

September 2022

Sebuah Pengantar tentang Snus

Apa yang dimaksud snus dan bagaimana cara menggunakannya?

Snus adalah produk tembakau oral yang telah digunakan selama lebih dari 300 tahun. Dinamai dari bahasa Swedia untuk tembakau bubuk (snuff), snus dibuat dari bubuk daun tembakau yang dicampur dengan garam dan air. Snus boleh jadi mengandung aroma asap tembakau berstandar produk makanan olahan, atau perasa lainnya, dan ditempatkan di bawah bibir atas, baik dikemas dalam kantong kecil seperti kantong teh yang disebut satu porsi snus ataupun tanpa kemasan.

Snus paling banyak digunakan di Skandinavia, khususnya Swedia dan Norwegia, tempat salah satu produk snus yang dikenal sebagai 'snus Swedia' mendominasi pasar.



Gambar porsi snus. Kredit foto: Alekos. Source: Wikimedia Commons.

Snus terkadang salah dikira sebagai produk lain, yaitu kantong nikotin, karena pemakaiannya sama-sama diletakkan di bawah bibir. Namun, berbeda dengan snus, kantong nikotin tidak mengandung tembakau. Sebaliknya, kantong nikotin dibuat dari serat tumbuhan yang telah diresapi nikotin.ⁱ

Apa yang membuat snus lebih aman daripada rokok atau produk tembakau oral berisiko tinggi?

Dampak kesehatan dari merokok kini banyak dipahami sebagai akibat proses pembakaran yang menghasilkan campuran bahan kimia berbahaya yang ditemukan dalam asap. Penggunaan snus berbeda

dari rokok karena tidak melibatkan pembakaran tembakau, sehingga dapat menghindari banyak risiko yang berhubungan dengan merokok.

Snus Swedia juga berbeda dengan jenis-jenis produk tembakau oral lain dari sisi metode produksinya. Berbeda dari produk tembakau tanpa-asap lainnya, tembakau snus Swedia dipasteurisasi alih-alih difermentasi. Proses pemanasan ini menghambat pertumbuhan bakteri pembentuk beragam kandungan racun yang ditemukan dalam produk tembakau. Pasteurisasi juga berkontribusi pada kestabilan kandungan kimia dan meningkatkan masa penyimpanan produk.

Sebagian besar snus asal Skandinavia dibuat di Swedia, yang mengatur snus sebagai produk makanan melalui Undang-Undang Makanan Swedia. Terdapat standar mutu sukarela bagi produk snus, yaitu standar GothiaTek®, yang menetapkan tingkat maksimum kandungan tertentu, termasuk logam, nitrit, nitrosamin, bahan agrokimia, mikotoksin, dan aldehida.ⁱⁱ Ada juga persyaratan ketat tentang bagaimana tembakau diproduksi. Tembakau yang dipakai untuk snus diawetkan dengan udara atau sinar matahari, yang mengurangi tingkat kandungan racun benzo(a)pirena secara signifikan.ⁱⁱⁱ

Sementara metode dan bahan pembuatan snus cenderung sama dari waktu-ke-waktu, cara produksinya kian memusatkan perhatian pada aspek keselamatan selama abad ke-20. Beragam perubahan yang dilakukan oleh produsen selama beberapa dekade terakhir telah menghasilkan penurunan tingkat kandungan zat yang tidak diinginkan dalam produk.

Haruskah perokok beralih dari rokok ke snus?

Walaupun telah digunakan selama berabad-abad, keamanan relatif snus dibandingkan dengan rokok baru belakangan ini dikonfirmasi oleh penyelidikan para epidemiolog dan pekerja medis. Namun, hasil riset saat ini menunjukkan bahwa hanya ada perbedaan kecil pada tingkat harapan hidup yang mempertimbangkan kualitas kesehatan (HALE) antara perokok yang berhenti menggunakan produk tembakau sama sekali dan perokok yang beralih ke snus.^{iv}

Snus mengandung serangkaian racun yang ditemukan pada rokok dalam kadar yang lebih rendah. Sebagai contoh, proses pasteurisasi mereduksi jumlah nitrosamin tembakau yang ada pada snus. Bahan kimia tersebut adalah salah satu karsinogen utama dalam tembakau dan telah dikaitkan dengan kanker paru-paru, kanker mulut, kanker kerongkongan, dan kanker hati akibat rokok dan produk tembakau tanpa-asap.^v

Di Amerika Serikat, merokok dikaitkan dengan sekitar 80% hingga 90% kematian akibat kanker paru-paru.^{vi} Sebaliknya, penggunaan snus memiliki risiko kanker paru-paru yang tidak signifikan karena tidak adanya pembakaran dan paparan terhadap kandungan tembakau tidak terjadi oleh penghirupan melalui saluran pernafasan.^{vii} Selain itu, juga tidak ada penghirupan karbon monoksida.

Tidak ada keterkaitan secara menyeluruh antara penggunaan snus dengan kanker orofaring (jenis kanker yang menyerang bagian tenggorokan, tepat di belakang mulut).^{viii} Sebaliknya, 25 dari 100 kasus kanker mulut dan kanker orofaring di Inggris Raya disebabkan oleh merokok.^{ix} Penggunaan snus Swedia tampaknya tidak berpengaruh pada perkembangan kanker pankreas pada pria.^x Sebagai alternatif rokok, snus juga berpotensi mengurangi kasus penyakit kardiovaskular.^{xi}

Berberapa studi yang menyelidiki potensi hubungan antara snus dengan diabetes telah melaporkan sedikit keterkaitan secara keseluruhan. Mereka menyampaikan bahwa konsumsi snus yang tinggi (empat kaleng atau lebih per minggu) dapat berkaitan dengan risiko diabetes yang lebih tinggi, tetapi hasil riset mereka tidak konklusif.^{xii}

Di Swedia dan Norwegia, tingkat pemakaian snus yang tinggi jarang dikaitkan dengan penyakit akibat merokok. Banyak pria Swedia telah beralih dari kebiasaan merokok ke penggunaan snus, dengan perkiraan 23% pria Swedia menggunakannya sehari-hari pada 2018.^{xiii} Swedia sejauh ini memiliki jumlah perokok terendah di Eropaxiv dan satu-satunya negara UE yang telah mencapai 'status bebas-rokok', yang didefinisikan memiliki prevalensi kurang dari 5% orang dewasa dengan rentang usia antara 15 dan 54 merokok. Sebagai perbandingan, rata-rata jumlah perokok di Uni Eropa pada rentang usia tersebut adalah 26 persen.^{xv} Pria Swedia juga memiliki tingkat kematian terkait produk tembakau yang terendah di Eropa, dengan 152 per 100.000 kematian akibat merokok dibanding rata-rata di Eropa sejumlah 373 per 100.000 kematian.^{xvi}

Norwegia juga memiliki tingkat perokok yang rendah—8% orang dewasa di Norwegia yang merupakan perokok harian—dan peningkatan pengguna snus di antara kaum mudanya. Hanya 1% wanita berusia 16–24 tahun yang merokok, sementara terdapat 12% yang menggunakan snus sehari-hari.^{xvii}

Bisakah snus menjadi pintu gerbang menuju kebiasaan merokok?

Menurut hipotesis gerbang, diperkirakan bahwa di antara mereka yang belum pernah merokok, pengguna snus akan lebih mungkin untuk kemudian merokok dibanding mereka yang bukan pengguna. Namun, beberapa bukti penyelidikan atas kemungkinan efek gerbang di Swedia menunjukkan bahwa snus justru menjauhkan para penggunanya, alih-alih mendekatkan, dari kebiasaan merokok.^{xviii} Dengan statusnya sebagai produk nikotin yang lebih aman, maka snus tidak hanya bertindak sebagai alat untuk membantu penghentian merokok, tetapi juga dapat mengurangi jumlah orang yang ingin mulai merokok.

Apakah snus legal di semua tempat?

Tidak, snus dilarang oleh 38 negara di seluruh dunia, tetapi status hukumnya di banyak negara tersebut tidaklah lugas. Jadi, meskipun membeli snus secara daring atau mengimpor produk snus dari Uni Eropa untuk berdagang adalah ilegal, tidak ada satu pun aturan hukum yang melarang seseorang mengimpor snus untuk penggunaan pribadi. Aturan ini berlaku bagi seluruh negara Uni Eropa, kecuali Swedia, yang mendapat pengecualian saat bergabung sebagai anggota Uni Eropa pada 1995. Aturan UE berlaku pada 1992, setelah Inggris Raya melarang produk tembakau bubuk oral sebagai respons terhadap peluncuran produk tembakau lembab tanpa-asap bermerek Skoal Bandits. Ketakutan tak berdasar yang mengaitkan produk ini dengan kanker mulut, ditambah kekhawatiran karena Skoal Bandits mengincar pasar remaja, membuat Inggris Raya melarang produk tersebut yang kemudian diikuti oleh Uni Eropa.^{xix} Snus juga dilarang di Australia, Bahrain, Liechtenstein, Makedonia, Montenegro, Selandia Baru, Federasi Rusia, Turki, Turkmenistan, Inggris Raya, dan Vanuatu.

Bagaimana memperluas ketersediaan snus dapat bermanfaat bagi kesehatan publik?

Apabila larangan UE atas snus ditarik, sekitar 320.000 kematian prematur per tahun akibat tembakau di antara pria berusia 30 ke atas di UE dapat dicegah.^{xx}

Sebuah tinjauan dari Komisi Eropa menyimpulkan bahwa penggantian sepenuhnya produk tembakau tanpa-asap atas rokok tembakau akan mencegah nyaris seluruh kematian akibat penyakit pernapasan yang saat ini disebabkan oleh merokok, serta mengurangi kematian akibat kardiovaskular yang timbul akibat merokok setidaknya sebesar 50%.^{xxi}

Apa yang telah dikatakan oleh pembuat kebijakan dan organisasi kesehatan tentang snus?

Dalam laporan berjudul *Nicotine Without Smoke: Tobacco Harm Reduction* (2016), Royal College of Physicians Inggris Raya menyebut potensi snus sebagai produk nikotin yang lebih aman. Mereka menyatakan: “Ketersediaan dan penggunaan [...] snus di Swedia [...] mendemonstrasikan [...] bahwa sebagian besar perokok akan, berdasarkan ketersediaan alternatif yang menawarkan bahaya kesehatan yang lebih rendah namun juga diterima secara sosial dan biayanya terjangkau, berpindah dari rokok tembakau ke produk alternatif.”^{xxii}

Pada Oktober 2019, Federal Drug Administration (FDA) Amerika Serikat (AS) mengabulkan pesanan atas produk tembakau dengan risiko yang dimodifikasi (MRTP) pertama dari produsen snus Swedish Match.^{xxiii} Keputusan ini mengesahkan pemasaran atas delapan dari produk General Snus milik Swedish Match, bersama informasi spesifik tentang risiko yang lebih rendah atas dampak kesehatan tertentu dibandingkan dengan merokok.

Ringkasan putusan FDA AS menyatakan: “Bukti ilmiah yang tersedia menunjukkan bahwa penggunaan eksklusif dari delapan produk General Snus akan secara signifikan mengurangi bahaya dan risiko penyakit akibat tembakau bagi individu pengguna tembakau”, dan menambahkan bahwa, “Delapan produk MRTP General Snus akan bermanfaat bagi kesehatan publik secara keseluruhan.” FDA AS juga menyatakan, “Klaim bahwa ‘menggunakan General Snus alih-alih rokok membuat Anda berisiko lebih rendah terkena kanker mulut, penyakit jantung, kanker paru-paru, stroke, emfisema, dan bronkitis kronis’ akurat secara ilmiah.”

Informasi lebih lanjut tentang hasil kerja *Global State of Tobacco Harm Reduction* (GSTHR), atau poin-poin yang diangkat dalam *GSTHR Briefing Paper* ini, dapat diminta melalui info@gsthr.org

Informasi lebih lanjut tentang status hukum dan ketersediaan snus di seluruh dunia dapat diakses dengan mengunjungi pangkalan data *Global State of Tobacco Harm Reduction*. Pilih negara dan klik pada tautan untuk mendapat informasi snus yang spesifik di negara tertentu.

Tentang kami: **Knowledge•Action•Change** (K•A•C) mempromosikan pengurangan bahaya sebagai strategi kunci di sektor kesehatan publik yang berbasis hak asasi manusia. Tim ini memiliki lebih dari 40 tahun pengalaman mendorong pengurangan bahaya dalam penggunaan narkoba, HIV, merokok, kesehatan seksual, dan penjara. K•A•C menjalankan *Global State of Tobacco Harm Reduction* (GSTHR) yang memetakan perkembangan pengurangan bahaya tembakau serta penggunaan, ketersediaan, dan tanggapan regulasi atas produk nikotin yang lebih aman; dan juga prevalensi merokok dan kematian terkait di lebih dari 200 negara dan kawasan di penjuru dunia. Seluruh publikasi dan data langsung dapat diakses melalui <https://gsthr.org>

Pendanaan kami: Proyek GSTHR diproduksi dengan bantuan hibah dari *Foundation for a Smoke Free World*, (FSFW), sebuah organisasi nonprofit 501(c)(3) dari Amerika Serikat, yang menurut aturan hukum setempat harus beroperasi secara independen dari donornya. Proyek dan luarannya, di bawah syarat kesepakatan hibah, secara editorial independen dari FSFW.

ⁱ Sudhanshu Patwardhan dan Karl Fagerström, “The New Nicotine Pouch Category: A Tobacco Harm Reduction Tool?,” *Nicotine & Tobacco Research* 24, no. 4 (1 April 2022): 623–25, <https://doi.org/10.1093/ntr/ntab198>

ⁱⁱ Lars E. Rutqvist dkk., “Swedish snus and the GothiaTek® standard,” *Harm Reduction Journal* 8, no. 1 (16 Mei 2011): 11, <https://doi.org/10.1186/1477-7517-8-11>

ⁱⁱⁱ “Gothiatek Standard: B(a)P,” Swedish Match, 7 Maret 2016, <https://www.swedishmatch.com/Snus-and-health/GOTHIATEK/GOTHIATEK-standard/BaP/>

^{iv} Coral E. Gartner dkk., “Assessment of Swedish Snus for Tobacco Harm Reduction: An Epidemiological Modelling Study,” *The Lancet* 369, no. 9578 (16 Juni 2007): 2010–14, [https://doi.org/10.1016/S0140-6736\(07\)60677-1](https://doi.org/10.1016/S0140-6736(07)60677-1)

- v Matt Schwarzfeld, "How Snus Works," HowStuffWorks, 14 September 2010, <https://science.howstuffworks.com/snus.htm>
- vi "What Are the Risk Factors for Lung Cancer?," Centers for Disease Control and Prevention, 19 Oktober 2021, https://www.cdc.gov/cancer/lung/basic_info/risk_factors.htm
- vii Elizabeth Clarke dkk., "Snus: a compelling harm reduction alternative to cigarettes," *Harm Reduction Journal* 16, no. 1 (27 November 2019): 62, <https://doi.org/10.1186/s12954-019-0335-1>
- viii Peter N. Lee, "Summary of the Epidemiological Evidence Relating Snus to Health," *Regulatory Toxicology and Pharmacology: RTP* 59, no. 2 (Maret 2011): 197–214, <https://doi.org/10.1016/j.yrtph.2010.12.002>
- ix "Risks and causes for mouth cancer," Cancer Research UK, diakses 26 September 2022, <https://www.cancerresearchuk.org/about-cancer/mouth-cancer/risks-causes>
- x Marzieh Araghi dkk., "Use of Moist Oral Snuff (Snus) and Pancreatic Cancer: Pooled Analysis of Nine Prospective Observational Studies," *International Journal of Cancer* 141, no. 4 (2017): 687–93, <https://doi.org/10.1002/ijc.30773>
- xi Clarke dkk., "Snus."
- xii Peter N. Lee dan Alison J. Thornton, "The Relationship of Snus Use to Diabetes and Allied Conditions," *Regulatory Toxicology and Pharmacology* 91 (1 Desember 2017): 86–92, <https://doi.org/10.1016/j.yrtph.2017.10.017>
- xiii "Living Conditions Surveys, Tobacco Habits by Indicator, Age, Sex, Observations and Period," Statistikdatabasen, Statistics Sweden, 2018, http://www.statistikdatabasen.scb.se/pxweb/en/ssd/START__LE__LE0101__LE0101H/LE0101H25/
- xiv European Commission, "Special Eurobarometer 429: Attitudes of Europeans towards Tobacco" (Brussels, 2015), http://data.europa.eu/88u/dataset/S2033_82_4_429_ENG
- xv European Commission, "Special Eurobarometer 506: Attitudes of Europeans towards Tobacco and Electronic Cigarettes" (Brussels: European Commission, 3 Februari 2021), S2240_506_ENG, http://data.europa.eu/88u/dataset/S2240_506_ENG Sweden country factsheet accessible at: <https://europa.eu/eurobarometer/surveys/detail/2240>
- xvi Peter Lee dan Lars M. Ramström, "New Data Shows Low Risk Nicotine Product Snus Is 95 Percent Safer than Smoking," EurekAlert!, 2017, <https://www.eurekalert.org/news-releases/591470> Report of data presented at the Global Forum on Nicotine 2017.
- xvii Statistics Norway, "Tobacco, Alcohol and Other Drugs," SSB, 18 Januari 2022, <https://www.ssb.no/en/helse/helseforhold-og-levestandard/statistikk/royk-alkohol-og-andre-rusmidler>
- xviii C. Bates dkk., "European Union Policy on Smokeless Tobacco: A Statement in Favour of Evidence Based Regulation for Public Health," *Tobacco Control* 12, no. 4 (1 Desember 2003): 360–67, <https://doi.org/10.1136/tc.12.4.360>
- xix Christopher Snowden, *The Art of Suppression: Pleasure, Panic and Prohibition Since 1800* (Ripon: Little Dice, 2011), 145–53.
- xx Lars Ramström, Institute for Tobacco Studies, Sweden, "Sweden's pathway to Europe's lowest level of tobacco-related mortality" (Global Forum on Nicotine, Warsaw, 2017). Quoted in Harry Shapiro, "No Fire, No Smoke: The Global State of Tobacco Harm Reduction 2018" (London: Knowledge-Action-Change, 2018), 50, <https://gsth.org/resources/thr-reports/no-fire-no-smoke-global-state-tobacco-harm-reduction-2018/>
- xxi Scientific Committee on Emerging and Newly Identified Health Risks, "Health Effects of Smokeless Tobacco Products" (Brussels: European Commission, 2008), https://ec.europa.eu/health/archive/ph_risk/committees/04_scenih/docs/scenih_r_o_013.pdf
- xxii Royal College of Physicians, "Nicotine without smoke: Tobacco harm reduction," RCP policy: public health and health inequality (Royal College of Physicians, 28 April 2016), <https://www.rcplondon.ac.uk/projects/outputs/nicotine-without-smoke-tobacco-harm-reduction>
- xxiii US Food & Drug Administration, "FDA Grants First-Ever Modified Risk Orders to Eight Smokeless Tobacco Products," FDA, 24 Maret 2020, <https://www.fda.gov/news-events/press-announcements/fda-grants-first-ever-modified-risk-orders-eight-smokeless-tobacco-products>