

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Merokok mengganggu kesehatan barangkali merupakan istilah yang tepat, namun tidak populer dan tidak menarik bagi perokok. Banyak orang sakit akibat merokok, tetapi orang tidak berhenti merokok. Banyak penyakit telah terbukti merupakan akibat buruk merokok, baik secara langsung maupun tidak langsung. Banyak perokok yang mengalami kesulitan untuk menghentikan kebiasaannya merokok. Merokok adalah sebuah kebiasaan, perilaku hidup seseorang. Banyak yang berpendapat dengan merokok, mereka mendapatkan ketenangan, segala masalah yang ada terasa menjadi ringan dengan menghisap rokok. Padahal tanpa disadari merokok dapat berpengaruh pada kesehatan tubuh terutama kesehatan paru-paru. Kebiasaan merokok juga telah cukup banyak mempengaruhi masyarakat dinegeri kita, kebiasaan merokok dikalangan remaja juga cukup memprihatinkan.

Ketenangan yang didapatkan dari menghisap rokok berasal dari nikotin yang dikandung oleh tembakau rokok. Nikotin ini merangsang otak untuk memproduksi dopamin, sebuah senyawa yang membuat seorang perokok mendapatkan efek relaksasi, rasa tenang. Dalam tiap rokok pasti mengandung nikotin dengan kadar yang berbeda-beda. Nikotin ini berasal dari tembakau rokok, dan tembakau rokok menghasilkan berbagai macam penyakit yang akan mengganggu cara kerja paru-paru sehingga kemampuan paru-paru akan lemah

apabila sering menghisap tembakau tersebut. Kemampuan kapasitas paru-paru tiap orang sangat berbeda-beda, salah satu faktor yang membedakannya adalah usia.

Selain faktor usia, merokok juga sangat berpengaruh pada kemampuan paru-paru seseorang. Bagaimana kemampuan paru-paru perokok aktif? Kemampuan paru-paru seorang perokok aktif apabila seseorang merokok dalam jumlah yang banyak dalam sehari (12-16) batang perhari maka perlahan-lahan kemampuan paru-paru akan semakin lemah dan lama-kelamaan akan tidak dapat berfungsi lagi sampai menyebabkan resiko kematian.

Merokok menyebabkan luka terhadap saluran pernafasan dan kantong udara dari paru-paru yang dapat menyebabkan penyakit paru-paru. Perokok lebih banyak terkena infeksi saluran pernafasan dibandingkan bukan perokok, sehingga kemampuan kapasitas vital paru-paru perokok aktif sangat lemah dibandingkan dengan yang bukan perokok. Seperti telah dijelaskan diatas bahwa merokok dapat menimbulkan berbagai macam penyakit, salah satu penyakit yang di timbulkan oleh merokok adalah kanker paru-paru.

Diketahui sebagian besar kasus kanker paru diakibatkan oleh rokok. Hal ini karena asap rokok akan masuk secara inhalasi ke dalam paru-paru. Zat dari asap rokok ini akan merangsang sel di paru-paru menjadi tumbuh abnormal. Diperkirakan 1 dari 10 perokok sedang, dan 1 dari 5 perokok berat akan meninggal akibat kanker paru. Semakin banyak rokok yang dihisap, semakin besar pula resiko untuk menderita kanker paru-paru. Hanya sebagian kecil kanker paru-paru yang disebabkan oleh zat yang terhirup di tempat bekerja, meskipun biasanya hanya terjadi pada pekerja yang juga perokok.

Umumnya tidak ada satu pun organ di dalam tubuh yang tidak terpengaruh oleh asap rokok, karena hampir semua bagian tubuh bisa rusak oleh rokok. Hal ini karena di dalam satu batang rokok mengandung lebih dari 3000 senyawa kimia yang beberapa diantaranya termasuk racun dan sewaktu-waktu bisa menyebabkan kanker. Resiko terkena kanker paru tidak hanya dari perokok aktif saja tetapi bisa dari perokok pasif. Meningkatnya resiko terkena kanker paru juga bisa disebabkan menghirup sisa asap rokok di rumah atau dilingkungan orang yang merokok. Lebih besar resiko yang diterima oleh perokok pasif dibandingkan perokok aktif yang membuat pernafasan akan tersumbat dan terganggu sehingga kemampuan alat vital paru-paru akan rusak.

Semakin banyak kita mengkonsumsi rokok maka semakin banyak pula peluang untuk membuat kemampuan kapasitas paru-paru semakin melemah dan mudah terkena penyakit. Seperti kita ketahui paru-paru berada pada rongga dada, berfungsi mengatur keluar masuknya udara ke dalam tubuh, mengambil oksigen dan mengeluarkan karbondioksida. Dengan kata lain apabila saluran pernafasan yang berfungsi sebagai alat untuk menghirup dan menghembuskan nafas, apabila sudah tercampur dengan asap rokok maka akan membuat alat vital paru-paru tidak dapat bekerja dengan baik.

Merokok dengan kadar terendah tidak mengurangi resiko untuk kita terkena gangguan pada kemampuan alat vital pernafasan yaitu paru-paru. Jika merokok sudah terbiasa mulai pada masa anak-anak dan remaja akan menghambat pertumbuhan paru-paru. Fungsi paru-paru yang merupakan ukuran seberapa efektif

paru-paru memasukkan dan mengeluarkan udara dari dan ke dalam tubuh, menurun secara alamiah bila beranjak tua. Proses ini menurun lebih cepat pada para perokok dibandingkan dengan tidak perokok.

Merokok tembakau mengurangi kemampuan paru-paru untuk menyerap oksigen dan dapat menyebabkan masalah kesehatan yang tidak terhitung jumlah kerusakannya. Tentu saja perokok jangka panjang atau perokok aktif juga selalu menyebabkan masalah pernapasan di paru-paru menjadi terpengaruh.

Paru-paru merupakan cabang akhir dari pernapasan dan bekerja dengan memindahkan oksigen dan karbon dioksida di paru-paru sebagai bagian dari sistem untuk pertukaran gas. Sebagai paru-paru gagal dan mati yang baru berkembang, tidak seefektif paru-paru asli sebelum kita mulai merokok. Semua masalah yang timbul akan menyebabkan masalah paru-paru lebih lanjut yang dapat menjadi skenario kasus buruk menyebabkan sejumlah penyakit parah dan komplikasi lainnya yang akan timbul di dalam paru-paru.

Tembakau yang kita hisap tentu saja mengandung nikotin membuat proses kecanduan yang berbahaya karena nikotin akan menampilkan sisi mempengaruhi ketika seseorang berhenti mengambil bagian dalam kebiasaan merokok. Sisi ini akan menampilkan diri sebagai perilaku mudah marah, penyimpangan konsentrasi, tingkat stres meningkat, masalah ketika akan tidur, dan lain-lain sehingga akan berpengaruh pada kesehatan dari para perokok aktif.

Penyakit paru-paru dalam jangka waktu lama (menahun) atau PPOM adalah suatu penyumbatan menetap pada saluran pernafasan. PPOM lebih sering menyerang laki-laki dan sering berakibat fatal, selain itu juga lebih sering terjadi

pada suatu keluarga, sehingga diduga ada faktor yang diturunkan. Bekerja di lingkungan yang tercemar oleh asap kimia atau debu yang tidak berbahaya, bisa meningkatkan resiko terjadinya penyakit paru-paru. Tetapi kebiasaan merokok pengaruhnya lebih besar dibandingkan dengan bekerja ditempat yang tidak tercemar oleh asap kimia dan tidak berbahaya, dimana lebih besar perokok menderita penyakit paru-paru yang lama-kelamaan akan mengalami gangguan pada kemampuan alat pital paru-paru bahkan mengalami resiko kematian.

Angka kematian karena penyakit paru-paru pada perokok lebih tinggi dibandingkan dengan angka kematian karena penyakit paru-paru pada bukan perokok. Sejalan dengan penambahan usia, perokok aktif akan mengalami penurunan fungsi paru-paru yang lebih cepat daripada bukan perokok. Semakin banyak rokok yang dihisap, semakin besar kemungkinan terjadinya penurunan fungsi paru-paru. Penyebab utamanya yakni dari penyumbatan aliran udara pada penyakit ini, yaitu emfisema dan bronkitis kronis.

Emfisema adalah suatu pelebaran kantung udara kecil (alveoli) di paru-paru, yang disertai dengan kerusakan pada dindingnya. Dalam keadaan normal, sekumpulan alveoli yang berhubungan ke saluran nafas kecil (bronkioli), membentuk struktur yang kuat dan menjaga saluran pernafasan tetap terbuka. Pada emfisema, dinding alveoli mengalami kerusakan, sehingga bronkioli kehilangan struktur penyangganya. Dengan demikian, pada saat udara dikeluarkan, bronkioli akan mengkerut. Struktur saluran udara menyempit dan sifatnya menetap.

Bronkitis kronis adalah batuk menahun yang menetap, yang disertai dengan pembentukan dahak dan bukan merupakan akibat dari penyebab yang secara medis diketahui (misalnya kanker paru-paru). Merokok akan mengakibatkan kerusakan lebih lanjut pada pertahanan paru-paru, yaitu dengan cara merusak sel-sel seperti rambut silia yang secara normal membawa lendir ke mulut dan membantu mengeluarkan bahan-bahan beracun.

Gejala awal dari penyakit paru-paru akan muncul setelah 5-10 tahun merokok adalah batuk dan adanya lendir. Batuk biasanya ringan dan sering disalah artikan sebagai batuk normal perokok, walaupun sebetulnya tidak normal. Hal-hal serta pemikiran tersebut yang nantinya akan mempengaruhi kemampuan sistem kerja paru-paru atau kemampuan kapasitas paru-paru perokok yang lama-lama akan semakin tidak berfungsi lagi dan bekerja dengan baik serta menurun dengan drastis. Gejala lain yang muncul selain batuk adalah sesak nafas, seseorang yang sudah menjadi perokok aktif akan selalu mengeluh pada dadanya karena susah untuk bernafas dan apabila tidak segera dihentikan maka akan menyebabkan paru-paru lemah. Gejala-gejala tersebut baru akan terasa apabila sudah berusia lanjut, karena pada usia lanjut merokok lebih identik dengan kegiatan sehari-hari.

Pada usia lanjut, akibat banyak mengkonsumsi rokok sering timbul sesak nafas waktu bekerja dan bertambah parah secara perlahan, akhirnya sesak nafas akan dirasakan pada saat melakukan kegiatan rutin sehari-hari. Tidak menutup kemungkinan juga pada usia lanjut semakin banyak merokok semakin membuat kemampuan fungsi paru-paru semakin lemah dan tidak berfungsi, sebab semakin tua usia seseorang semakin lemah sistem kerja paru-paru apalagi bagi para perokok

aktif. Sering kita jumpai seseorang yang memaksakan diri untuk terus mengkonsumsi rokok meskipun telah diketahui sangat berpengaruh pada paru-paru. Hal tersebut dikarenakan faktor kecanduan barang yang beracun tersebut sehingga susah untuk dihilangkan, yang tanpa dia sadari perlahan-lahan akan merusak kemampuan paru-paru untuk bernafas.

Untuk menunjukkan adanya sumbatan aliran udara dan untuk mengetahui seberapa besar kemampuan alat vital paru-paru, dilakukan pengukuran volume penghembusan nafas dalam beberapa detik dengan menggunakan spirometer. Pada penderita penyakit paru-paru jangka menahun akan terjadi penurunan aliran udara selama penghembusan nafas.

Bila Anda seorang perokok aktif menahun, atau tergolong beresiko tinggi terkena kanker paru-paru dan anda sedang mencari alternative jalan keluarnya, dalam hal ini dapat membantu mempercepat proses detoksifikasi racun-racun yang sudah lama terdapat dalam tubuh akibat asap rokok sebaiknya dapat menghubungi dokter dan yang paling penting adalah hilangkan kebiasaan merokok agar kemampuan paru-paru akan secara perlahan bisa kembali bekerja dengan baik.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas bahwa rokok sangat berpengaruh bagi tingkat kesehatan pada diri seseorang utamanya bagi kaum laki-laki, karena rokok bukan hal yang asing lagi bagi kaum laki-laki baik muda maupun tua. Resiko utama dari mengkonsumsi rokok adalah berpengaruh pada kapasitas vital paru-paru, sehingga membuat kemampuan kapasitas paru-paru semakin lemah dan tidak dapat bekerja dengan baik. Dalam artian semakin sering mengkonsumsi rokok semakin

besar peluang untuk terserang penyakit dalam paru-paru, salah satunya adalah kanker paru-paru.

Karena merokok merupakan penyebab paling penting dari penyakit dalam paru-paru, maka pengobatan utama adalah berhenti merokok. Menghentikan kebiasaan merokok pada saat penyumbatan aliran udara masih ringan atau sedang, akan memperlambat timbulnya sesak nafas. Tetapi, berhenti merokok pada stadium manapun dari penyakit ini, pasti akan memberikan banyak keuntungan.

Selain mengganggu, merusak, dan menimbulkan penyakit serta gangguan pada paru-paru dan sistem pernapasan manusia, merokok juga dapat menyebabkan timbulnya berbagai gangguan dan penyakit yang lain. Gangguan dan penyakit tersebut diantaranya adalah Jantung Koroner, Stroke, Memudahkan terjangkit AIDS, Gangguan Fisiologis, dan masi banyak lagi dampak yang timbul akibat dari merokok.

Berdasarkan keterangan dan penjelasan diatas maka masalah dapat di identifikasikan sebagai berikut: Mengapa merokok selalu identik dengan paru-paru? Bagaimana kemampuan paru-paru perokok? Apakah dengan merokok dapat membuat paru-paru menjadi lemah dan mudah terserang penyakit?

C. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah diatas, maka masalah dalam penelitian ini dirumuskan sabagai berikut: ‘Bagaimanakah kemampuan kapasitas vital paru-paru pada perokok aktif di kelurahan Botu kota Gorontalo?

D. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mendeskripsikan kemampuan kapasitas vital paru-paru pada perokok aktif yang ada di kelurahan Botu kota Gorontalo.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Untuk menambah lagi wawasan mengenai bahaya merokok bagi kesehatan tubuh dan seberapa besar dampak kerugian yang di dapat akibat merokok.

2. Manfaat Praktis

- a. Sebagai informasi sehingga masyarakat dapat lebih memahami makna dari kesehatan dan dampak akibat merokok.
- b. Diharapkan dapat memberikan pengetahuan kepada masyarakat tentang gejala dan akibat dari merokok.