

Melihat Fuad Baradja, Pemeran Sinetron Jin dan Jun Melakukan Terapi Berhenti Merokok di SMK Muga Weleri

Kamis, 13-09-2018



KENDAL.MUHAMMADIYAH.OR.ID – Bagi pecinta sinetron Indonesia di era 1996, Jin dan Jun adalah salah satu sinetron yang cukup populer. Sinetron tersebut mengisahkan persahabatan manusia dengan jin yang salah satu artisnya adalah Fuad

Baradja berperan sebagai Pak Bondan (Ayah Junaidi).

Setelah tidak aktif lagi di dunia sinetron, Fuad Baradja ternyata kini memiliki kesibukan sebagai aktivis sosial antitokok sekaligus seorang terapis 'tobat' rokok. Aktor kelahiran Solo 58 silam ini sebelumnya mengakui sebagai perokok berat. Baradja mengaku 11 tahun aktif mengisap rokok sebelum akhirnya jatuh sakit. " Saya dulu pernah merokok dari tahun 80 sampai 91, jauh sebelum saya ngurus rokok saya sudah berhenti merokok. Waktu itu saya batuk sampai sebulan nggak berhenti – berhenti " tutur Baradja di salah satu media sosial. " Setelah mendapat saran dari dokter agar tidak merokok saya ikuti saran itu, alhamdulillah batuknya mulai mereda " tutur Baradja mengakuinya.

Merasa sembuh dari kecanduan rokok, tahun 1998 Fuad Baradja mendatangi Lembaga Menanggulangi Masalah Merokok (LM3), sebuah lembaga Kementerian Kesehatan RI yang memberikan layanan kepada anggota masyarakat yang ingin berhenti merokok. Melalui lembaga tersebut Baradja diangkat sebagai ketua bidang penyuluhan dan pendidikan dengan tugas utamanya memberikan informasi kepada masyarakat tentang bahaya merokok. Terkait dengan terapi berhenti merokok Fuad Baradja dan anggota timnya tertarik dengan metode Emotional Freedom Technique (EFT), serangkaian metode yang berorientasi pada sistem energi tubuh, untuk melepaskan individu dari gangguan emosional dan fisik.

Fuad Baradja mengatakan orang yang perokok berat itu bukan karena kebiasaan merokok, tetapi kecanduan nikotin yang ada di rokok tersebut. " Kebiasaan bisa dirubah, tetapi kecanduan sulit dirubah, dan semua perokok di dunia ini karena kecanduan " katanya di hadapan 100 siswa SMK Muhammadiyah 3 (Muga) Weleri, Kendal, Senin (10/9). Menurutnya masyarakat Indonesia yang kecanduan rokok adalah mereka yang berada dalam garis kemiskinan. " Artinya penyumbang dana pembangunan adalah orang – orang miskin, sungguh ironis "

Usai memaparkan bahaya merokok, Baradja melakukan terapi kepada salah satu peserta pecandu rokok. Terapi yang dilakukan unik, peserta tersebut justru disuruh merokok beberapa kali isapan dengan santai, duduk di kursi berhadapan dengan

Om Bardja. " Letakkan jari telunjuk dan jari tengah tangan kiri kamu di dada kiri yang dirasa nyeri, sakit, dan sedikit ditekan " pintanya. Kemudian Fuad Baradja mengucapkan kata – kata yang harus diikuti oleh pecandu rokok tersebut "

Bismillahirrahmanirrahim. Ya Allah saya ingin berhenti merokok. Ya Allah bantulah saya untuk berhenti merokok sekarang juga. Saya pasrah, saya rela, saya serahkan kepadaMu kesungguhan saya. Ya Allah saya ingin sekali berhenti merokok agar

badan saya tetap sehat, dan uang saya bisa dihemat untuk membeli barang – barang yang bermanfaat. Ya Allah saya ingin berhenti merokok sekarang juga, hari ini juga, detik ini juga. Saya pasrah, saya rela, saya serahkan kepadaMu kesembuhan

saya ".

Usai mengucapkan mantra pasien pecandu rokok itu diminta kembali untuk mengisap rokoknya dan minum air mineral yang sudah disiapkan, kemudian mengisap rokoknya lagi beberapa kali isapan " Rasanya pahit, hambar, nggak karuan " kata

pasien. Om Baradja melanjutkan aksinya. Kali ini beliau perlahan menotok – notok kepala pasien dengan kedua jari tangannya, totokannya pindah di kening dan pelipis pasien. Beberapa saat pasien diminta mengisap rokoknya. " Rasanya

bagaimana ? " tanya Baradja. " Pahit sekali " jawab pasien kemudian meludah beberapa kali. Hal itu menurutnya sebagai indikasi merokok sudah tidak nikmat lagi. Metode terapi tersebut selanjutnya akan dilakukan dengan sasaran para pelajar di

lingkungan SMK Muga yang kecanduan rokok.

Kepala SMK Muga, H. Yusuf Darmawan mengakui terdapat beberapa anak didiknya yang kecanduan rokok dan diharapkan kegiatan Training Terapi Berhenti Merokok tersebut bisa membantu siswa. " Anak – anak yang kecanduan merokok diharapkan bisa sembuh " pintanya. Ditambahkan ke depan sekolahan kita harus bebas asap rokok, dan terapi ini ditujukan kepada 2 kelompok siswa. " Mereka yang baru coba – coba merokok merasa takut karena mengetahui bahaya merokok, dan yang sudah kronis kita sembuhkan melalui terapi berhenti merokok " pungkas Darmawan (A. Ghofur/MPI Kendal)