

Pengaruh Vape Terhadap Kesehatan Pada Gen Z

Firdi Devin

Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, Indonesia.

Email: firdidevin0404@gmail.com

Muhammad Faaq Mabror

Universitas Lambung Mangkurat, Banjarmasin, Indonesia.

Email: faaiqmabror@gmail.com

ABSTRAK

Penelitian ini berjudul Pengaruh Vape Terhadap Kesehatan Pada Gen Z. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui bahaya vape terhadap kesehatan di kalangan remaja khususnya Gen Z. Penelitian ini bermanfaat dan dapat dikembangkan karena vape sudah mulai marak di kalangan remaja dan bahkan diperkirakan akan menjadi pengganti rokok. Penelitian ini menarik karena penulis ingin melihat bagaimana vape digandrungi oleh anak remaja saat ini (Gen Z) dan mengetahui bahaya-bahaya dalam penggunaan vape serta hubungannya dengan agama yang berkaitan dengan kemudharatan. Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kualitatif. Berdasarkan pemaparan informan, ditemukan bahwa vape masih jarang digunakan oleh anak remaja dan kemungkinan vape untuk kedepannya berpotensi semakin banyak penggunanya. Karena dari penelitian menunjukkan untuk anak pengguna vape rata-rata dipengaruhi oleh teman-teman atau lingkungan sekitar. Ketika lingkungan sosial tidak mendukung, banyak Gen Z terpengaruh oleh pergaulan bebas, salah satunya penggunaan vape. Padahal vape banyak memiliki bahaya seperti dapat membuat bahaya pada paru-paru dikarenakan nikotin dari *liquid* dan bahaya lainnya. Bahkan dari segi agama, vape termasuk banyak mudarat daripada manfaat. Bahaya vape harus diketahui oleh kalangan Gen Z agar mereka sadar dari bahaya, baik dari segi kesehatan maupun agama.

Kata kunci: *Vape, Kesehatan, Generasi Z*

PENDAHULUAN

Rakhmah (2021) pada artikel yang berjudul Gen Z Dominan, Apa Maknanya bagi Pendidikan Kita?, menyatakan bahwa data cacah penghuni Tahun 2020 sudah dikeluarkan Badan Pusat Statistik akhir Januari tadi yang menjelaskan refleksi demografi Indonesia yang mengalami beragam modifikasi seperti kesimpulan data sebelumnya pada tahun 2010. Seperti perkiraan dan penyelidikan bermacam pihak, Indonesia sedang ada di masa yang disebut dengan Bonus Demografi. Hasil cacah tahun 2020 memperlihatkan struktur masyarakat Indonesia di mana kebanyakan berawal dari generasi sekarang ini (27,94%), merupakan sekumpulan orang yang lahir pada rentang tahun 1997 hingga tahun 2012. Generasi sebelumnya yang diperkirakan berperan sebagai pendorong rakyat waktu ini, totalnya lebih minim di bawah generasi sekarang, yaitu berjumlah 25,87% dari jumlah masyarakat Indonesia. Hal itu menandakan kehadiran generasi sekarang ini memiliki kendali yang besar dan berpengaruh untuk kemajuan Indonesia untuk sekarang dan di lain hari.

Pada suatu analisis, menurut Noordiono (2016), generasi Z ialah generasi yang paling cepat mengetahui teknologi dan internet, keturunan yang gencar dengan teknologi.

Teknologi saat ini menandakan udara segar yang sebaiknya cepat dihirup supaya dapat menikmati khasiatnya. Generasi sekarang atau biasa dicap dengan generasi digital tumbuh dan berkembang bersama ketergantungan kepada teknologi dan beraneka ragam benda teknologi. Para ahli mengatakan bahwasanya Gen Z mempunyai perilaku dan ciri-ciri yang benar-benar jauh dari sifat aslinya. Sekumpulan orang ini dicap dengan keturunan yang minim batasan (*boundary-less generation*). Ryan Jenkins dalam tulisannya berjudul *Four Reasons Generation Z will be the Most Different Generation* dalam Rahman (2022) contohnya mengatakan bahwa Gen Z memiliki pengaruh, preferensi, dan lapangan pekerjaan yang rumit dan diprediksi melawan untuk dunia kerja. Sifat generasi saat ini sangat bermacam-macam, berkarakter terbuka, hingga berpengaruh terhadap budaya dan moral para rakyat. Sesuatu yang perlu diperhatikan, generasi sekarang ini dapat mendayagunakan pergantian iptek di bermacam sisi kehidupan. Teknologi mereka terapkan sama seperti kelayakan mereka hidup bebas.

Generasi Z mempunyai kesamaan seperti keturunan sebelumnya, yaitu Y, namun, generasi Z mampu menerapkan banyak kegiatan secara bersamaan seperti *retweet* dengan *gadget*, *searching* melewati *handphone* dan mendengarkan lagu melewati *earphone*. Setiap yang dikerjakan kebanyakan berhubungan dengan medsos. Dari kecil kumpulan orang ini telah mengetahui iptek dan kenal dengan teknologi yang berkembang pesat dengan sendirinya tanpa mempengaruhi dirinya sendiri. Ketika umur ini generasi sekarang dikenal dengan umur remaja pada masa ini menghadapi pertumbuhan dan perkembangan intensif pada tubuh, rohani, pergaulan, perilaku, dan intelektual. Anak muda diklasifikasikan terbagi 3 bagian fase anak muda yaitu fase anak muda awal umur 12-15 tahun, fase anak muda pertengahan umur 15-18 tahun dan fase anak muda akhir umur 18-21 tahun (Monks, ea al) pada Noordiono (2016).

Selain penjelasan di atas, Gen Z juga mencari sebuah persamaan dengan keturunan sebelumnya melewati teknologi, contohnya rokok. Rokok yang dipakai Gen Z dikenal dengan rokok elektronik atau vape. Vape banyak gandrungi oleh Gen Z. Hal ini seperti yang ditulis Nur (2022) bahwa hasil *Global Adult Tobacco Survey* (GATS) 2021 yang dirilis Kementerian Kesehatan RI menyatakan bahwa kenaikan 10 kali lipat pemakai vape di Indonesia. Tahun 2011 terdapat 0,3 persen sampai mencapai 3 persen pada tahun 2021.

Vape juga sama pengaruhnya seperti rokok, meskipun model vape lebih menarik dan modern. Dikutip dari Nur (2022) dalam artikel yang berjudul *Pengguna Vape di RI Naik 10 Kali Lipat, Pakar Ingatkan Bahayanya*, dr. Maria di acara Radio Kesehatan Kemenkes RI, Jumat (3/6/2022) memaparkan bahwa vape sama bahaya seperti rokok biasa, apalagi di dalam rokok mengandung *liquid* yang bahannya tidak ada standar keamanan. Alhasil tidak diketahui apa yang terkandung di dalam rokok elektrik itu. Maka, vape tidak mempunyai batas aman.

Merujuk pada pernyataan di atas, maka pada artikel yang akan kami tulis, yaitu menyajikan tentang Pengaruh Vape terhadap Kesehatan Gen Z. Adapun masalah yang akan kami bahas, yaitu:

1. Mengapa orang menggunakan vape?
2. Bagaimana jika orang tidak menggunakan vape?
3. Bagaimana tanggapan orang jika disuruh berhenti menggunakan vape?

METODE PENELITIAN

Metode Penelitian yang kami gunakan adalah metode penelitian deskriptif kualitatif. Metode ini digunakan untuk menjelaskan topik yang dibahas dengan menggunakan kuesioner berisi enam pertanyaan inti, yaitu:

1. Seberapa sering Anda menggunakan vape?
2. Menurut Anda, apa alasan orang menggunakan vape?

3. Menurut Anda, apa yang Anda rasakan jika tanpa menggunakan vape?
4. Bagaimana jika Anda diminta untuk berhenti menggunakan vape?
5. Apa yang Anda ketahui tentang bahaya vape?
6. Jika vape dikategorikan sebagai benda yang mempunyai bahaya lebih banyak daripada manfaatnya. Menurut Anda, mengapa orang masih menggunakan vape?

HASIL DATA

Berkaitan dengan Gen Z dengan rentang kelahiran dari 1996 sampai dengan 2009. Penulis melakukan survey dan menemukan 88 informan. Berdasarkan data, informan yang paling banyak adalah dengan rentang tahun kelahiran 2002 - 2005. Kami melakukan survey terhadap pria dan wanita untuk mengetahui seberapa sering mereka menggunakan vape, berikut kami paparkan hasil data yang kami dapat:

Kebanyakan Gen Z jarang menggunakan vape dikarenakan mereka mengetahui dampak dan bahaya vape terhadap kesehatan. Rata-rata informan menyatakan bahwa jika terlalu sering menggunakan vape maka akan berakibat kecanduan, di sisi lain mereka juga menyatakan bahwa vape dapat menyebabkan terkena risiko *pneumonia lipoid*. Namun, tidak dapat dipungkiri bahwa mereka (Gen Z) kebanyakan juga pernah mencoba-coba menggunakan vape, seperti ditawarkan teman untuk mencobanya. Untuk itu, kami mengklasifikasikan Gen Z menjadi 2, yaitu Gen Z yang merokok elektrik dan juga Gen Z yang tidak merokok elektrik. Fakta mengatakan bahwa Gen Z yang tidak menggunakan rokok juga menjadi perokok pasif karena pernah terhirup asap dan itu juga membahayakan kesehatannya. Oleh karena itu, banyak faktor yang bisa berdampak terhadap kita (Gen Z) menjadi perokok pasif seperti faktor lingkungan.

Berdasarkan hasil data di atas, dapat kami ketahui bahwa walaupun Gen Z bukan seorang perokok aktif, mereka tidak menyadari bahwa mereka juga pernah menjadi perokok pasif. Mereka juga mengetahui dampak dan bahaya vape seperti bisa kecanduan dan risiko terkena penyakit *pneumonia lipoid* (penyumbatan lemak dalam paru-paru). Penyebab seseorang dapat kecanduan yaitu karena adanya nikotin yang terkandung dalam vape, yang terdapat di dalam vape yaitu nikotin, dapat memicu otak untuk melepaskan hormon dopamine dalam jumlah yang tidak sedikit, sehingga menyebabkan efek ketergantungan. Selain itu, ada juga penyakit *pneumonia lipoid* yaitu penyakit yang diakibatkan dari aspirasi bahan menyerupai lemak yang masuk ke paru-paru. *Pneumonia lipoid* dapat memicu nyeri dada, susah bernapas, batuk akut dan batuk darah yang gejalanya hampir mirip dengan *pneumonia bakteri*. Apabila tidak ditangani lebih lanjut, *pneumonia lipoid* dapat berujung semakin parah hingga menyebabkan kematian. Maka dapat disimpulkan bahwa mereka mengetahui vape banyak mengandung bahaya daripada manfaat, oleh karena itu mereka menghindari penggunaan vape agar tidak kecanduan dan tidak membahayakan tubuh.

ANALISIS

Beberapa pakar melihat sesuatu yang kejadian pada sel darah putih, ketika terkena zat kimia aditif rasa yang dipakai dalam vape *liquid* biasa. *Liquid* tersebut mengandung nikotin, namun komposisi kimianya sangat membahayakan untuk tubuh. Habis diperiksa lebih spesifik, rasa ini sepertinya meningkatkan biomarker sebagai petunjuk pembengkakan dan kerusakan jaringan. Banyak dari mereka membunuh sel-sel tersebut. Jika keadaan tersebut berlangsung lama, rusaknya sel semacam ini dapat menyebabkan banyak penyakit paru-paru.

Pakar dari *University of Rochester Medical Center* di New York, penyakit paru-paru yang kemungkinan terjadi, contohnya *fibrosis*, gangguan paru-paru *obstruktif kronis*, dan asma. Selain itu, ada beberapa penyakit yang dapat ditimbulkan dari penggunaan vape, seperti:

1. Kecanduan

Nikotin merupakan zat adiktif yang menyebabkan seseorang mendambakan rokok berulang kali. Pengguna rokok elektrik memiliki risiko lebih besar untuk terpapar nikotin. Ini karena perangkat rokok elektrik, terutama tabung yang memiliki tegangan tinggi, dan dapat melepaskan nikotin dalam jumlah besar ke dalam tubuh Anda. Kecanduan nikotin ini dapat membuat berhenti merokok menjadi sulit. Akibatnya, tubuh menunjukkan gejala fisik tertentu seperti pusing dan mual.

2. Gangguan Fungsi Otak

Di luar hal di atas, nikotin bisa mengganggu berkembangnya otak remaja, yang berlanjut hingga sampai umur 25 tahun. Pusat Pengendalian dan Pencegahan Penyakit mengatakan penggunaan nikotin bisa mengganggu struktur otak yang mengatur: perhatian, pembelajaran, suasana hati, dan kontrol impuls. Nikotin dapat mengganggu proses pembentukan memori atau keterampilan baru yang terbangun di antara sel-sel otak. Faktanya, proses ini lebih cepat pada otak remaja dibandingkan pada orang dewasa.

3. Menimbulkan Risiko Penyakit Jantung

Asap nikotin yang dihasilkan rokok elektrik mengandung komposisi yang meningkatkan produksi dan jumlah hormon adrenalin. Apabila kondisi ini dibiarkan dalam waktu lama, dapat menyebabkan risiko serangan jantung dan kematian mendadak. Nikotin bisa meningkatkan produksi hormon adrenalin, yang biasanya hanya meningkat ketika terancam maupun stres. Hormon ini meningkatkan detak jantung, yang menyebabkan darah memompa ke seluruh struktur tubuh. Jika jantung kerjanya terlalu keras, maka akan berisiko terkena serangan jantung dan hal berbahaya lainnya. Penggunaan uap cair secara terus menerus atau teratur, meningkatkan risiko efek samping.

4. Penyebab Keracunan Nikotin

Nikotin tidak cuma mempengaruhi paru-paru, tetapi penggunaan nikotin yang berlebihan dapat menyebabkan kecanduan. Gejala keracunan nikotin kebanyakan meliputi mual dan muntah. Pada kasus yang parah, perokok mengalami kejang dan depresi sistem sirkulasi udara. Tentunya keracunan akut juga bisa mengakibatkan kematian. Sekitar 30 hingga 60 miligram (mg) nikotin bisa mematikan orang dewasa. Sebotal kecil *liquid* uap biasanya terkandung 100 miligram nikotin. Jika menelan sejumlah besar cairan ini oleh anak-anak dan orang dewasa, dapat mengancam jiwa. Oleh karena itu, kita harus waspada terhadap jumlah nikotin yang masuk ke dalam tubuh Anda.

Tuasikal (2012) menyatakan bahwa salah satu tanda orang baik menjadi seorang Muslim ialah meninggalkan yang tidak berguna dan tidak bermanfaat. Kesehariannya hanya diisi dengan hal-hal yang bermanfaat bagi dunia dan akhirat. Ciri orang yang tidak baik islamnya ialah kebalikannya.

Abu Hurairah *radhiyallahu 'anhu*, dari Nabi *shallallahu 'alaihi wa sallam*, beliau bersabda,

مِنْ حُسْنِ إِسْلَامِ الْمَرْءِ تَرْكُهُ مَا لَا يَنْفَعُهُ

Terjemahan: “Di antara kebajikan muslim seseorang ialah meninggalkan hal yang tidak bermanfaat” (HR. Tirmidzi no. 2317, Ibnu Majah no. 3976. Syaikh Al Albani mengatakan bahwa hadits ini shahih).

[Yassin](#) (2019) mengatakan bahwa pada hadis lain juga dijelaskan, Rasulullah *shallallahu 'alaihi wa sallam* yang bersabda,

ضِرَارٌ لَا وَضِرَارٌ لَا

Terjemahan: “*Tidak boleh memulai memberi hasil buruk (mudhorot) untuk orang lain, apalagi membalasnya.*” (HR. Ibnu Majah no. 2340, Ad Daruquthni 3/77, Al Baihaqi 6/69, Al Hakim 2/66).

Pada penjelasan dari kedua hadis di atas menunjukkan keterkaitannya antara materi yang dibahas yaitu vape dengan pembahasan agama. Karena dari penjelasan bahayanya vape, banyak mudarat daripada manfaatnya. Juga dari hadis tersebut menjelaskan bahwa kita sebagai seorang muslim harus meninggalkan hal-hal yang tidak bermanfaat seperti merusak tubuh dan selain itu juga, kita tidak boleh menzalimi atau membahayakan orang lain karena dampak dari asap vape yang bisa membahayakan orang lain, seperti dapat membuat sesak nafas pada orang yang tidak sengaja menghirup asap vape yang bertebaran kemana-mana. Sebagai seorang muslim juga harus bisa menghindari dari hal yang negatif seperti menggunakan vape. Mengapa demikian? Karena vape memiliki sedikit manfaat dan lebih banyak bahaya untuk tubuh bahkan bisa merusak tubuh kita maupun orang lain.

KESIMPULAN

Menurut penelitian yang dilakukan, kami menyimpulkan bahwa vape tidak kalah bahayanya dengan rokok. Vape dan rokok sama-sama mengandung nikotin yang bisa menyebabkan kecanduan. Risiko yang ditimbulkan juga tidak kalah bahaya sama rokok. Dengan hasil analisis dari bahayanya vape, sebagai anak remaja khususnya Gen Z harus bisa menyadari bahayanya vape.

Seiring dengan hal di atas, kita sebagai seorang muslim sudah diwajibkan untuk menjauhi segala macam perbuatan yang tidak berguna dan tidak baik bagi tubuh, seperti penggunaan vape karena selain tidak bermanfaat bagi tubuh, vape dapat membahayakan bagi orang lain juga. Maka dari itu, sebagai seorang remaja sekaligus seorang muslim yang mempunyai kesadaran terhadap kesehatan diri, mari kita menjaga dari hal-hal yang dapat merusak tubuh.

SARAN

Kami sadar bahwasannya penelitian yang dilakukan ini jauh dari kesempurnaan, karena kami meneliti hanya sebatas aspek penggunaan dan bahayanya vape terhadap kesehatan. Penelitian ini bisa dikembangkan lebih besar lagi, seperti aspek keamanan dalam penggunaan vape, aspek kandungan liquidnya yang mana liquid berfungsi memberikan rasa, aroma, level nikotin, penghasil asap dan lain sebagainya. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan menggunakan cara kuantitatif untuk menghitung dan mengembangkan berbagai macam teori matematis, teori-teori dan/atau hipotesis yang berhubungan dengan sebuah kejadian.

DAFTAR PUSTAKA

- Noordiono, Aziz. 2016. *Karakter Generasi Z Dan Proses Pembelajaran Pada Program Studi Akuntansi*. Skripsi: Universitas Airlangga.
- Nur, Mochammad Fajar. 2022. *Pengguna Vape di RI Naik 10 Kali Lipat, Pakar Ingatkan Bahayanya*. <https://health.detik.com/berita-detikhealth/d-6112005/pengguna-vape-di-ri-naik-10-kali-lipat-pakar-ingatkan-bahayanya>. (diakses pada tanggal 24 September 2022 pukul 15.32 WITA).
- Rahman, Aulia Diar. 2022. *Generasi Z dengan Segudang Masalah yang Dihadapi*. <https://www.kompasiana.com/auliadiarrahan6361/632ffcc808a8b55ea4328a42/generasi-z-dengan-segudang-masalah-yang-dihadapi>. (diakses pada tanggal 24 September 2022 pukul 18.02 WITA).

- Rakhmah, Diyan Nur. 2021. *Gen Z Dominan, Apa Maknanya bagi Pendidikan Kita?*. <https://pskp.kemdikbud.go.id/produk/artikel/detail/3133/gen-z-dominan-apa-maknanya-bagi-pendidikan-kita>. (diakses pada tanggal 24 September 2022 pukul 16.24 WITA).
- Tuasikal, Muhammad Abduh. 2012. *Meninggalkan Hal yang Tidak Bermanfaat*. <https://rumaysho.com/2322-meninggalkan-hal-yang-tidak-bermanfaat.html>. (diakses pada tanggal 25 September 2022 pukul 09.15 WITA).
- Yassin, Beni Adri. 2019. *Merokok itu Haram*. <https://pustaka.unand.ac.id/component/k2/item/215-rokok-itu-haram>. (diakses pada tanggal 4 Oktober 2022 pukul 18.35 WITA).