

BASWARA
PRESS



1, 2, 3 Sayang Semuanya

Rokok & Stunting



1, 2, 3 Sayang Semuanya

Rokok & Stunting

Penulis:

Kadek Ridoi Rahayu
Ni Luh Putu Rita Primayuni

Ilustrator:

Desak Ari Harjani



PENERBIT

Baswara Press
Jl. By Pass Ngurah Rai Nomor 888 xx, Denpasar, Bali - Indonesia
(0361) 6209990
(+62) 858-5896-2311
info@baswarapress.com
baswarapress@gmail.com

1, 2, 3 Sayang Semuanya

Rokok & Stunting

Penulis : Kadek Ridoi Rahayu
Ni Luh Putu Rita Primayuni

Ilustrator : Desak Ari Harjani

QRSBN PDF : 62-0072-01537-3 (PDF)

Ukuran : 14,8 cm x 21 cm; vii + 18 hlm

Terbitan Pertama, Maret 2023

Hak cipta dilindungi oleh Undang-Undang Nomor 28 Tahun 2014 tentang Hak Cipta Republik Indonesia, dilarang menduplikasi, memfotokopi, dan memperbanyak sebagian atau seluruh bagian uku ini tanpa izin tertulis dari penerbit dan penulis.

Penerbit

Baswara Press

IKAPI: 037/BAI/2023

Jl. By Pass Ngurah Rai Nomor 888 xx, Denpasar - Bali

(0361) 6209990, (+62) 858-5896-2311, info@baswarapress.com,
baswarapess@gmail.com

Lembar Apresiasi

Buku ini adalah kolaborasi kreatif yang diinisiasi oleh LINKar INisiatif bersama Lembaga Perlindungan Anak Indonesia (LPAI).

Serial Edukasi Cerita Bergambar: Rumah Sehat Tanpa Asap Rokok ini dibuat sebagai program pemenuhan hak anak dan perlindungan anak dari bahaya rokok dan tembakau serta sebagai upaya literasi kesehatan dan pemberdayaan keluarga.

Dilarang menggunakan, menyalin, mengomersialisasikan atau memproduksi seluruh atau sebagian buku ini untuk tujuan di luar edukasi termasuk tanpa izin tertulis dari pihak yang bersangkutan.

Disusun di Indonesia
Tahun 2022



LEMBAGA PERLINDUNGAN ANAK INDONESIA (LPAI) adalah organisasi pegiat perlindungan anak yang kelebagaannya terdaftar pada Kementerian Hukum dan HAM serta kepengurusannya diresmikan dengan Surat Keputusan Kementerian Sosial. Sebagai lembaga independen yang aktif menjalankan kegiatan pemenuhan hak dan kepentingan terbaik untuk anak sejak tahun 1997, LPAI secara konsisten aktif memperjuangkan dan memajukan hak-hak anak di Indonesia melalui penanganan dan pendampingan kasus, advokasi, publikasi, monitoring dan evaluasi berkala.

LINKar INisiatif adalah Jaringan beragam komunitas dan pegiat perlindungan anak yang peduli terhadap pemenuhan hak-hak anak dan pencegahan perokok pemula anak (tobacco control) salah satunya melalui gerakan Rumah Sehat Tanpa Asap Rokok (Smoke-Free Home).

Alamat LPAI:

Gedung Aneka Bhakti (Lantai 3): Jl. Salemba Raya No.28, RT.5/RW.6, Kenari, Kec. Senen, Kota Jakarta Pusat, Daerah Khusus Ibukota Jakarta 10430

Kontak Daring:

Website: LPAI.ID

Instagram: [@LPAI.ID](https://www.instagram.com/LPAI.ID)

Kata Pengantar

Selamat datang di petualangan Sitisi dan Sitoro! Dalam buku cerita 1, 2, 3 Sayang Semuanya Rokok & Stunting ini, kita akan berkenalan dengan teman baru: asap rokok. Tapi tunggu dulu! Asap rokok ini bukan teman baik, loh! Dalam halaman-halaman yang penuh warna ini, kita akan belajar mengapa asap rokok bisa membahayakan kesehatan kita dan orang-orang di sekitar kita.

Dengan cerita yang menyenangkan dan gambar-gambar yang menarik, kami berharap kalian bisa memahami betapa pentingnya menjaga diri dan lingkungan dari asap rokok. Mari jadi pahlawan kesehatan dengan berbagi informasi ini kepada teman-teman kita!

Yuk, siapkan diri untuk menjelajahi dunia yang lebih sehat. Selamat membaca dan bersenang-senang!

Sampai jumpa di dalam cerita!

Disusun di Indonesia
Tahun 2022

Daftar Isi

Kata Pengantar.....	iv
Daftar Isi.....	v
Sambutan Hangat Kak Seto.....	vi
Pengenalan Tokoh.....	vii
Cerita.....	1
Aktivitas Bersama Keluarga.....	13
Catatan Membaca Bersama Keluarga.....	15
Dokumentasi Perkenalan & Apresiasi.....	17
Profil Tim Penyusun.....	18



Sambutan Hangat Kak Seto



Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh,
Salam Sejahtera untuk kita semua,

Memiliki anak-anak yang sehat dan cerdas merupakan impian semua orangtua, kiranya sangat cocok dengan apa yang dilukiskan dalam buku cerita bergambar ini.

Buku ini menguraikan betapa pentingnya menjauhkan anak-anak dari asap rokok, guna menciptakan anak-anak yang tumbuh dan berkembang sehat. Dengan memahami lebih jauh tentang bahaya rokok, kita akan lebih menyadari bahwa asap rokok sungguh sangat berbahaya bagi tumbuh kembang anak, bahkan sejak dalam kandungan. Asap rokok sangat tidak baik bukan hanya untuk diri sendiri namun juga untuk orang lain. Hal ini disebabkan karena asap rokok akan melekat pada benda-benda di sekitar anak.

Oleh karena itu, lingkungan wajib untuk menjaga agar anak terhindar dari bujuk rayu serta pengaruh iklan, promosi dan sponsorship rokok. Agar anak-anak tidak mudah tergiur untuk mencoba rokok sejak dini yang akhirnya akan membuat mereka kecanduan.

Keluarga merupakan garda terdepan bagi anak-anak agar terhindar dari kecanduan rokok. Keluarga patut membuat komitmen bersama bahwa merokok adalah tidak sehat dan tidak diperbolehkan untuk dilakukan baik di rumah maupun di tempat lainnya. Para orangtua patut memberi contoh teladan dan memberikan edukasi yang lebih mendalam mengenai bahaya rokok ini.

Pemerintah pun memiliki peran penting untuk mengatur regulasi tentang pengendalian tembakau yang kuat dan tegas. Kemudian berusaha mengajak seluruh masyarakat untuk aktif mengedukasi diri mengenai bahaya rokok, sehingga akhirnya akan menghasilkan bibit unggul yang sehat dan cerdas di masa depan.

Buku ini sangat inspiratif, enak dibaca dan sangat bermanfaat untuk menjadi pembelajaran bagi kita semua, para pendidik dan orangtua. Kiranya kita semua dapat memetik pelajaran berharga dari buku ini, dan dapat melaksanakannya dalam kegiatan sehari-hari bersama dengan anak-anak tercinta.

Lingkungan yang bebas asap rokok, akan melahirkan anak-anak yang tumbuh dan berkembang sehat-cerdas di masa depan.

Semoga.

Wasalamu'alaikum Wr.Wb.

KAK SETO
Ketua Umum LPAI
(Lembaga Perlindungan Anak Indonesia)

Yuk, kenalan dulu..

Ikuti petualangan Sitisi dan Sitoro bersama keluarga untuk menciptakan Rumah Sehat Tanpa Asap Rokok



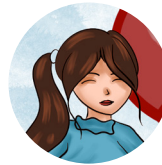
Sitisi



Sitoro



Bapak



Ibu

Nama Sitisi berasal dari kata "Si TC" (dibaca Si Ti Si" : Si Tobacco Control), sedangkan nama Sitoro berasal dari kata "Si Tolak Rokok"



1, 2, 3 Sayang Semuanya

Rokok & Stunting



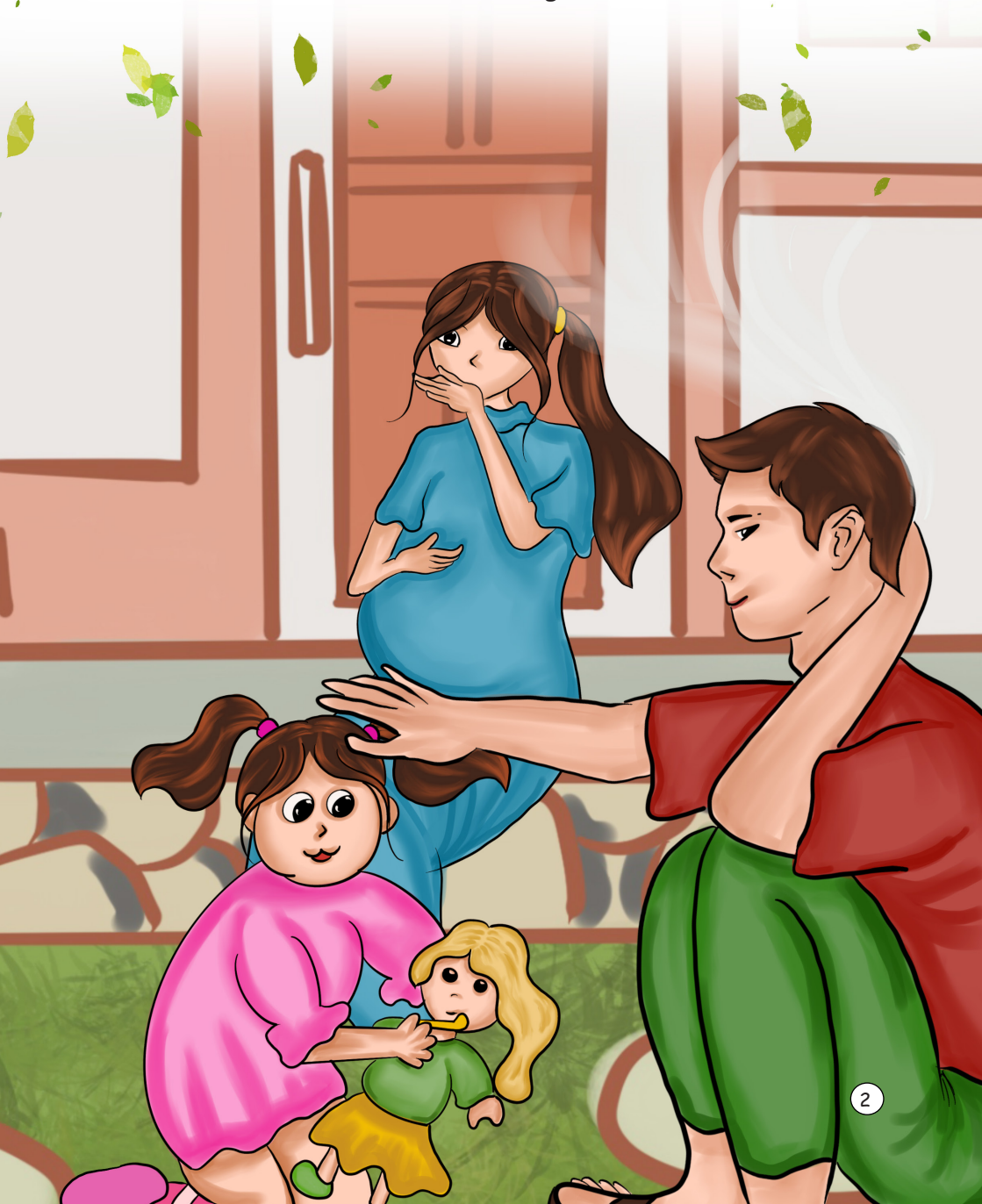
Pak Joko dan Bu Ria nampak berbincang sore itu. Mereka bertukar cerita tentang betapa senangnya menanti kelahiran buah hati yang kedua.


Sitisi, balita periang yang manis, sudah nampak tak sabar menggendong adik bayinya.



"Ibu, Bapak, kapan adik lahir?", tanya Sitsi.

Pak Joko menjawab dengan tersenyum, "Sabar ya Nak, sebentar lagi"





"Pak, Ibu kok merasa sering kelelahan ya. Badan lemas seperti tidak bertenaga.

Ibu khawatir juga kok bayi kita timbangannya tidak naik juga ya, Pak?", kata Bu Ria.



Sambil menenangkan istrinya, Pak Joko berkata "Ya sudah Bu, besok kita ke Puskesmas ya."

Minta vitamin biar tidak lemas lagi. Mungkin si bayi baru gede pas lahir Bu. Jangan terlalu khawatir ya Bu"

"Terima kasih Bapak dan Ibu sudah mau datang untuk kontrol kandungan bersama-sama. Ibu bisa cerita apa yang Ibu rasakan?", tanya Dokter dengan ramah.

"Begini Bu Dokter, saya lesu dan selalu merasa letih. Sering mual-mual di pagi hari dan sering muntah. Jadi rasanya lemas sekali. Kami tidak punya cukup uang untuk beli vitamin Dok. Makan saja susah", cerita Bu Ria dengan kening berkerut.



"Benar Dok, Saya hanya bekerja serabutan. Tidak bisa beli makanan enak setiap hari apalagi beli vitamin", sahut Pak Joko.

"Baik Bapak, Ibu, nanti akan diberikan vitamin gratis penambah darah untuk ibu hamil juga buku KIA (Kesehatan Ibu Anak)", kata Dokter dengan ramah.





"Saya dan anak juga sering batuk Dok. Apalagi kalau ada asap rokok", keluh Bu Ria.

"Nah. itu salah satunya Bu. Ketika Ibu sedang hamil dan menghirup asap rokok bisa saja membuat kehamilan tidak sehat. Nanti berat badan bayi yang lahir juga bisa rendah dan tumbuh kembangnya terganggu.

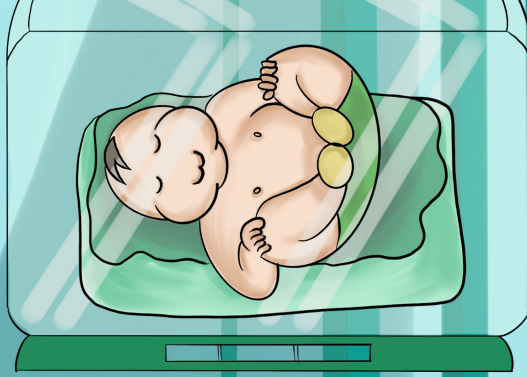
Coba dipikir lagi, biaya untuk beli rokok bisa dipakai untuk belanja makanan yang sehat", Dokter menjelaskan dengan sabar.

"Waduh. Saya akan coba untuk berhenti merokok Bu Dokter. Susah sekali rasanya, tapi akan saya coba pelan-pelan. Saya sangat sayang sama keluarga saya".

"Ibu akan bantu dan ingatkan ya, Pak. Agar niat baik Bapak untuk berhenti merokok berlangsung lancar", imbuh Bu Ria dengan hangat.

"Jangan lupa untuk hidup bersih dan sehat supaya bayinya juga sehat ya", kata Dokter.



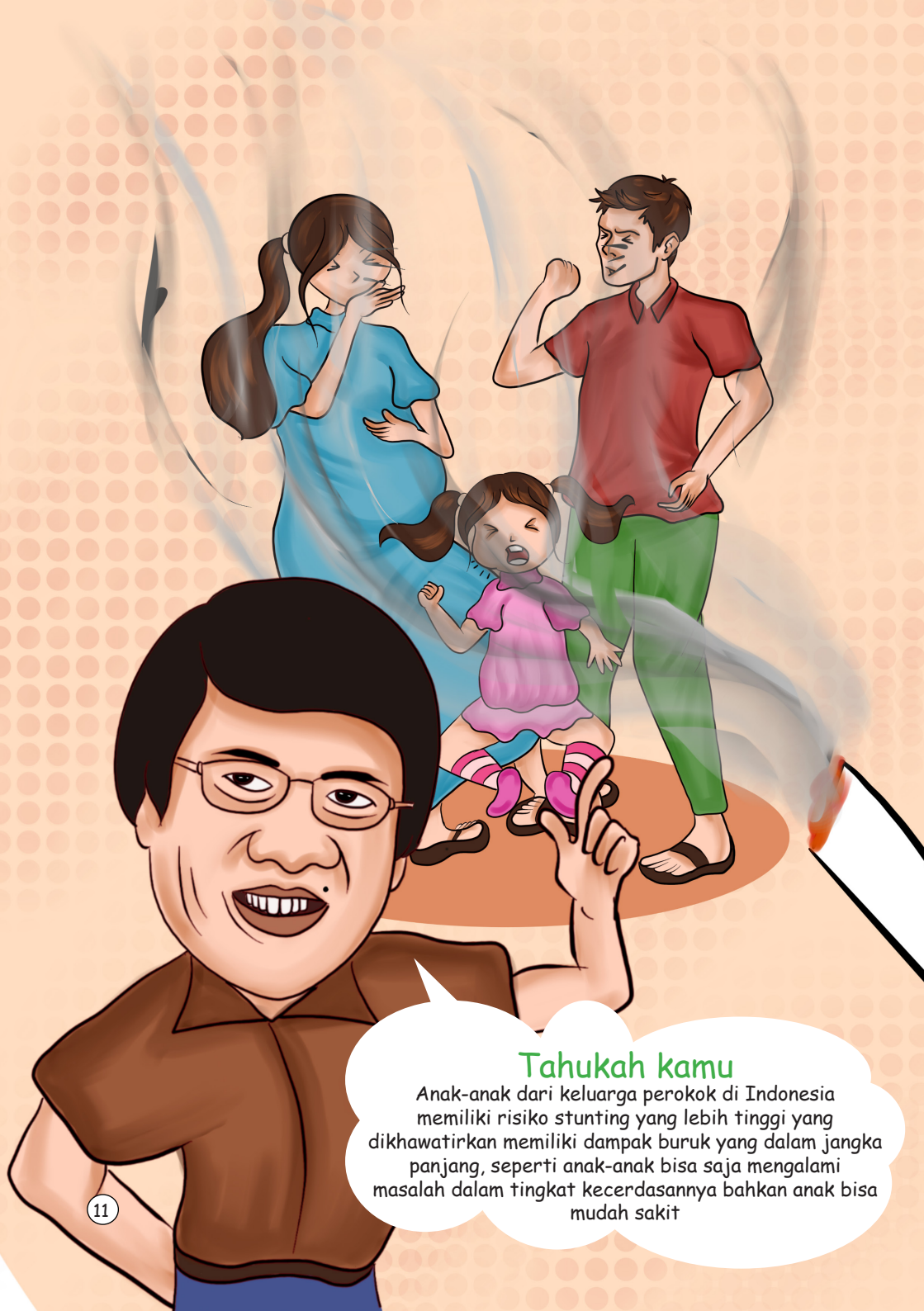


TAHU GAK SIH!

1. Perilaku merokok orang tua berdampak pada peningkatan risiko stunting anak (5,5%) ditunjukkan dengan gangguan tumbuh kembang termasuk kemampuan kognitif, tinggi dan berat badan.
2. Anak yang tinggal di rumah tangga dengan orang tua perokok aktif/kronis cenderung memiliki pertumbuhan lebih lambat dalam berat (1,5 kg lebih ringan) dan tinggi (0.34 cm lebih pendek) dibandingkan mereka yang tinggal di rumah tangga tanpa orang tua perokok.
3. Pemenuhan nutrisi anak pada keluarga perokok cenderung terabaikan karena konsumsi rokok pada 1997 (3,6%) naik menjadi 5,6% pada 2014, sedangkan konsumsi lainnya (termasuk beras, protein, dan sumber lemak, serta pendidikan) menurun secara signifikan selama 1997-2014. "Belanja makanan bergizi di bawah belanja rokok".

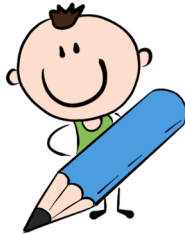
**Membeli rokok itu mubazir!
Lebih baik uangnya dipakai untuk membeli
makanan sehat.**





Tahukah kamu

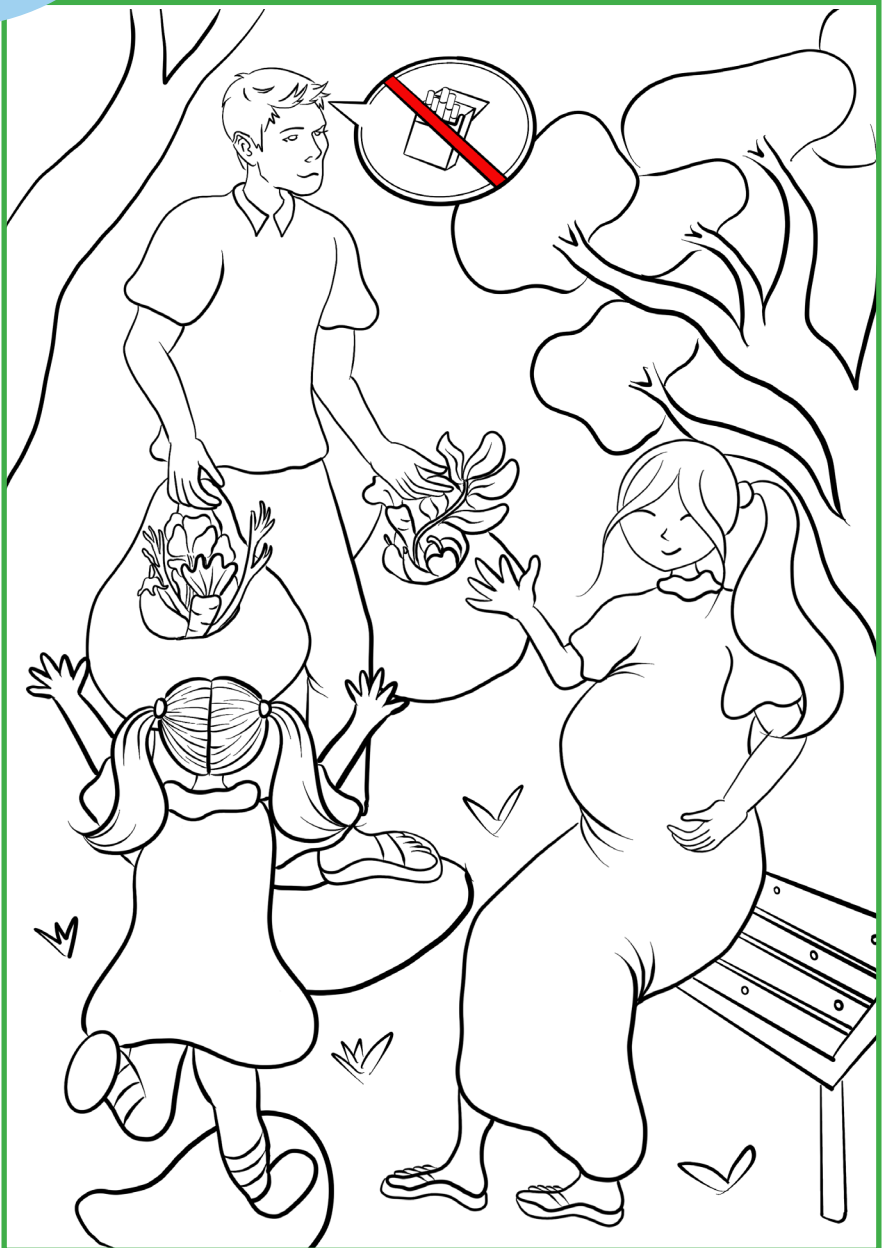
Anak-anak dari keluarga perokok di Indonesia memiliki risiko stunting yang lebih tinggi yang dikhawatirkan memiliki dampak buruk yang dalam jangka panjang, seperti anak-anak bisa saja mengalami masalah dalam tingkat kecerdasannya bahkan anak bisa mudah sakit



Yuk sekarang kita main bareng!

**Pada lembar selanjutnya akan ada kegiatan
yang bisa dilakukan bersama keluarga.
Coba Yuk!**

Aktivitas bersama keluarga



PRAKTIK BAIK

Rokok sangat berbahaya bagi anak. Jika ada anggota keluargamu yang merokok cobalah untuk ajak berdiskusi mengenai dampak negatif dari merokok. Pergunakan bahasa yang sopan, dukung mereka untuk segera berhenti merokok. Dengarkan cerita mereka.

Action Plan

No	Nama anggota keluarga yang merokok	Usaha yang sudah pernah dicoba namun gagal	Usaha yang ingin dilanjutkan	Usaha yang belum pernah namun akan dilakukan

Cara terbaik untuk terhindar dari bahaya rokok adalah dengan
Jangan Pernah Memulai untuk Merokok.

Catatan Membaca Bersama Keluarga

Yuk isi hasil diskusi bersama keluarga, berupa cerita atau gambar pada lembar di bawah ini!



Catatan Membaca Bersama Keluarga



Dokumentasi Perkenalan & Apresiasi

.TC.
LEMBAGA PERLINDUNGAN ANAK INDONESIA

LINKAR INISIATIF
(Cerita Bergambar)

Pengenalan Seri Edukasi : Rumah Sehat Tanpa Asap Rokok ke Kementerian Koordinator Bidang Pembangunan Manusia dan Kebudayaan



Bersama Mr. Han Kosal, Deputy Governor of Kampong Cham Province, Cambodia.



[LINKAR](#) [LPA.NONDISIANTHACOL.COM](#) [HTTPS://T.ME/LINKARIDTAPF-BANI](https://t.me/LINKARIDTAPF-BANI) [@LPA.JPNI](#) [@LPA.FIELD](#) [@LPA.NINGSIATIF](#)

.TC.
LEMBAGA PERLINDUNGAN ANAK INDONESIA

LINKAR INISIATIF
(Cerita Bergambar)

Pengenalan Seri Edukasi : Rumah Sehat Tanpa Asap Rokok dalam sesi 1st APCAT Tobacco Free Youth Leaders Festival



Bersama Mr. Han Kosal, Deputy Governor of Kampong Cham Province, Cambodia.



[LINKAR](#) [LPA.NONDISIANTHACOL.COM](#) [HTTPS://T.ME/LINKARIDTAPF-BANI](https://t.me/LINKARIDTAPF-BANI) [@LPA.JPNI](#) [@LPA.FIELD](#) [@LPA.NINGSIATIF](#)

.TC.
LEMBAGA PERLINDUNGAN ANAK INDONESIA

LINKAR INISIATIF
(Cerita Bergambar)

Pengenalan Seri Edukasi : Rumah Sehat Tanpa Asap Rokok dalam sesi 1st APCAT Tobacco Free Youth Leaders Festival



Illustrator LINKAR: Harry dan Yude Bersama Wati Kora Bruger, Bayak Bina Argo yang juga Co-Chair APCAT (DANA PARTISIPASI KEMERDEKAAN TANJUNGPINANG) dan NICA PERHIMPATAN



[LINKAR](#) [LPA.NONDISIANTHACOL.COM](#) [HTTPS://T.ME/LINKARIDTAPF-BANI](https://t.me/LINKARIDTAPF-BANI) [@LPA.JPNI](#) [@LPA.FIELD](#) [@LPA.NINGSIATIF](#)

.TC.
LEMBAGA PERLINDUNGAN ANAK INDONESIA

LINKAR INISIATIF
(Cerita Bergambar)

Pengenalan Seri Edukasi : Rumah Sehat Tanpa Asap Rokok ke Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak



Bersama Mr. Han Kosal, Deputy Governor of Kampong Cham Province, Cambodia.



[LINKAR](#) [LPA.NONDISIANTHACOL.COM](#) [HTTPS://T.ME/LINKARIDTAPF-BANI](https://t.me/LINKARIDTAPF-BANI) [@LPA.JPNI](#) [@LPA.FIELD](#) [@LPA.NINGSIATIF](#)

Profil Tim Penyusun

Tim Cerita



Kadek Ridoi Rahayu, S.K.M., MPH (Kak Doi)

Menjadi pegiat perlindungan anak sejak masih kanak-kanak, hingga kini Kak Doi tetap aktif melakukan kegiatan pemenuhan hak anak dan pemberdayaan komunitas. Kegemarannya membaca, bermain dan bercerita menginspirasi beragam inisiasi gerakan literasi khususnya di bidang kesehatan dan pendidikan keluarga. Ia percaya bahwa pengasuhan adalah urusan bersama dan buku seri edukasi ini diharapkan mampu membuka ruang diskusi keluarga untuk menciptakan rumah sehat yang ramah anak.



Ni Luh Putu Rita Primayuni (Kak Rita)

Menjadi mahasiswa di Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat, Universitas Udayana Bali. Rita pernah menulis buku cerita anak dan beberapa kali berkolaborasi dalam menulis informasi kesehatan dalam cakupan nasional. Pernah menjadi edukator kesehatan anak dan remaja dan kegemarannya dalam menyusun cerita yang mengangkat isu kesehatan masyarakat dan tertarik dalam pembuatan media edukasi kesehatan yang diharapkan terciptanya peningkatan pengetahuan dalam mencegah masalah kesehatan secara efektif dan efisien.

Tim Ilustrasi

Putu Hary Chandrakrisna, S.KM (Kak Hary)

Lulusan Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat, Universitas Udayana Bali, yang kini menjadi seorang ilustrator. Seringkali mengerjakan ilustrasi buku anak, dengan memasukkan unsur budaya tradisional Indonesia khususnya budaya Bali ke dalam ilustrasinya. Selain ilustrasi, juga gemar membuat kerajinan dan mainan sebagai media edukasi dan penyampaian cerita dongeng (*storytelling*). Karya-karyanya dapat dilihat di Instagram @hckrisna.



Desak Made Ari Harjani, S.Kom (Kak Yude)

Hobby membuat ilustrasi gambar yang berkaitan dengan dunia fantasi, beberapa kali berkolaborasi membuat ilustrasi buku untuk anak-anak. Kak Yude berpengalaman selama 7 tahun lebih menjadi video editor dan ilustrator.



Tim Administrasi

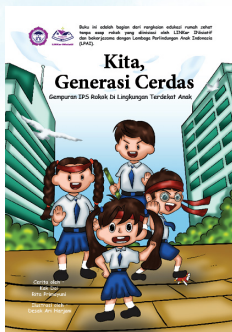


Sekar Tedak Nugraheni (Kak Sekar)

Merampungkan sekolah dari jurusan Pendidikan, Saya tertarik dalam mengedukasi anak-anak Indonesia agar literasi mereka terus berkembang. Di LPAI kami bersama untuk mendukung kepentingan hak anak di Indonesia



LINKar INISIATIF



QRSBN PDF 62-0072-01537-3 (PDF)

