant, J. (2015). Hubungan persepsi remaja tentang peringatan Kesehatan bergambar pada kemasan rokok dengan motivasi berhenti merokok pada remaja di Madrasah Aliyah Al-Qodiri Kecamatan Patrang, Kabupaten Jember. Jember.
- Prayoga, I. (2013). Survey Tingkat Konsumsi Rokok Terhadap Tingkat Kebugaran Jasmani Pada Siswa Kelas Xi Sman 1 Sintang.
- Rahmawati, A. (2018). Analisis Perbandingan Kerusakan Aleveous Paru Tikus Rattus Norvegicus Terhadap Paparan Asap Rokok Konvensional Dan Elektrik.
- Setyani, A. T. (2018). Pengaruh Merokok Bagi Remaja Terhadap Perilaku Dan Pergaulan Sehari-hari.
- Sukma, Y. H. (2020). Perbedaan Perokok Elektrik Dan Non Elektrik Terhadap Derajat Pigmentasi Gingiva (Smoker's Melanosis).
- Tia Zhalina Santoso, M. C. (2013). Peningkatan Kualitas Rokok Sigaret Kretek Tangan (Skt) Dengan Metode Six Sigma (Studi Kasus Pada Pt Djarum Kudus-Skt Bl 53).
- YASIR MOKODOMPIS, S. M. (2020). Hidup Cerdik Enyahkan Asap Rokok DI SMP 2 Satu Atap Bulango Utara. Bulango Utara.