

Untuk Kurangi Jumlahnya, Perokok Aktif Perlu Didampingi

Kamis, 02-02-2017

MUHAMMADIYAH.OR.ID, BANTUL - Banyaknya jumlah perokok aktif di Indonesia tentu berdampak pada kesehatan penduduk secara keseluruhan. Oleh karenanya, mengurangi jumlah perokok aktif merupakan hal penting yang perlu dilakukan, terutama dengan adanya pendampingan dari beberapa pihak.

Direktur Muhammadiyah Tobacco Control Center (MTCC) UMY, Winny Setyonugroho, dalam Pelatihan Quit Now Stop Smoking Program, pada Rabu (01/02), mengungkapkan bahwa dengan didampingi, para perokok aktif akan lebih termotivasi untuk segera berhenti merokok. "Menurut penelitian, hanya 10% perokok yang sukses berhenti dengan tanpa didampingi. Sedangkan dengan pendampingan, jumlah persentasenya lebih tinggi. Oleh karenanya, perlu bagi kita untuk ikut mendampingi mereka," ujar Winny.

Terkait pelatihan yang diselenggarakan di Ruang Sidang AR Fakhruddin A lantai 5 hingga Jum'at (03/02) tersebut, Dianita Sugiyono, S.Kep, Ns.MHD, selaku wakil Direktur MTCC UMY menjelaskan bahwa para peserta akan dibekali tujuh langkah untuk berhenti merokok. Tujuh langkah tersebut antara lain bersiap untuk berhenti, waktunya untuk berhenti, menaklukkan kecanduan nikotin, memilih kebiasaan baru, hidup bebas dari asap rokok, tetap berhenti, dan menang seumur hidup.

"Program ini adalah program training untuk konselor klinik berhenti merokok, bekerja sama dengan H.E.L.P. Foundation di Asian Aid di Australia. Jadi training ini pembicaranya dari Australia dan ada beberapa dokter dari Indonesia juga. Kami melibatkan seluruh peserta dari Indonesia, ada yang dari unsur Universitas yang memiliki Fakultas Kedokteran atau Kesehatan Masyarakat atau keperawatan, lalu Rumah Sakit, Puskesmas, Balai Pengobatan, Dinas Kesehatan, dan yang lainnya," jelas Dianita.

Dalam pelatihan tersebut, peserta yang merupakan para konselor di klinik berhenti merokok dihibau untuk memandu para perokok agar mereka bisa tertolong untuk berhenti merokok. Penanganan yang dilakukan-pun beragam tidak hanya dari segi medis, namun juga dijelaskan Dianita, ada terapi perilaku.

"Harapannya bagi peserta bisa menyebarkan pengetahuannya juga ke konselor yang lain, karena memang metodenya banyak sekali dan MTCC sudah beberapa kali mengadakan serial untuk konselor klinik berhenti merokok dengan materi yang berbeda. Ini adalah materi yang kesekianya. Jadi ada terapi komunikasi, seven step quit smoking dari Australia, dan lainnya. Jadi kita memang selalu mengupdate para peserta yang dahulunya mungkin pernah ikut agar bisa melengkapi metode-metode untuk menolong para perokok itu untuk berhenti," tutup Dianita. **(adam)**

Sumber : BHP UMY