

ABSTRAK

Rokok merupakan pembunuh nomer satu bagi manusia, sudah banyak korban dari keganasan rokok dan banyak korban meninggal lantaran merokok. Kondisi ini diperparah dengan semakin banyaknya pabrik-pabrik rokok yang menjamur di indonesia. Akhir-akhir ini pemerintah juga mempunyai strategi untuk menekan jumlah perokok khususnya di indonesia dengan cara giat untuk mensosialisasikan tentang keganasan rokok dengan menyisipkan gambar-gambar pada setiap bungkus rokok. Diharapkan dengan cara seperti itu dapat memberi efek jera dan menurunkan jumlah perokok di indonesia. Namun pada faktanya cara seperti itu kurang berpengaruh dalam hal menekan jumlah perokok dan setiap tahunnya jumlah perokok terus mengalami peningkatan. Disisi lain, ada beberapa perokok yang mempunyai iktikat baik untuk berhenti merokok, yaitu dengan cara mengurangi rokok setiap hari. Modal utama sukses untuk memulai berhenti merokok adalah niat dan tekad yang kuat dari perokok itu sendiri. Dan seharusnya masyarakat sadar akan bahaya bagi kesehatan tubuh mereka.

Kata Kunci : Perokok, Berhenti Merokok, Mengurangi Konsumsi Rokok, Rehabilitasi Pecandu Rokok.

ABSTRACT

Cigarettes are the number one killer for humans, there are many victims of smoking malignancy and many victims die because of smoking. This condition is worsened by the increasing number of cigarette factories that are mushrooming in Indonesia. Lately, the government also has a strategy to reduce the number of smokers, especially in Indonesia, with a keen way to socialize about cigarette malignancy by inserting pictures on each cigarette package. It is expected that in this way it can have a deterrent effect and reduce the number of smokers in Indonesia. But in fact such methods of shellfish affect the number of smokers and each year the number of smokers continues to increase. On the other hand, there are some smokers who have good intentions to stop smoking, namely by reducing cigarettes every day. The main capital of success to start quitting smoking is a strong intention and determination from the smoker himself.

Keywords: *Smokers, Stop Smoking, Reduce Smoking Consumption, Rehabilitate Cigarette Addicts*