

## **KATAKAN TIDAK KEPADA ROKOK!**

Oleh : Nurul Syifa Hazani binti Zolkipli, 1171266,  
Fakulti Pengajian Bahasa Utama (FPBU), Universiti Sains Islam Malaysia (USIM)

*Disiarkan pada 1 September 2020*



*Tabiat merokok boleh membawa padah kepada perokok.*

Asap rokok bukan sahaja membahayakan sesiapa yang menyedutnya secara langsung malah, tabiat yang buruk ini boleh menjejaskan kesihatan perokok pasif yang berdekatan.

Kebiasaannya, perokok-perokok tegar tidak menghiraukan risiko kesihatan orang di sekeliling mereka yang boleh mengalami serangan jantung, angin ahmar dan kanser akibat tersedut asap rokok.

Sehubungan itu, larangan merokok di tempat awam yang dikuatkuasakan oleh kerajaan merupakan langkah yang tepat demi memelihara kesihatan orang ramai.

Memang ramai yang membantah apabila kerajaan melaksanakan larangan merokok di restoran, taman rekreasi serta hentian rehat dan rawat di lebuhraya.

Namun, lebih ramai yang menyokong langkah tersebut memandangkan perokok lazimnya tidak peduli tentang perasaan orang lain yang rimas dengan asap rokok beracun yang dihembus mereka ke udara.

Dengan penguatkuasaan undang-undang yang lebih tegas, merokok tidak lagi menjadi fenomena yang biasa dalam masyarakat sekali gus dapat mencegah generasi muda daripada meniru perbuatan yang tidak bermanfaat ini.

Pelbagai usaha telah dijalankan oleh Kementerian Kesihatan untuk mengurangkan gejala merokok.

Antara langkah-langkah yang diambil adalah meningkatkan kesedaran melalui kempen untuk masyarakat melalui iklan-iklan di televisyen.

Selain itu, kerajaan mewajibkan syarikat-syarikat tembakau memaparkan gambar-gambar yang memperlihatkan kesan buruk akibat merokok pada kotak rokok keluaran mereka.

Di samping itu, kempen-kempen tentang bahaya merokok perlu dijalankan dengan lebih kerap di sekolah-sekolah untuk memberi peringatan kepada para pelajar.

Pihak sekolah mungkin boleh membawa pelajar-pelajar ke hospital untuk melihat sendiri mangsa merokok yang sedang bertarung nyawa.

Langkah sebegini dipercayai boleh memberi penghayatan dan kesan yang mendalam terhadap mereka berbanding kempen-kempen kesedaran bahaya merokok yang konvensional.

Pendedahan tentang bahaya merokok juga lebih sesuai dilakukan pada peringkat usia remaja kerana mereka lebih mudah menerima pengajaran mengenai tabiat buruk itu berbanding golongan dewasa.

Penguatkuasaan juga perlu dilakukan lebih tegas terutamanya dari segi penjualan rokok kepada golongan di bawah umur.

Pihak berkuasa juga tidak seharusnya berkompromi dalam soal mengenakan denda terhadap mana-mana individu yang melanggar larangan merokok di tempat awam.

Remaja bawah umur yang didapati merokok secara terbuka sepatutnya tidak terlepas daripada hukuman denda agar mereka serik dan bertekad untuk menghentikan tabiat buruk itu.

Pada masa yang sama, ibu bapa perlu memainkan peranan bagi memastikan anak-anak mereka yang masih remaja tidak terjebak dalam gejala merokok.

Ambil tindakan segera dan tegas sekiranya tercium bau asap rokok pada tubuh atau pakaian anak-anak supaya tabiat merokok tidak dibiarkan berpanjangan sehingga mereka dewasa.

Sememangnya, tiada kebaikan yang diperolehi dengan perbuatan merokok. Tabiat tersebut bukan sahaja merugikan wang malah boleh mengancam nyawa perokok-perokok itu sendiri serta orang lain di sekeliling mereka.



*Larangan merokok boleh mengurangkan risiko terhadap kesihatan.*