

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehidupan bermasyarakat sering ditemui berbagai masalah yang harus dihadapi dengan penuh kesabaran dan kebijaksanaan, sehingga dapat terselesaikan dengan baik. Masalah yang dihadapi merupakan tantangan hidup seseorang, dalam mencapai kebahagiaan di kehidupan sekarang maupun akan datang. Seseorang secara naluri lebih mementingkan diri sendiri, dan kurang memperhatikan lingkungan disekitarnya. Tindakan merokok ditempat umum merupakan salah satu contoh tindakan yang keliru, karena tidak memperdulikan akibat yang akan terjadi bagi orang disekitarnya.

Manusia cenderung memikirkan diri sendiri dan kurang mempedulikan orang lain, jika harapannya tidak terpenuhi menjadi susah dan gelisah, dibelenggu oleh nafsu keinginan, diikat untuk bertumimbal lahir, tetap terkungkung oleh pandangan-pandangan salah, terkekang oleh ketidaktahuan, berpusing kian kemari, manusia mengembara dalam samsara, mati untuk lahir kembali (*A.II.10*).

Mengonsumsi rokok ditempat umum tidaklah asing, sehingga banyak dijumpai dilingkungan masyarakat. Buddha menjelaskan bahwa setiap perbuatan seseorang bersumber dari pikiran masing-masing. Perbuatan yang dilakukan manusia bersumber dari pikiran, berbagai masalah muncul dalam kehidupan juga disebabkan oleh pikiran, termasuk tindakan perilaku yang konsumtif. "Pikiran adalah pelopor dari segala sesuatu, pikiran adalah pemimpin, segala sesuatu dibentuk oleh pikiran. Bila seseorang berbicara atau berbuat dengan pikiran jahat, maka penderitaan akan mengikuti dirinya, bagai

roda pedati mengikuti langkah kaki lembu yang menariknya” (*Dh.1*). Melakukan pemilihan dalam tindakan merupakan hal yang penting dalam kehidupan sehari-hari, tidak mengkonsumsi rokok sebagai benda untuk dikonsumsi merupakan pilihan yang baik.

Penghindaran konsumsi rokok memberi manfaat bagi diri sendiri, orang lain, dan lingkungan. Buddha menjelaskan bahwa, seseorang hidup harus selalu waspada, sehingga pikiran, ucapan dan tindakan dapat dikendalikan dengan baik.

Orang yang hidupnya selalu sembrono tidak dapat mengendalikan dirinya maka keinginan akan berkembang terus bagaikan seekor kera yang meloncat dari pohon ke pohon mencari buah. Demikianlah ia terikat dengan keinginan mengembara dan bertumimbal lahir terus menerus dari kehidupan ke kehidupan lainnya (*Dh.334*).

Pengendalian diri merupakan hal yang penting, dengan memiliki pengendalian diri yang baik, seseorang dapat menyesuaikan situasi dan kondisi lingkungan yang ada. Situasi dan kondisi yang dimaksud dalam hal ini ialah, tidak mengkonsumsi rokok dengan pertimbangan kesehatan diri sendiri dan orang lain. Dengan mengendalikan diri untuk tidak merokok, seseorang dapat menciptakan udara yang bebas dari asap rokok.

Udara yang mengandung asap rokok akan mengganggu kesehatan, karena asap rokok mengandung zat-zat berbahaya, yaitu: 1) *tar* merupakan bahan kimia beracun yang merusak sel paru-paru dan menyebabkan kanker, 2) *karbon monoksida (Co)* merupakan gas beracun yang dapat mengakibatkan berkurangnya kemampuan darah membawa oksigen, 3) *nikotin* merupakan salah satu jenis obat perangsang yang dapat merusak jantung dan sirkulasi

darah, *nikotin* ini menyebabkan pemakainya kecanduan. Perokok pasif akan memperburuk kondisi pengidap penyakit *angina* (nyeri dada akibat penyempitan pembuluh darah pada jantung), asma (mengalami kesulitan bernafas), alergi (iritasi akibat asap rokok, contoh iritasi mata, sakit kepala, pusing, sakit tenggorokan, batuk dan sesak nafas) (Hastomi, 2008).

Menjaga kesehatan merupakan hal penting, setiap mengkonsumsi suatu barang harus diperhatikan manfaatnya. Mengkonsumsi rokok tidak baik untuk kesehatan, karena dapat melemahkan kesehatan fisik dan kesehatan mental, serta dapat menyebabkan ketidakmampuan seseorang untuk hidup secara aktif dan bermanfaat sesuai dengan ajaran agama Buddha. Kesehatan merupakan harta yang berharga, sehingga harus dijaga dan dipelihara dengan baik. Buddha bersabda, "*Arogya parama labha*", artinya kesehatan adalah suatu kekayaan yang terbesar (*Dh. 204*).

Larangan merokok dalam agama Buddha tidak diatur secara jelas dalam *sila*. Namun sila ke-lima dalam *pancasila Buddhis*, berisi latihan untuk tidak mengkonsumsi makanan dan minuman yang menimbulkan ketagihan dan melemahkan kewaspadaan. Mengkonsumsi rokok tidak diperkenankan menurut ajaran agama Buddha, karena menyebabkan ketagihan dan melemahkan kesadaran seseorang.

Ajaran Buddha berupa nasihat-nasihat dan bukan perintah-perintah yang harus dilakukan, menjalankan atau tidak menjalankan nasihatnya akan menerima konsekwensinya. Buddha memberikan kebebasan kepada pengikutnya untuk menggunakan pikiran mereka guna menilai dan

menganalisa secara mendalam nasihatnya sebelum memutuskan mengikutinya (Cheng Kar, 2007:87).

Sila kelima dalam *pancasila Buddhis*, berisi *surameraya majjapamadatthana veramani sikkhapadam samadiyami*, yang artinya aku bertekad akan melatih diri untuk tidak mengkonsumsi makanan dan minuman yang dapat menyebabkan lemahnya kewaspadaan (Tim Penyusun, 2003:27). Nasihat ini secara tidak langsung sudah berhubungan dengan konsumsi rokok, zat yang terkandung dalam rokok dapat merusak kerja saraf otak, sehingga menimbulkan sensasi yang mengarah pada lemahnya kesadaran.

Orang menganggap bahwa rokok dapat mengurangi ketegangan, tetapi pada dasarnya merokok bukanlah jawaban untuk mengurangi suatu ketegangan. Merokok dalam mengurangi ketegangan hanya bersifat sementara atau sesaat saja, berbeda dengan mengatasi ketegangan seperti yang telah diajarkan Buddha. Ajaran Buddha memberikan sebuah alternatif, sebuah sistem praktis untuk melepaskan ketegangan, yaitu dengan meditasi menggunakan obyek perhatian murni atau memperhatikan gerakan tubuh (Cheng Kar, 2007:90).

Memilih tidak merokok bagi seorang bukan perokok, dan berhenti merokok bagi seorang perokok merupakan pilihan yang lebih baik, daripada mengkonsumsi rokok tanpa henti. Dengan berhenti merokok seseorang akan memperoleh manfaat, Buddha menjelaskan, “Apabila dengan melepaskan kebahagiaan yang lebih kecil orang dapat memperoleh kebahagiaan yang

lebih besar, maka hendaknya orang bijaksana melepaskan kebahagiaan yang kecil, guna memperoleh kebahagiaan yang besar” (*Dh. 290*).

Berdasarkan uraian permasalahan diatas, maka penulis tertarik untuk meneliti Kajian Konsumsi Rokok Bagi Kesehatan Dalam Pandangan Agama Buddha.

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka terdapat beberapa masalah sebagai berikut:

1. Rokok mengandung zat racun yang berbahaya bagi tubuh.
2. Mengonsumsi rokok dapat menurunkan kesehatan seseorang.
3. Mengonsumsi rokok dapat merusak syaraf otak, dan menyebabkan ketagihan.
4. Mengonsumsi sesuatu yang membuat ketagihan akan menghabiskan harta, terlihat tidak sopan, tubuh mudah terserang penyakit, dan kecerdasan menurun.

C. Pembatasan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang ada, supaya pembahasan skripsi ini tidak melebar dan dapat lebih spesifik, maka penulis membatasi permasalahan ini pada Kajian Konsumsi Rokok Bagi Kesehatan Dalam Pandangan Agama Buddha.

D. Perumusan Masalah

Berdasarkan permasalahan yang muncul, untuk memfokuskan pembahasan penelitian ini maka masalah harus dirumuskan. Bagaimana Kajian Konsumsi Rokok Bagi Kesehatan Dalam Pandangan Agama Buddha?

E. Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mendeskripsikan analisis tentang Kajian Konsumsi Rokok Bagi Kesehatan Dalam Pandangan Agama Buddha.

F. Kegunaan Penelitian

1) Kegunaan teoritis

- a. Memberikan informasi dan pengetahuan tentang kajian konsumsi rokok bagi kesehatan dalam pandangan agama Buddha.
- b. Memberikan metode atau cara untuk menanggulangi konsumsi rokok dilingkungan masyarakat.

2) Kegunaan praktis

- a. Memberikan wawasan kepada umat Buddha tentang kajian konsumsi rokok bagi kesehatan dalam pandangan agama Buddha, sehingga dapat dijadikan sebagai pertimbangan dalam mengkonsumsi rokok.
- b. Sebagai bahan kepustakaan bagi para peneliti selanjutnya yang berkaitan dengan pembahasan konsumsi rokok bagi kesehatan.
- c. Memperkaya kepustakaan Sekolah Tinggi Ilmu Agama Buddha Jinarakkhita.