

# EDUKASI DAMPAK KESEHATAN DAN UPAYA PERLINDUNGAN DIRI DARI BENCANA KABUT ASAP

Citra Maharani, An Aldia Asrial, Bernhard Arianto Purba, Miftahurrahmah

Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi

[citramaharani.dr@gmail.com](mailto:citramaharani.dr@gmail.com)

## ABSTRAK

Bencana kabut asap yang terjadi akibat kebakaran hutan berdampak besar bagi masyarakat, salah satunya dibidang kesehatan. Paparan gas dan partikel berbahaya akibat bencana kabut asap dapat menyebabkan gangguan berbagai sistem organ manusia seperti pernafasan, kardiovaskular dan sensoris. Berbagai upaya perlindungan diri dapat dilakukan oleh individu untuk meminimalkan efek buruk yang dapat terjadi karena bencana kabut asap. Kesadaran masyarakat mengenai bahaya kesehatan yang dapat diakibatkan oleh bencana kabut asap perlu ditumbuhkan agar masyarakat dapat secara mandiri terdorong menjaga diri dan lingkungan termasuk melakukan upaya perlindungan diri. Hal tersebut diwujudkan melalui kegiatan edukasi terkait bencana kabut asap menggunakan media leaflet dan metode wawancara untuk mengetahui tingkat pengetahuan masyarakat terhadap dampak kesehatan dan upaya perlindungan diri dari bencana kabut asap. Selain itu juga dilakukan pemberian masker sebagai salah satu upaya perlindungan diri terhadap kabut asap. Kegiatan ini diikuti oleh 100 orang peserta yang merupakan masyarakat Kota Jambi. Dampak kesehatan akibat kabut asap yang diketahui oleh peserta kegiatan yaitu batuk (56%), iritasi mata (52%), sesak nafas (47%), iritasi hidung (33%), nyeri tenggorokan (16%) dan diare (2%). Upaya yang diketahui dapat dilakukan untuk melindungi diri dari kabut asap yaitu menggunakan masker (74%), menghindari aktivitas di luar ruangan (65%), menutup rapat jendela dan pintu rumah (53%), tidak melakukan aktivitas yang dapat menambah jumlah asap seperti merokok atau membakar sampah (25%), menjalani perilaku hidup bersih dan sehat (24%), memperbanyak minum air putih (10%).

**Keywords:** *edukasi, dampak kesehatan, perlindungan diri, kabut asap*

---

## PENDAHULUAN

Kebakaran hutan merupakan salah satu permasalahan lingkungan yang memiliki dampak besar terhadap kehidupan masyarakat. Kebakaran hutan ini dapat terjadi secara alami misalnya akibat petir, gesekan antara pepohonan. Namun, kasus yang terjadi di Indonesia umumnya terjadi akibat ulah

manusia dengan motif membuka lahan baru untuk perkebunan atau pemukiman.<sup>1,2</sup> Secara langsung dampak merugikan yang dapat ditimbulkan akibat kebakaran hutan ini antara lain kerusakan infrastruktur serta hilangnya aset pertanian, perkebunan dan kehutanan, serta tak sedikit pula menyebabkan korban jiwa. Selain itu dampak ekologis, ekonomi dan

kesehatan akibat bencana kabut asap yang terjadi juga mengancam akibat kebakaran hutan tersebut.<sup>1</sup>

Provinsi Jambi adalah salah satu provinsi yang terletak di pulau Sumatera yang telah berung kali terdampak bencana kabut asap akibat kebakaran hutan tersebut. Data Dinas Kesehatan Provinsi Jambi tahun 2015 menunjukkan bahwa bencana kabut asap merupakan salah satu ancaman bencana yang ada di Provinsi Jambi. Bencana kabut asap ini menyebabkan kejadian krisis kesehatan dengan persentase tertinggi, yaitu sebanyak 29% dibandingkan bencana lainnya yang terjadi di Provinsi Jambi pada tahun 2011-2015.<sup>3</sup>

Asap yang ditimbulkan oleh kebakaran hutan berdampak langsung pada kesehatan, khususnya gangguan saluran pernapasan. Asap mengandung sejumlah gas dan partikel kimia yang mengganggu pernapasan seperti sulfur dioksida (SO<sub>2</sub>), karbon monoksida (CO), formaldehid, akrolein, benzen, nitrogen oksida (NO<sub>x</sub>) dan ozon permukaan (O<sub>3</sub>). *Particulate Matter* (PM) yang sangat halus merupakan partikel yang paling mengkhawatirkan karena dapat terhirup masuk ke saluran pernafasan dan dapat menembus hingga ke paru-paru. Partikel tersebut memicu dampak buruk yang nyata terutama pada kondisi khusus, seperti pada manula, bayi dan pengidap penyakit paru.<sup>2</sup>

Departemen Kesehatan Republik Indonesia melaporkan beberapa gangguan kesehatan yang disebabkan karena bencana kabut asap antara Infeksi Saluran Penafasan

Atas (ISPA), penyakit kulit, penyakit mata, asma dan pneumonia.<sup>4</sup>

Edukasi kesehatan berperan penting dalam menumbuhkan kesadaran masyarakat untuk mengontrol kesehatan mereka sendiri dengan mempengaruhi serta menguatkan keputusan atas tindakan sesuai diri mereka sendiri.<sup>5</sup> Melalui edukasi yang baik, diperkirakan 80% dari semua kebutuhan dan masalah kesehatan sebenarnya dapat diatasi secara mandiri individu dalam masyarakat.<sup>6</sup> Pemberian edukasi mengenai bahaya bencana kabut asap menjadi penting agar individu dalam masyarakat dapat menyadari risiko yang dihadapi, gangguan kesehatan yang dapat terjadi serta bagaimana melindungi diri terhadap bencana kabut asap tersebut dengan harapan meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat, meningkatkan perlindungan diri yang dapat dilakukan sehingga meminimalkan dampak yang terjadi akibat bencana kabut asap tersebut terhadap kesehatan.

## METODE

Peserta kegiatan merupakan masyarakat Kota Jambi. Kegiatan ini dilakukan pada pengunjung *car free day* di Lapangan Kantor Gubernur Jambi. Metode wawancara menggunakan kuesioner digunakan untuk mengukur pengetahuan masyarakat mengenai dampak kesehatan yang ditimbulkan akibat bencana kabut asap, serta untuk mengukur pengetahuan masyarakat mengenai upaya perlindungan diri dari bencana kabut asap. Pada kegiatan ini

juga dilakukan pemberian edukasi mengenai dampak kesehatan dan upaya perlindungan diri yang dapat dilakukan dengan cepat dan tepat dari bencana kabut asap. Edukasi pada kegiatan ini diberikan secara lisan dan juga tulisan menggunakan media leaflet. Pada kegiatan ini juga dilakukan pemberian masker secara gratis untuk peserta kegiatan sebagai salah satu upaya perlindungan diri dari bencana kabut asap.

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

Kegiatan ini diikuti oleh 100 orang peserta yang terdiri dari 48 orang peserta laki-laki dan 52 orang peserta perempuan. Rata-rata usia peserta yang ikut serta dalam kegiatan ini yaitu 41 tahun dengan usia termuda adalah 16 tahun dan usia tertua adalah 69 tahun.

Berdasarkan hasil wawancara diketahui pengetahuan masyarakat mengenai dampak kesehatan yang ditimbulkan akibat bencana kabut asap seperti yang ditunjukkan pada Diagram 1, antara lain batuk (56%), iritasi mata (52%), sesak nafas (47%), iritasi hidung (33%) nyeri tenggorokan (16%), dan diare (2%).

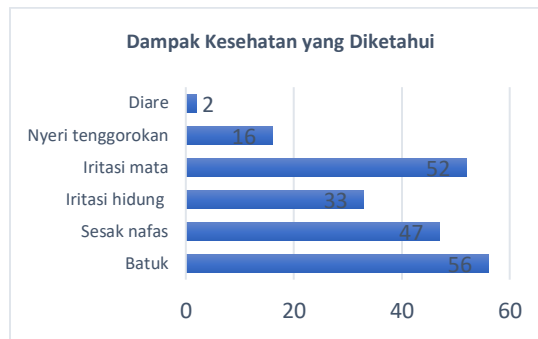


Diagram 1. Pengetahuan masyarakat mengenai dampak kesehatan yang ditimbulkan akibat bencana kabut asap.

Pengetahuan masyarakat mengenai upaya perlindungan diri yang dapat dilakukan secara mandiri dari bencana kabut asap seperti yang tampak pada Diagram 2, yaitu memakai masker (74%), mengurangi aktivitas di luar rumah (65%), menutup rapat jendela dan pintu rumah (53%), tidak melakukan aktivitas yang dapat menambah jumlah asap seperti merokok atau membakar sampah (25%), berperilaku hidup bersih dan sehat (24%).

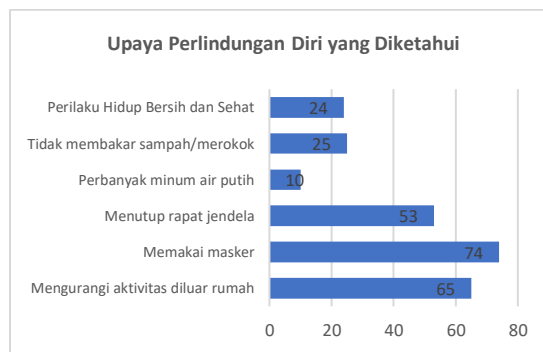


Diagram 2. Pengetahuan masyarakat mengenai upaya perlindungan diri dari bencana kabut asap

Jika ditilik dari hasil wawancara, peserta kegiatan telah mengetahui berbagai dampak kesehatan yang ditimbulkan akibat kabut asap. Umumnya pengetahuan mengenai

dampak kesehatan ini diperoleh berdasarkan pengalaman yang dirasakan secara langsung oleh peserta kegiatan. Bencana kabut asap yang sering terjadi di Provinsi Jambi menyebabkan masyarakat mengalami berbagai gangguan kesehatan. Paparan asap dapat menyebabkan ISPA yang ditandai dengan gejala hidung tersumbat, batuk, nyeri menelan dan disertai suara paru. Bila terus menerus terpapar asap dan keluhan tidak tertangani dengan baik, infeksi dapat berlanjut hingga menyebabkan Infeksi Saluran Pernafasan Bawah (ISPB). Pada ISPB dapat terjadi peradangan pada alveoli sehingga menimbulkan gejala utama yaitu sesak nafas.<sup>7</sup> Selain saluran pernafasan, paparan asap juga dapat menyebabkan iritasi mata. Paparan asap dapat mengiritasi bagian sklera dan kornea mata sehingga menimbulkan rasa pedih.<sup>8</sup>

Hasil wawancara menunjukkan pengetahuan masyarakat mengenai upaya perlindungan diri dari bencana kabut asap sudah cukup baik dan konkret, namun masih perlu ditingkatkan. Pentingnya menggunakan masker sebagai salah satu upaya perlindungan diri tampaknya belum sepenuhnya dipahami oleh masyarakat. Hal ini ditunjukkan dengan persentase penggunaan masker yang belum optimal. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, penggunaan masker sangat dianjurkan terutama bila melakukan aktivitas di luar rumah untuk menghalangi partikel debu dari asap masuk ke saluran pernafasan.<sup>4</sup> Oleh sebab itu, pemberian edukasi yang tepat pada

masyarakat perlu dilakukan untuk menambah wawasan dan meningkatkan kesadaran untuk melindungi diri sehingga dapat mengurangi risiko terjadinya gangguan kesehatan akibat bencana kabut asap.

Edukasi yang diberikan pada kegiatan ini antara lain, informasi mengenai standar kualitas udara, gangguan kesehatan dan gejala yang timbul akibat kabut asap, cara penggunaan masker yang tepat dan upaya-upaya perlindungan diri lainnya yang dapat dilakukan secara mandiri, baik di dalam maupun di luar rumah.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Bencana kabut asap yang terjadi akibat kebakaran hutan berdampak besar bagi masyarakat, terutama di bidang kesehatan. Pemberian edukasi merupakan salah satu bentuk dorongan pada masyarakat untuk meningkatkan kesadaran diri, sehingga diharapkan dapat mencegah terjadinya gangguan kesehatan yang mungkin ditimbulkan akibat bencana kabut asap.

Kegiatan yang dilakukan oleh tim diharapkan dapat ditingkatkan dengan melibatkan pakar dibidang kesehatan dan pakar lingkungan sehingga dapat dilakukan deteksi gangguan kesehatan serta mencegah terjadinya bencana kabut asap sehingga dapat menekan angka komplikasi dan mencegah mortalitas.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2016. Buku penanggulangan krisis kesehatan untuk anak sekolah: lindungi diri dari bencana kabut asap. Jakarta: Pusat Krisis Kesehatan-Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
2. Yulianti, N., 2018. Pengenalan bencana kebakaran dan kabut asap lintas batas (studi kasus eks proyek lahan gambut sejuta hektar). Bogor: IPB Press.
3. Dinas Kesehatan Provinsi Jambi, 2016. Profil kesehatan provinsi Jambi 2015. [http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL\\_KES\\_PROVINSI\\_2015/05\\_JA\\_MBI\\_2015.pdf](http://www.depkes.go.id/resources/download/profil/PROFIL_KES_PROVINSI_2015/05_JA_MBI_2015.pdf) (diakses tanggal 8 Oktober 2019).
4. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2015. Masalah kesehatan akibat kabut asap kebakaran hutan dan lahan tahun 2015. <http://www.depkes.go.id/download.php?file=download/pusdatin/infodatin/infodatin-asap.pdf> (diakses tanggal 8 Oktober 2019).
5. Notoatmodjo, S., 2003. Pendidikan dan perilaku kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
6. Maulana, H.D., 2007. Promosi kesehatan. Jakarta: EGC.
7. Marino, P.L., 2014. Acute respiratory failure. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins.
8. American Academy of Ophthalmology. 2016. Fundamentals and principles of ophthalmology. <https://www.aao.org/Assets/b415860a-b6ec-4f22-ac33-a6fb8e668065/636312511027800000/bcsc1718-s02-pdf> (diakses tanggal 9 Oktober 2019)