

Kota Bebas Asap Rokok

Bahaya Kesehatan dari Asap Rokok Orang Lain



Apa yang Terkandung dalam Asap Rokok Orang Lain?

- Asap rokok orang lain adalah kombinasi dari asap yang dikeluarkan oleh produk tembakau yang dibakar dan asap yang diembuskan oleh perokok.¹
- Asap rokok orang lain mengandung campuran kompleks dan beracun dari lebih dari 7.000 zat kimia, termasuk sekitar 70 zat karsinogen yang diketahui.²
- Badan Internasional untuk Penelitian Kanker dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) mengklasifikasikan asap rokok orang lain sebagai karsinogen.¹
- Tidak ada ambang batas aman untuk paparan asap rokok orang lain.³

Asap Rokok Orang Lain Menyebabkan Kematian, Penyakit, dan Disabilitas

Asap rokok orang lain merupakan penyebab kematian dini dan penyakit pada anak-anak dan orang dewasa yang tidak merokok.⁶ Asap ini membunuh sekitar 1,3 juta orang di seluruh dunia setiap tahunnya.³

- Global Burden of Disease tahun 2021 memperkirakan bahwa secara global sekitar 1,29 juta orang dewasa dan 44.000 anak-anak di bawah usia 20 tahun meninggal akibat paparan asap rokok orang lain.⁴ Pada orang dewasa, asap rokok orang lain diketahui adalah penyebab stroke, penyakit jantung (termasuk serangan jantung), kanker, penyakit paru obstruktif kronis, infeksi saluran pernapasan, dan kondisi lainnya.³
 - Paparan asap rokok orang lain meningkatkan risiko stroke sebesar 20–30%⁶ dan risiko penyakit jantung koroner sebesar 25–30%.⁷
- Pada anak-anak, asap rokok orang lain memicu sindrom kematian bayi mendadak (SIDS), berat badan lahir rendah, gangguan fungsi paru-paru, infeksi saluran pernapasan

Kandungan dari Asap Rokok Orang Lain

- **Zat karsinogen, seperti benzena, polonium-210, dan kromium;**
- **Logam beracun, seperti arsenik, timbal dan kadmium;**
- **Gas beracun, seperti amonia, hidrogen sianida, dan karbon monoksida.**

Bahaya Kesehatan dari Asap Rokok Orang Lain

Dewasa

Stroke

Kanker paru-paru

Penyakit jantung

Anak-anak

Berat badan lahir rendah (BBLR)

Infeksi saluran pernapasan

Sindrom kematian bayi mendadak

Asma

Infeksi telinga



(seperti bronkitis dan pneumonia), gejala pernapasan akut dan kronis (seperti batuk dan sesak napas), infeksi telinga, serta asma yang memburuk dan menjadi lebih sering.⁶

- Bukti juga menunjukkan bahwa asap rokok orang lain merupakan faktor risiko untuk kanker payudara, kanker sinus hidung, kanker faring dan laring, kanker paru-paru, penyakit paru obstruktif kronis, bayi prematur dan berat badan lahir rendah, diabetes tipe 2, gejala pernapasan kronis dan akut (seperti batuk dan sesak napas), dan aterosklerosis (penumpukan plak di pembuluh darah arteri) pada orang dewasa.^{6,8}
- Asap rokok orang lain merupakan faktor risiko yang memicu dan memperburuk asma pada anak-anak.⁶

Paparan Asap Rokok Orang Lain Tetap Tinggi di Seluruh Dunia

Meskipun hampir sepertiga populasi dunia tinggal di negara-negara yang melindungi mereka dari paparan asap rokok orang lain di tempat kerja dan tempat umum, dan selebihnya dilindungi oleh hukum negara bagian dan hukum setempat, mayoritas populasi dunia masih belum terlindungi oleh peraturan Kawasan Tanpa Rokok (KTR) yang kuat.⁹

Orang dewasa yang bekerja di tempat yang mengizinkan untuk merokok terpapar asap rokok orang lain dalam jangka waktu lama, sehingga mengalami risiko bahaya kesehatan yang sangat tinggi. Para pekerja ini tidak dapat menghindari asap tembakau jika mereka ingin mempertahankan pekerjaannya. Menurut Global Adult Tobacco Survey:

- Di Tiongkok, 50,9% orang dewasa yang bekerja di dalam ruangan terpapar asap tembakau di tempat kerja.¹⁰
- Di India, 30,2% orang dewasa yang bekerja di dalam ruangan terpapar asap tembakau di tempat kerja.¹¹
- Di Pakistan, 70,0% orang dewasa yang bekerja di dalam ruangan terpapar asap tembakau di tempat kerja.¹²

Pengunjung dan pekerja sektor perhotelan dan kuliner juga terpapar asap rokok orang lain dalam tingkat yang tinggi.

- Di Tiongkok, 73,3% orang dewasa terpapar asap rokok orang lain di restoran.¹⁰
- Di Vietnam, 89,1% orang dewasa terpapar asap rokok orang lain di bar.¹³
- Sebuah studi tahun 2021 menunjukkan mayoritas (57,6%) pemuda di seluruh dunia terus terpapar asap rokok orang lain di tempat umum.¹⁴

Orang dewasa yang terpapar asap tembakau di tempat kerja



Tiongkok



India



Pakistan

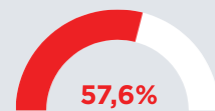
Pengunjung dan pekerja sektor perhotelan dan kuliner yang terpapar asap rokok orang lain



Tiongkok



Vietnam



Pemuda di Seluruh Dunia

Poin-poin Penting

- Kota dapat memainkan peran penting dalam melindungi penduduknya dari asap rokok orang lain dengan mengesahkan peraturan Kawasan Tanpa Rokok (KTR) yang komprehensif.
- Tidak ada ambang batas aman untuk paparan asap rokok orang lain.
- Paparan asap rokok orang lain menyebabkan kematian, penyakit, dan disabilitas pada orang dewasa dan anak-anak yang bukan perokok.
- Orang dewasa yang terpapar asap rokok orang lain di tempat kerja memiliki risiko lebih besar untuk terkena masalah kesehatan terkait tembakau dibandingkan orang dewasa yang bekerja di lingkungan bebas asap rokok.
- Untuk melindungi kesehatan masyarakat, negara-negara harus mengadopsi peraturan KTR yang komprehensif yang melarang merokok di semua tempat umum dalam ruangan tanpa pengecualian.
- Setiap orang berhak menghirup udara bersih di tempat kerja dan tempat umum, bebas dari racun yang terkandung dalam asap rokok orang lain yang menyebabkan penyakit dan kematian.

Referensi

1. International Agency for Research on Cancer. IARC Monograph Volume 100E (2012) Personal Habits and Indoor Combustions. World Health Organization 2012.
2. Centers for Disease Control and Prevention. Secondhand Smoke (SHS) Factsheet. U.S. Department of Health and Human Services 2017.
3. World Health Organization. WHO Report on the Global Tobacco Epidemic 2023.
4. Su Z, Xie Y, Huang Z, dkk. Second hand smoke attributable disease burden in 204 countries and territories, 1990-2021: a systematic analysis from the Global Burden of Disease Study 2021. *Respir Res.* 2025;26(1):174. Diterbitkan 7 Mei 2025. doi:10.1186/s12931-025-03228-3.
5. Öberg M, Jaakkola M, Woodward A, Peruga A dan Prüss-Ustün A. Worldwide burden of disease from exposure to second-hand smoke: a retrospective analysis of data from 192 countries. *The Lancet* 2011.
6. U.S. Department of Health and Human Services. The Health Consequences of Smoking—50 Years of Progress: A Report of the Surgeon General. Centers for Disease Control and Prevention 2014.
7. Institute of Medicine Committee on Secondhand Smoke Exposure and Acute Coronary Events. Secondhand Smoke Exposure and Cardiovascular Effects: Making Sense of the Evidence. *Epidemiologic Studies of Secondhand-Smoke Exposure and Cardiovascular Disease.* National Academies Press, 2010.
8. Flor, L.S., Anderson, J.A., Ahmad, N. dkk. Health effects associated with exposure to secondhand smoke: a Burden of Proof study. *Nat Med* 30, 149-167 (2024). <https://doi.org/10.1038/s41591-023-02743-4>.
9. World Health Organization. WHO Report on the Global Tobacco Epidemic 2025.
10. Global Adult Tobacco Survey China 2018
11. Global Adult Tobacco Survey India 2016-2017.
12. Global Adult Tobacco Survey Pakistan 2014.
13. Global Adult Tobacco Survey Vietnam 2015.
14. Ma C, Heiland EG, Li Z, Zhao M, Liang Y, Xi B. Global trends in the prevalence of secondhand smoke exposure among adolescents aged 12-16 years from 1999 to 2018: an analysis of repeated cross-sectional surveys. *Lancet Glob Health.* 2021;9(12):e1667-e1678. doi:10.1016/S2214-109X(21)00365-X.