



CEGAH KANKER PARU DENGAN TIDAK MEROKOK

Volume 3 | No. 22 | Penulis: Sony Sugiharto, Rahel Abigael Putri Sabatini Simanjuntak, Olivia Larissa | Editor: Frangky Selamat



CEGAH KANKER PARU DENGAN TIDAK MEROKOK

* Sony Sugiharto | marias@fk.untar.ac.id

** Rahel Abigael Putri Sabatini Simanjuntak | rahel.405190122@stu.untar.ac.id

*** Olivia Larissa | olivia.405190185@stu.untar.ac.id

Editor: Frangky Selamat

Di Indonesia kanker paru merupakan kanker terbanyak ketiga setelah kanker payudara dan kanker serviks. Kanker Paru adalah penyebab utama kematian akibat kanker. Kanker paru adalah kanker yang tumbuh dari sel-sel epitel yang melapisi saluran napas di paru. Gejala kanker paru adalah batuk berkelanjutan, batuk darah, suara serak, sesak, nyeri dada, berat badan turun, kelelahan tanpa sebab yang jelas, pembengkakan pada muka dan leher, sakit kepala, dan sakit pada tulang (bila kanker telah menyebar ke tulang). Faktor risiko utama kanker paru adalah merokok, faktor lainnya adalah genetik, usia, karsinogen dan gaya hidup. Menurut Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) yang dilakukan oleh Badan Pusat Statistik (BPS) pada bulan Maret 2019, jumlah perokok di DKI Jakarta pada penduduk usia ≥ 15 tahun sebesar 26% dan rata-rata menghabiskan 10,3 batang rokok per hari.

Kelurahan Tomang merupakan salah satu kelurahan yang berada di wilayah Jakarta Barat. Dari wawancara yang dilakukan dengan beberapa kader masih banyak warga di kelurahan Tomang yang merokok. Merokok adalah faktor risiko yang dapat diubah, oleh karena itu untuk menurunkan insiden kanker paru perlu peningkatan pengetahuan yang dapat dilakukan dengan penyuluhan. Pada tanggal 18 September 2021 dilakukan penyuluhan mengenai kanker paru, faktor risiko dan pencegahannya pada kader Kelurahan Tomang.

Asap rokok mengandung 7000 komponen kimia, 70 zat karsinogen yang 20 diantaranya menyebabkan kanker paru.(Hecht et al., 2017). Asap rokok tidak hanya membahayakan bagi orang yang merokok tetapi juga orang di sekitarnya (perokok pasif). Orang yang langsung menghirup asap

rokok yang sedang dibakar disebut sebagai *second hand smoke*. Paparan terhadap perokok pasif tidak berhenti pada saat orang berhenti merokok, karena kontaminasi asap rokok dapat bertahan pada permukaan meja, kursi, tembok, pakaian dan lain sebagainya yang dikenal sebagai *third hand smoke*. Kanker paru tidak hanya mengenai perokok aktif tetapi juga bisa mengenai perokok pasif.

Perempuan di Indonesia pada umumnya tidak merokok, tetapi mendapatkan paparan asap orang di sekitarnya. Penelitian Ernawati dkk menunjukkan perempuan yang orangtuanya merokok menunjukkan risiko terkena kanker paru 13,46 kali dibanding orangtua yang tidak merokok, sedangkan perempuan yang terpapar asap rokok suami memiliki risiko kanker paru 2,97 kali dibanding orangtua yang tidak merokok. (Ernawati et al., 2019).

Rokok yang biasanya dikenal adalah benda berbentuk silinder dengan ukuran panjang 7-12 cm, diameter 1 cm, terbuat dari kertas yang berisi cacahan daun tembakau kering. Saat ini dikenal jenis rokok yang lain seperti shisha (rokok arab) dan rokok elektrik. Shisha adalah tembakau yang dicampur dengan aroma buah-buahan dan rempah-rempah yang dihisap dengan alat khusus. Rokok elektrik merupakan suatu alat yang berfungsi seperti rokok tetapi tidak menggunakan tembakau, melainkan mengubah cairan menjadi uap yang dihisap oleh perokok ke dalam paru-paru. Rokok elektrik umumnya mengandung nikotin, zat kimia, dan zat perasa.

Banyak perokok yang ingin berhenti merokok beralih ke rokok elektrik karena beranggapan rokok elektrik lebih aman karena tidak mengandung tembakau. Penelitian Tang dkk membuktikan eksposur rokok elektrik pada mencit selama 54 minggu menyebabkan kanker paru pada 9 dari 40 mencit (22,5%). (Tang et al., 2019)

Penyuluhan dihadiri oleh 38 peserta berusia 20 - 63 tahun. Dari kuesioner yang didedarkan didapatkan pengetahuan peserta akan bahaya merokok cukup baik, tetapi sebagian peserta (44,7%) masih mempunyai anggota keluarga yang merokok. Sebanyak 13 peserta (34,2%) tidak mengetahui bila rokok elektrik dapat menyebabkan kanker paru.

Penyuluhan ini juga berhasil memotivasi peserta untuk berani menegur anggota keluarga dan masyarakat sekitar untuk tidak merokok di dalam rumah dan di sekitar anak-anak/balita. Berhenti

merokok bukan merupakan hal yang mudah karena nikotin yang ada di dalam rokok menimbulkan kecanduan. Perlu tekad yang kuat dan dukungan dari keluarga dan lingkungan sekitar. Pendampingan yang profesional dari petugas kesehatan juga diperlukan. Untuk mereka yang tidak mempunyai waktu ke fasyankes, Kemenkes juga menghadirkan layanan berhenti merokok di Quitline berhenti merokok 0-800-177-6565.

* Dosen Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara

** | *** Mahasiswa Fakultas Kedokteran, Universitas Tarumanagara