

Stunting dalam Kepulan Asap Rokok

25/01/2022 19:48:53



Hari Gizi Nasional kita peringati hari ini (25/1) dan stunting masih menjadi tema utama di samping masalah obesitas.

HARI Gizi Nasional kita peringati hari ini (25/1) dan stunting masih menjadi tema utama di samping masalah obesitas. Upaya penurunan stunting makin kencang digaungkan mengingat target nasional penurunan stunting ke angka 14 persen harus tercapai pada 2024 alias dua tahun lagi.

Diperlukan kerja ekstrakeras untuk berada pada angka tersebut mengingat hasil studi status gizi Indonesia (SSGI) tingkat nasional 2021 menunjukkan prevalensi balita stunting berada pada kisaran 24,4 persen. Bila menilik tren dua tahun ke belakang, di mana prevalensi stunting hanya dapat diturunkan 3,3 persen, target di atas sulit terkejar meski tidak mustahil.

Lalu ada apa dengan kepulan asap rokok dan mengapa stunting berada dalam pusarannya? Tak bisa dimungkiri, terdapat ungkapan lama yang masih relevan hingga masa kini, yaitu "Indonesia adalah surga bagi perokok". Bagaimana tidak, Indonesia berada di urutan kedua untuk jumlah batang rokok terbanyak yang dikonsumsi setelah Tiongkok pada tahun 2018 atau naik tiga peringkat dari 2006. Hal itu disebabkan Amerika, Rusia, dan Jepang mengalami penurunan konsumsi rokok.

Sementara itu, hasil studi yang dilakukan [Lihat di App Matain](#) (<https://play.google.com/store/apps/details?id=com.matain.www>) pada ibu hamil, berlanjut hingga bayi lahir dan berusia 6 bulan di DKI Jakarta tahun 2017–2019, juga mengungkap fakta bahwa 71,2 persen bayi tinggal dengan perokok. Dan ayah adalah kontributor utama paparan asap rokok terhadap bayi. Hasil studi

tersebut tak berbeda jauh dengan studi oleh peneliti lain belasan tahun silam di mana prevalensi ayah perokok saat itu mencapai kisaran 73 persen dari ratusan ribu rumah tangga miskin perkotaan di Indonesia.

Secara keseluruhan, jumlah perokok usia di atas 15 tahun adalah 89,6 juta orang atau 33,8 persen dari jumlah penduduk Indonesia. Data itu sesuai dengan hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018. Besarnya jumlah perokok di Indonesia membawa berbagai konsekuensi kesehatan, termasuk terhadap mereka yang tidak merokok atau perokok pasif, terutama ibu dan balita. Pada balita, paparan asap rokok sangat mungkin terjadi mengingat mereka menghabiskan sebagian besar waktunya di dalam rumah.

Sayangnya, balita tidak bisa memilih tinggal dengan perokok atau bukan. Dan si balita harus dihadapkan pada risiko yang berbahaya untuk kesehatannya. Beberapa studi membeberkan dampak buruk balita yang terpapar asap rokok. Antara lain berisiko mengalami sudden infant death syndrome (SIDS), yaitu sindrom yang mengakibatkan kematian mendadak pada bayi, gangguan pernapasan, kanker, dan penyakit lainnya. Selain itu, balita berisiko mengalami perlambatan pertumbuhan berat dan panjang badan serta gangguan perkembangan otak.

Dalam studi systematic review pada sebuah jurnal internasional di mana penulis menjadi first author, terdapat hubungan signifikan antara ayah yang perokok dan risiko stunting pada anak di beberapa studi. Ada berbagai mekanisme potensial terkait bagaimana paparan asap rokok memengaruhi pertumbuhan anak. Asap rokok berisi lebih dari 4.000 zat kimia yang beberapa di antaranya merupakan bahan karsinogenik utama yang dapat melintasi plasenta dan secara langsung memengaruhi pusat hipotalamus anak. Sehingga hal itu dapat mengakibatkan penurunan kecepatan pertumbuhan badan.

Peneliti lainnya menyebutkan bahwa pertumbuhan panjang badan yang lebih rendah pada bayi yang terpapar asap rokok mungkin disebabkan kadmium dalam asap rokok, yang mengakibatkan hambatan pembentukan tulang dan memperlambat pertumbuhan panjang badan. Selain karena kandungan asap rokok yang berbahaya, studi lainnya juga mengungkap bahwa sejumlah besar pendapatan sang ayah tersedot untuk konsumsi rokok. Dengan demikian, jatah untuk pembelian bahan makanan yang bergizi dan berguna untuk pertumbuhan anak menjadi berkurang.

Padahal, masa 1.000 hari pertama kehidupan (selama kehamilan hingga anak usia dua tahun) merupakan periode unik untuk meraih kesempatan menetapkan fondasi bagi kesehatan dan pengembangan yang optimal di seluruh masa hidupnya. Gizi dan pola asuh yang tepat selama periode emas tersebut tidak hanya akan memengaruhi kemampuan anak bertahan hidup, tetapi juga tumbuh dan berkembang serta keluar dari lingkaran kemiskinan.

Karena itu, diperlukan sinergi dalam upaya penanggulangan stunting dan pengendalian rokok. Dalam menurunkan paparan asap rokok, diperlukan program perubahan perilaku merokok yang menasar keluarga balita untuk meningkatkan adopsi rumah bebas asap rokok. Hal tersebut untuk mengurangi paparan asap rokok pada ibu dan anak. Selain itu, perlu juga mempromosikan penurunan penggunaan rokok dalam keluarga, terutama rumah tangga yang memiliki anak balita.

Lihat di App Matain

(<https://play.google.com/store/apps/details?id=id.matain.www>)

