

**BUKU PEDOMAN LATIHAN KESIAPSIAGAAN MENGHADAPI
BENCANA GEMPA BUMI DAN KEBAKARAN
DINAS KETAHANAN PANGAN PROVINSI JAWA TENGAH**



DINAS KETAHANAN PANGAN PROVINSI JAWA TENGAH

2017

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kehadiran Allah Yang Maha Esa atas segala berkah dan rahmatNya sehingga penyusunan "Buku Pedoman Latihan Kesiapsiagaan Bencana Gempa Bumi dan Kebakaran Dinas Ketahanan Pangan Provinsi Jawa Tengah" dapat diselesaikan. Kesiapsiagaan merupakan hal penting yang harus dibangun pada setiap individu maupun kelompok di masyarakat. Dari pengalaman menunjukkan bahwa kehancuran, kerusakan maupun kerugian akibat bencana dapat diminimalisir jika semua orang lebih siap dalam menghadapi bencana.

Penyusunan buku ini adalah sebagai bentuk berbagi ilmu dan informasi tentang cara maupun upaya dalam meminimalisir jumlah resiko, korban maupun kerugian yang ditimbulkan dari bencana yang tidak pernah terduga datangnya. Harapan kami semoga melalui buku ini tercipta masyarakat Indonesia yang senantiasa siap dan tangguh menghadapi ancaman bencana.

Kami mohon maaf atas segala kekurangan yang tersaji. Semoga isi dari buku ini dapat bermanfaat bagi masyarakat luas maupun pegawai Dinas Ketahanan Pangan Provinsi Jawa Tengah pada khususnya dalam rangka meningkatkan kesadaran, kewaspadaan kita bersama menghadapi ancaman bencana.

Ungaran, 20 Maret 2017
Kepala Dinas Ketahanan Pangan
Provinsi Jawa Tengah



Ir. Suryo Banendro, MP

DAFTAR ISI

	Halaman
I. PENDAHULUAN.....	1
A. Maksud dan Tujuan.....	2
B. Gambaran Umum Latihan Kesiapsiagaan.....	2
1. Definisi Latihan Kesiapsiagaan.....	3
2. Jenis-Jenis Latihan Kesiapsiagaan.....	3
3. Kelompok Rentan dan Disabilitas.....	4
II. MANAJEMEN KESIAPSIAGAAN BENCANA.....	6
A. Tahap Perencanaan.....	6
B. Tahap Persiapan.....	8
C. Tahap Pelaksanaan.....	8
D. Evaluasi dan Rencana Perbaikan.....	9
III. LATIHAN EVAKUASI MANDIRI.....	10
A. Potensi Bencana di Indonesia.....	10
B. Latihan Evakuasi Bencana Gempa Bumi.....	10
C. Latihan Evakuasi Bencana Kebakaran Gedung.....	22
Lampiran Nomor Panggilan Darurat di Indonesia	

I. PENDAHULUAN

Indonesia secara geografis terletak pada pertemuan 3 lempeng tektonik dunia, yaitu lempeng Australasia, lempeng Pasifik, lempeng Eurasia serta Filipina. Hal ini menyebabkan Indonesia rentan secara geologis. Di samping terdapat kurang lebih 5.590 daerah aliran sungai dan 129 gunung api aktif, hal ini mengakibatkan Indonesia menjadi salah satu negara yang berisiko tinggi terhadap ancaman bencana alam berupa gempa bumi, tsunami, erupsi gunung api, dan gerakan tanah.

Selain itu, iklim di Indonesia sangat dipengaruhi oleh lokasi dan karakteristik geografis yang membentang antara Samudra Pasifik dan Samudra Hindia. Indonesia memiliki 3 pola iklim dasar yaitu monsun, khatulistiwa, dan sistem iklim lokal yang menyebabkan terjadinya perbedaan pola curah hujan yang dramatis. Kondisi tersebut semakin kompleks akibat dampak pemanasan global dan pengaruh perubahan iklim ekstrim seperti kenaikan suhu dan kenaikan permukaan air laut wilayah Indonesia yang berada di garis khatulistiwa. Hal ini juga berpotensi menimbulkan terjadinya berbagai jenis bencana hidrometeorologi seperti banjir, banjir bandang, kekeringan, cuaca ekstrem, gelombang ekstrem, abrasi, serta kebakaran hutan dan lahan.

Setiap orang mempunyai risiko terhadap potensi bencana, sehingga penanganan bencana merupakan urusan semua pihak. Oleh karena itu, perlu dilakukan berbagai peran dan tanggung jawab semua pihak dalam peningkatan kesiapsiagaan di semua tingkatan dari anak, remaja, dan dewasa guna menumbuhkan kesadaran kesiapsiagaan bencana.

Tren bencana global dari tahun ke tahun cenderung semakin meningkat, hal ini dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain 1) Meningkatnya jumlah penduduk, 2) Urbanisasi, 3) Degradasi lingkungan, 4) Kemiskinan, dan 5) Pengaruh perubahan iklim global. Faktor utama banyaknya korban jiwa, kerusakan dan kerugian yang diakibatkan bencana adalah kurangnya pemahaman dan kesadaran masyarakat serta pelaku pengelola sumber daya hayati dan lingkungan terhadap risiko bencana di wilayahnya. Dukungan mitigasi struktural yang belum memadai juga menjadi faktor yang membuat kesadaran, kewaspadaan dan kesiapsiagaan dalam menghadapi bencana masih kurang.

Belajar dari pengalaman beberapa negara rawan bencana seperti Jepang, Amerika Serikat, Jerman, Korea Selatan bahwa kesadaran, kewaspadaan dan kesiapsiagaan telah tumbuh serta berkembang melalui pelatihan secara teratur.

Hasil survei di Jepang pada kejadian gempa Great Hanshin Awaji 1995, menunjukkan bahwa presentase korban selamat disebabkan oleh Diri Sendiri sebesar 35%, Anggota Keluarga 31,9 %, Teman/Tetangga 28,1%, Orang Lewat 2,60%, Tim SAR 1,70 %, dan lain-Lain 0,90%. Berdasarkan ilustrasi tersebut, faktor yang paling menentukan untuk menyelamatkan dirinya dari ancaman risiko bencana adalah ***"penguasaan pengetahuan yang dimiliki oleh diri sendiri"*** kemudian diikuti oleh faktor bantuan anggota keluarga, teman, bantuan Tim Sar dan disekelilingnya. Maka salah satu upaya dalam meningkatkan pemahaman risiko, meningkatkan kewaspadaan dan kesadaran melalui **Latihan Kesiapsiagaan Bencana Siap, Untuk Selamat!**. Ini merupakan pesan utama yang harus didorong kepada setiap orang dalam proses penyadaran untuk meningkatkan kemampuan diri sendiri.

Proses penyadaran tersebut berguna agar setiap orang dapat memahami risiko, mampu mengelola ancaman dan berkontribusi dalam mendorong ketangguhan individu/masyarakat dari ancaman bahaya bencana. Kohesi sosial, gotong royong, dan saling percaya merupakan nilai perekat modal sosial yang telah teruji dan terus dipupuk, baik kemampuan perorangan dan masyarakat secara kolektif untuk mempersiapkan, merespon dan bangkit dari keterpurukan akibat bencana. Jenis-jenis latihan kesiapsiagaan yang dapat dilakukan antara lain Aktivasi Sirine Peringatan Dini dan Latihan Evakuasi Mandiri.

A. Maksud dan Tujuan

Maksud diterbitkannya buku pedoman pelaksanaan latihan kesiapsiagaan menghadapi ancaman bencana agar setiap orang khususnya pegawai Dinas Ketahanan Pangan Provinsi Jawa Tengah dalam melaksanakan pelatihan kesiapsiagaan bencana, memiliki acuan yang dapat dimengerti dan mudah diaplikasikan dengan kemampuan sumber daya yang dimilikinya. Menurut Undang Undang Nomor 24 tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana, membagi bencana kedalam 3 kategori yaitu bencana alam, bencana non alam, dan bencana sosial. Bencana alam adalah bencana yang diakibatkan peristiwa atau rangkaian peristiwa oleh alam, antara lain 1) Gempa bumi, 2) Tsunami, 3) Gunung Api, 4) Banjir, 5) Kekeringan, 6) Angin topan dan gelombang ekstrem serta 7) tanah longsor. Bencana non-alam adalah bencana yang diakibatkan peristiwa atau rangkaian peristiwa non alam, antara lain 1) Gagal teknologi, 2) Gagal modernisasi, 3) Epidemii, dan 4) Wabah penyakit. Bencana sosial adalah bencana yang diakibatkan oleh peristiwa atau serangkaian peristiwa yang diakibatkan oleh manusia meliputi 1) Konflik sosial antar kelompok atau komunitas masyarakat dan 2) teror. Dalam buku pedoman latihan kesiapsiagaan bencana ini akan dibahas cakupan bencana alam yang sering terjadi di Indonesia

khususnya Provinsi Jawa Tengah yaitu gempa bumi, gerakan tanah/longsor, dan kebakaran gedung.

Maksud diselenggarakannya latihan kesiapsiagaan bencana ini adalah :

- a. Merencanakan dan melaksanakan latihan kesiapsiagaan bencana antara lain berupa simulasi bencana gempa bumi atau kebakaran di dalam gedung/kantor Dinas Ketahanan Pangan Provinsi Jawa Tengah.
- b. Mendorong latihan kesiapsiagaan yang dilakukan oleh seluruh pegawai lingkup Dinas Ketahanan Pangan Provinsi Jawa Tengah.

Tujuan diadakanya latihan kesiapsiagaan bencana ini adalah:

- Menilai tindakan respon/reaksi khususnya pegawai lingkup Dinas Ketahanan Pangan Provinsi Jawa Tengah, baik individu maupun komunitas untuk melakukan evakuasi secara terencana.
- Meningkatkan kapasitas sumber daya manusia dalam melaksanakan standar operasional dan prosedur (SOP) yang telah dibuat.
- Mengkaji kemampuan peralatan penunjang komunikasi sistem peringatan dini, penunjang evakuasi serta penunjang tanggap darurat.
- Mengkaji kerjasama antar individu ataupun institusi/organisasi/masyarakat lokal.
- Melakukan evaluasi dan mengidentifikasi apa saja yang harus diperbaiki / ditingkatkan.

B. Gambaran Umum

1. Definisi Latihan Kesiapsiagaan

Latihan kesiapsiagaan diartikan sebagai bentuk latihan koordinasi, komunikasi dan evakuasi dengan melibatkan pegawai lingkup Dinas Ketahanan Pangan Provinsi Jawa Tengah. Seluruh pegawai yang terlibat mensimulasikan situasi bencana sesungguhnya menggunakan skenario bencana yang dibuat mendekati kondisi nyata. Buku pedoman ini disusun untuk penyelenggaraan latihan yang melibatkan seluruh Pegawai lingkup Dinas Ketahanan Pangan Provinsi Jawa Tengah serta digunakan untuk membangun dan menyempurnakan sistem kesiapsiagaan sekaligus meningkatkan ketrampilan dalam koordinasi serta pelaksanaan operasi penanggulangan bencana.

2. Jenis-Jenis Latihan Kesiapsiagaan

Latihan merupakan elemen yang sangat penting dalam meningkatkan upaya kesiapsiagaan secara sistematis. Ada tiga tahapan dalam latihan kesiapsiagaan bencana ini, yakni tahap pelatihan, tahap simulasi dan tahap uji sistem. Ketiganya memiliki alur, yakni :

- Bertahap berarti latihan dilakukan mulai dari tahap awal analisis kebutuhan, perencanaan, persiapan dan pelaksanaan serta monitoring dan evaluasi.
- Berjenjang berarti latihan dilakukan mulai dari tingkat kompleksitas paling dasar yakni sosialisasi hingga kompleksitas paling tinggi yakni latihan terpadu/gladi lapang. Semua jenis latihan kesiapsiagaan dimaksudkan untuk meningkatkan kapasitas pegawai Dinas Ketahanan Pangan Provinsi Jawa Tengah mulai dari meningkatkan pengetahuan hingga sikap dan keterampilan dalam menjalankan fungsi dan tanggung jawab saat situasi darurat.
- Berkelanjutan berarti latihan dilakukan secara terus menerus dan rutin minimal 1 tahun sekali dalam upaya mengantisipasi jumlah korban bencana.

Pada tahap latihan kesiapsiagaan, salah satu jenis latihan adalah evakuasi mandiri. Evakuasi mandiri adalah kemampuan dan tindakan individu/kelompok secara mandiri, cepat, tepat dan terarah berdasarkan langkah-langkah kerja dalam melakukan penyelamatan diri dari bencana. Latihan evakuasi mandiri adalah latihan yang dilaksanakan oleh organisasi/instansi/lembaga dalam rangka merespon sistem peringatan dini bencana. Latihan kesiapsiagaan biasanya dilakukan pada tingkat komunitas seperti organisasi/instansi/lembaga dan lain sebagainya.

3. Kelompok Rentan dan Penyandang Disabilitas

A. Kelompok Rentan

Kerentanan adalah suatu keadaan atau kondisi lingkungan dari suatu komunitas yang mengarah atau menyebabkan ketidakmampuan dalam menghadapi ancaman bencana. Tingkat kerentanan dapat ditinjau dari empat aspek, yaitu:

- Kerentanan fisik menggambarkan suatu kondisi fisik yang rawan terhadap bahaya tertentu. Kondisi kerentanan ini dapat dilihat dari berbagai indikator, antara lain: persentase kawasan terbangun, kepadatan bangunan, persentase bangunan konstruksi darurat, jaringan listrik, rasio panjang jalan, jaringan telekomunikasi, lingkungan pertanian, hutan, dan lain-lain.
- Kerentanan sosial kependudukan menggambarkan kondisi tingkat kerapuhan sosial dalam menghadapi bahaya. Pada kondisi sosial yang rentan, maka jika bencana terjadi dapat dipastikan akan menimbulkan dampak kerugian yang besar. Beberapa indikator kerentanan sosial, antara lain kepadatan penduduk, laju pertumbuhan penduduk, persentase penduduk usia tua-balita dan penduduk perempuan, kelembagaan masyarakat, tingkat pendidikan dan lain-lain

- Kerentanan ekonomi menggambarkan suatu kondisi tingkat kerapuhan ekonomi dalam menghadapi ancaman bahaya. Beberapa indikator kerentanan ekonomi di antaranya mata pencaharian masyarakat, tingkat pengangguran, dan kesenjangan tingkat kesejahteraan.
- Kerentanan lingkungan menggambarkan tingkat ketersediaan/kelangkaan sumber daya (lahan, air, udara) serta kerusakan lingkungan yang terjadi.

B. Penyandang Disabilitas

Penyandang disabilitas, menurut UU No. 8 Tahun 2016 adalah setiap orang yang mengalami keterbatasan fisik, intelektual, mental dan/atau sensorik dalam jangka waktu lama yang dalam berinteraksi dengan lingkungan dapat mengalami hambatan dan kesulitan untuk berpartisipasi secara penuh dan efektif dengan warga negara lainnya berdasarkan kesamaan hak. Ragam penyandang disabilitas adalah:

- a. Penyandang disabilitas fisik adalah terganggunya fungsi gerak antara lain amputasi, lumpuh layuh atau kaku, paraplegi, *celebral palsy* (CP) akibat stroke, akibat kusta dan orang kecil.
- b. Penyandang disabilitas intelektual adalah terganggunya fungsi pikir karena tingkat kecerdasan dibawah rata-rata antara lain lambat belajar, disabilitas grahita dan *down syndrome*.
- c. Penyandang disabilitas mental adalah terganggunya fungsi pikir, emosi, dan perilaku.
- d. Penyandang disabilitas sensorik adalah terganggunya salah satu fungsi dari panca indera, antara lain disabilitas netra, disabilitas rungu dan/atau disabilitas wicara.

Selain itu, kelompok rentan dapat terdiri dari anak-anak, kaum lansia dan tuna wisma yang perlu mendapatkan perlindungan pada saat terjadinya bencana maupun pada saat diadakan latihan evakuasi kesiapsiagaan bencana.

II. Manajemen Kesiapsiagaan Bencana

Kegiatan latihan kesiapsiagaan bencana dibagi menjadi 5 (lima) tahapan yakni tahap perencanaan, persiapan, pelaksanaan serta monitoring dan evaluasi.

A. Tahap Perencanaan

1. Membentuk Tim Perencana :

Bentuk organisasi latihan kesiapsiagaan agar pelaksanaan evakuasi berjalan dengan baik dan teratur. Tim Perencana terdiri dari pengarah, penanggungjawab, bidang perencanaan yang ketika pelaksanaan tim perencana berperan sebagai tim pengendali. Fungsi masing-masing, yakni:

- Pengarah, bertanggung jawab memberi masukan yang bersifat kebijakan untuk penyelenggaraan latihan kesiapsiagaan, dan dapat memberikan masukan yang bersifat teknis dan operasional, mengadakan koordinasi, serta menunjuk penanggung jawab organisasi latihan kesiapsiagaan bencana.
- Penanggung Jawab, membantu pengarah dengan memberikan masukan-masukan yang bersifat kebijakan, teknis, dan operasional dalam penyelenggaraan latihan kesiapsiagaan bencana.
- Bidang Perencanaan / Pengendali, merencanakan latihan kesiapsiagaan secara menyeluruh sekaligus menjadi pengendali ketika latihan dilaksanakan.
- Bidang Operasional Latihan menjalankan perannya saat latihan. Yang terdiri dari Peringatan Dini, Pertolongan Pertama, Evakuasi dan Penyelamatan, Logistik serta Keamanan turut diuji dalam setiap latihan
- Bidang Evaluasi, mengevaluasi latihan kesiapsiagaan yang digunakan untuk perbaikan latihan ke depannya.
- Jumlah anggota tergantung tingkat kompleksitas latihan yang dirancang.
- Anggota organisasi bertanggung jawab pada perencanaan, pelaksanaan hingga akhir latihan.

Tugas dari tim perencana ini meliputi :

- a. Menentukan risiko/ancaman yang akan disimulasikan.
- b. Menentukan skenario bencana yang akan disimulasikan.
- c. Merumuskan strategi pelaksanaan latihan kesiapsiagaan.
- d. Menyiapkan kerangka kegiatan simulasi kesiapsiagaan (tipe simulasi, maksud, tujuan dan ruang lingkup latihan)
- e. Mengintegrasikan kegiatan simulasi kesiapsiagaan menjadi kegiatan rutin dalam jangka panjang.
- f. Menetapkan jadwal kegiatan latihan kesiapsiagaan.
- g. Mendukung persiapan, pelaksanaan, dan evaluasi latihan.

- h. Menyiapkan Rencana Tindak Lanjut setelah pelaksanaan kegiatan latihan kesiapsiagaan.

2. Menyusun Rencana Latihan Kesiapsiagaan

Menyusun rencana latihan kesiapsiagaan (aktivasi sirine dan evakuasi mandiri) yang melibatkan seluruh komponen pegawai lingkup kantor Dinas Ketahanan Pangan Provinsi Jawa Tengah. Rencana latihan tersebut berisi:

- Tujuan, sasaran, dan waktu pelaksanaan latihan kesiapsiagaan.
- Jenis ancaman yang dipilih/disepakati untuk latihan kesiapsiagaan.
- Membuat skenario latihan kesiapsiagaan berupa acuan jalan cerita kejadian yang dipakai untuk keperluan latihan. Skenario dibuat berdasarkan kejadian yang paling mungkin terjadi di kantor.
- Menyiapkan atau mengkaji ulang Protap yang sudah ada yaitu memastikan kembali beberapa area/tempat alternatif yang akan dijadikan sebagai pusat evakuasi (titik kumpul) berupa area terbuka berdasarkan keamanan, aksesibilitas juga lingkungan lokasi.
- Menetapkan dan menyiapkan jalur evakuasi, dengan memperhatikan beberapa hal penting sebagai berikut:
 - ✓ Jalur evakuasi merupakan rute tercepat dan teraman untuk mencapai titik kumpul.
 - ✓ Rute alternatif selain rute utama.
 - ✓ Kesesuaian waktu yang dibutuhkan untuk mencapai titik kumpul.
 - ✓ Kelengkapan sumber daya peta evakuasi berdasarkan hasil survei dan desain yang menginformasikan jalur evakuasi, titik kumpul dan waktu untuk mencapainya.
- Orientasi sebelum Latihan
 1. Sosialisasi untuk mendapat pembelajaran terbaik, seluruh peserta latihan dan pelaksana yang terlibat perlu memahami tujuan dari latihan.
 2. Perkenalkan kembali pemahaman risiko bencana di lingkungan kantor, sebelum dan sesudah latihan dilakukan
 3. Sampaikan tujuan latihan, waktu pelaksanaan dan hal-hal yang perlu dipersiapkan
 4. Himbau pentingnya keterlibatan aktif dan keseriusan semua pihak dalam mengikuti latihan
 5. Sampaikan tanda bunyi yang akan digunakan dalam latihan tanda latihan dimulai, tanda evakuasi, tanda latihan berakhir. Pastikan seluruh peserta latihan memahami tanda ini.
- Perencanaan Dokumentasi

Bagian penting lainnya dari kegiatan latihan kesiapsiagaan adalah dokumentasi. Dokumentasi sebagai salah satu alat untuk pelaporan maupun monitoring dan evaluasi. Kegiatan pendokumentasian dilakukan

pada keseluruhan tahap kegiatan penyelenggaraan mulai dari perencanaan, persiapan dan pelaksanaan hingga selesainya pelaksanaan simulasi bencana. Dokumentasi dapat berupa foto maupun video.

B. Tahap Persiapan

Persiapan dilakukan beberapa hari sebelum pelaksanaan kegiatan latihan kesiapsiagaan. Dalam persiapan ini yang terutama dilakukan adalah:

- Briefing untuk mematangkan perencanaan latihan. Pihak-pihak yang perlu melakukan briefing antara lain tim perencana, peserta simulasi, dan tim *evaluator/observer*, meliputi :
 - ✓ Alur waktu dan durasi waktu simulasi yang ditentukan sesuai Protap/SOP simulasi.
 - ✓ Batasan simulasi yang ditentukan selama simulasi, berupa apa yang dapat dan tidak dapat dilakukan selama simulasi.
 - ✓ Lokasi tempat dimana simulasi akan dilakukan.
 - ✓ Keamanan simulasi dan prosedur darurat selama simulasi.
- Menyiapkan gedung dan beberapa peralatan pendukung, khususnya yang berkaitan dengan keselamatan misal fasilitas medis, persediaan barang-barang untuk kondisi darurat dan lain-lain.
- Memasang peta lokasi dan jalur evakuasi di tempat umum yang mudah dilihat semua orang

C. Tahap Pelaksanaan

Berikut beberapa hal yang perlu diperhatikan saat Latihan Kesiapsiagaan berlangsung:

1. Tanda Peringatan

Tentukan tiga tanda peringatan berikut :

- Tanda Latihan Dimulai (tanda gempa)
- Tanda Evakuasi
- Tanda Latihan Berakhir

Tanda bunyi yang menandakan dimulainya latihan menggunakan tiupan peluit panjang. Tanda ini harus berbeda dengan tanda peringatan dini untuk evakuasi seperti pukulan lonceng/sirine/megaphonebel dengan intensitas bunyi panjang menerus dan cepat, atau yang telah disepakati. Tanda latihan berakhir dapat kembali menggunakan peluit panjang.

2. Reaksi Terhadap Peringatan

Latihan ini ditujukan untuk menguji reaksi peserta latih dan prosedur yang ditetapkan. Pastikan semua peserta latih, memahami bagaimana harus bereaksi terhadap tanda-tanda peringatan di atas. Seluruh peserta latih harus bahu membahu menjalankan tugasnya dengan baik.

3. Dokumentasi

Rekam proses latihan dengan kamera foto maupun video sehingga seluruh peserta latihan, pelaksana maupun yang bertugas dapat bersama-sama melihat hal-hal yang baik atau masih perlu diperbaiki, secara lebih baik dengan rekaman dokumentasi.

D. Tahap Evaluasi dan Rencana Perbaikan

Dalam mengevaluasi latihan, beberapa hal berikut ini perlu dipertimbangkan:

1. Apakah peserta memahami tujuan dari latihan?
2. Siapa saja yang berperan aktif dalam latihan?
3. Bagaimana kelengkapan peralatan pendukung latihan?
4. Bagaimana respons peserta latihan?
5. Berapa lama waktu yang diperlukan untuk melakukan tindakan-tindakan di dalam setiap langkah latihan?
6. Apa hal-hal yang sudah baik, dan hal-hal yang masih perlu diperbaiki?

III. LATIHAN EVAKUASI MANDIRI

A. Potensi Bencana di Indonesia

Kondisi geografis, geologis, dan demografis menyebabkan Indonesia dikenal sebagai laboratorium bencana. Terdapat enam bencana alam yang paling mengancam di Indonesia yaitu gempa bumi, kebakaran gedung, tsunami, banjir dan banjir bandang, tanah longsor, serta letusan gunung api. Untuk mengurangi resiko bencana diharapkan secara rutin melakukan latihan evakuasi mandiri sebagai langkah peningkatan kapasitas menghadapi situasi darurat bencana.

B. Latihan Evakuasi Bencana Gempa Bumi

Gempa bumi merupakan gejala alam berupa guncangan atau getaran tanah yang timbul akibat terjadinya patahan atau sesar karena aktivitas tektonik. Selain itu, gempa bumi dapat disebabkan oleh aktivitas vulkanik, hantaman benda langit (misalnya, meteor dan asteroid), atau ledakan bom.

Dalam situasi gempa bumi yang terjadi tiba-tiba, seseorang biasanya sulit bergerak dan harus mengambil keputusan. Untuk selamat dari bencana ini, yang terpenting adalah memahami pengetahuan dan keterampilan sebelum bencana terjadi, saat harus melaksanakan evakuasi mandiri dan setelah kejadian bencana.

1. Tindakan Sebelum Bencana Gempa Bumi



Perabot (seperti lemari) diatur menempel pada dinding (dipaku / diikat) untuk menghindari jatuh, roboh, dan bergeser saat terjadi gempa.



Atur benda yang berat, sedapat mungkin berada pada bagian bawah



Cek kestabilan benda yang tergantung dan dapat jatuh pada saat gempa bumi terjadi (misalnya lampu gantung).



Matikan aliran air, gas dan listrik apabila sedang tidak digunakan.



Simpan bahan yang mudah terbakar pada tempat yang aman dan tidak mudah pecah untuk menghindari kebakaran.



Perhatikan letak pintu, elevator, serta tangga darurat sehingga apabila terjadi gempa bumi, dapat mengetahui jalan keluar bangunan atau tempat paling aman untuk berlindung.



Tentukan jalan melarikan diri, pastikan Anda tahu jalan yang paling aman untuk meninggalkan gedung setelah gempa.



Tentukan titik kumpul yaitu lokasi terdekat yang aman di ruang terbuka



Siapkan beberapa cara untuk berkomunikasi keluar, dengan asumsi ponsel tidak berfungsi



Pelajari cara memberikan pertolongan pertama, antisipasi apabila ambulans datang terlambat akibat akses jalan terputus.



Adakan latihan cara melindungi diri dari gempa bumi seperti berlindung di bawah kolong meja, berlari sambil melindungi diri khususnya area kepala, dan lain-lain.

2. Latihan Evakuasi Gempa Bumi di Dalam Gedung



Petugas membunyikan peluit / alat bunyi lain, yang menandakan latihan dimulai.



Peserta latih yang berada di dalam gedung dalam keadaan sibuk/beraktivitas, tiba-tiba dikejutkan terjadinya gempa bumi.



Petugas membunyikan tanda peringatan dini untuk evakuasi berupa megaphone / sirine / bel berupa suara panjang, terus-menerus dan cepat.

Peserta latih mengambil posisi aman di mana respon mandiri yang diharapkan sesaat setelah gempa sebagai berikut :



Jangan panik, kepanikan bisa mengakibatkan adanya korban, segera berjongkok dan ikuti petunjuk petugas yang berwenang.

Hindari benda-benda yang bisa jatuh menimpa badan, kepala gunakan kedua tangan atau benda disekitar yang dapat digunakan untuk melindungi badan khususnya bagian kepala maupun leher.



Jika berada di lantai satu atau dasar, segera keluar dari bangunan menuju tempat terbuka sembari lindungi kepala dan leher menggunakan kedua tangan atau benda lainnya yang dapat melindungi.



Jika berada di lantai dua atau lebih tinggi, berlindunglah di bawah meja yang kokoh sambil memegang kakinya.



Merapatlah ke dinding (dekat pondasi) dengan merunduk seraya melindungi kepala.



Konstruksi terkuat gedung bertingkat berada di dinding dekat elevator. Jika memungkinkan, merapatlah ke sana.



Jauhi jendela kaca, rak, lemari, maupun barang-barang yang tergantung seperti lukisan, cermin, jam dinding, lampu gantung, dan lain-lain, gunakan kedua tangan atau benda lain yang dapat untuk melindungi kepala dan leher.



Jika tengah di dalam elevator, tekan tombol semua lantai, dan segeralah keluar saat pintu terbuka di lantai berapa pun. Jika pintu tak terbuka, tekan tombol darurat untuk memanggil bantuan.



Jika tengah berada di tangga, berpeganglah pada pagar untuk menjaga keseimbangan agar tidak jatuh.



Jangan menyalakan korek api sebab adanya gas bisa mengakibatkan ledakan.



Jangan me-*reset* sirkuit listrik karena bisa mengakibatkan kebakaran.



Jika menemukan api masih kecil, padamkan dengan air atau pemadam api. Tetapi ingat, keselamatan nyawalah yang paling utama.



Jangan menyentuh sakelar lampu karena dapat mengakibatkan kebakaran atau ledakan.



Guna menyelamatkan diri, gunakan tangga darurat, jangan gunakan elevator. Menggunakan elevator berisiko terjebak di dalam elevator.



Jika terjebak dalam ruangan atau tertimpa benda sehingga tidak dapat bergerak, jangan menghabiskan energi dengan terus-menerus berteriak. Lebih baik ketuk benda yang ada untuk mendapatkan pertolongan.



Jangan berdiri dekat tiang/benda/bangunan/pohon, yang berpotensi menimpa.



Petugas membunyikan peluit panjang/
tanda bunyi lain yang menandakan
latihan berakhir.



Tim pengendali latihan menyatakan latihan selesai dilaksanakan dan tim evaluator memberitahukan hasil evaluasi berupa rekomendasi untuk penyelenggaraan maupun substansi latihan, termasuk memberikan masukan bagian mana saja yang perlu diperbaiki dan ditingkatkan.

Pada saat situasi sudah aman dari ancaman gempa, perlu memahami hal-hal berikut:



Waspada terjadinya gempa susulan, dengarkan informasi melalui radio atau media komunikasi lainnya untuk mendapatkan informasi adanya gempa susulan, dan lain-lain.



Gunakan sandal atau sepatu beralas tebal untuk melindungi kaki dari serpihan kaca atau benda-benda tajam lainnya.

C. Latihan Evakuasi Bencana Kebakaran Gedung

Kebakaran adalah proses perusakan suatu benda yang disebabkan oleh api. Di daerah padat penduduk, kebakaran sering kali meluas dari satu rumah ke rumah dengan cepat. Jika tidak segera diantisipasi, maka dampaknya adalah kehilangan harta benda bahkan jiwa.

Sifat dari kebakaran adalah menyebar dengan cepat, menghasilkan panas dan asap yang gelap serta dapat menyebabkan kematian. Ada 4 unsur utama pemicu awal terjadinya kebakaran, yaitu 1) adanya oksigen, 2) bahan bakar/bahan mudah terbakar, 3) adanya reaksi kimia, dan 5) keadaan panas yang melampaui titik suhu kebakaran.

Tahapan kebakaran dalam ruangan:

- a. Suhu ruangan yang terbakar akan meningkat hingga mencapai 100°C, bahkan ada yang mencapai 600°C
- b. Dapat membakar kayu, kertas dan bahan lainnya termasuk kulit manusia.
- c. Dalam waktu ±5 menit ruangan yang terbakar terasa panas dan secara cepat semua barang akan habis dilahap api.
- d. Dalam waktu yang singkat api akan merebak ke seluruh bangunan dan melahap semua yang ada.
- e. Akan keluar asap tebal yang memenuhi ruangan. Jika seseorang bernapas dan menghirup asap tebal tersebut maka orang dimaksud mengalami pusing dan sesak napas bahkan dapat mengakibatkan kematian.

Kesiapsiagaan menghadapi kebakaran harus dipahami setiap orang karena keselamatan nyawa harus menjadi prioritas utama. Maka penting bagi setiap orang untuk memiliki keterampilan evakuasi mandiri.

1. Tindakan Sebelum Bencana Kebakaran



Tidak bermain-main dengan benda-benda yang memicu api seperti bensin, solar, minyak tanah, gas dan lainnya.



Menjauhkan benda-benda padat yang mudah terbakar seperti kertas, kayu, plastik, karet, busa dari sumber api.



Menyimpan cairan yang mudah terbakar, seperti bensin, solar, minyak tanah di tempat aman.



Merapikan instalasi listrik karena kebakaran biasanya disebabkan oleh arus pendek listrik.



Tidak membuang puntung rokok sembarangan.



Menyimpan nomor penting (pemadam kebakaran, polisi dan ambulans).



Usaha pemadaman kebakaran adalah upaya mengambil langkah mengantisipasi salah satu unsur penyebab kebakaran tersebut. Ada beberapa hal yang dapat dilakukan sebagai berikut :

- Menggunakan tabung pemadam jika ada.
- Apabila tidak ada alat pemadam, jika sumber api dari bahan plastik dan busa lakukan pemadaman dengan air/karung basah.
- Jika sumber api dari aliran listrik, matikan saklar terlebih dahulu baru memadamkan api dengan siraman air.
- Jika sumber api dari bahan bakar bensin, solar, spiritus, padamkan dengan alat pemadam kebakaran.
- Apabila api sudah terlalu besar, segera keluar ruangan dan minta bantuan orang disekitar tempat tinggal dan pendam kebakaran.

2. Latihan Evakuasi Kebakaran di dalam Gedung Bertingkat



Petugas membunyikan peluit /alat bunyi lain, yang menandakan dimulainya latihan.



Saat mendengar alarm kebakaran/ tanda peringatan dini untuk evakuasi, seluruh peserta latihan melakukan evakuasi (keluar gedung), menuju tempat berhimpun sementara (assembly area).



Jika sumber api berada di sekitar kita, usahakan memadamkan api sebisa mungkin menggunakan alat pemadam api yang tersedia.



Jangan menyentuh kabel listrik karena berbahaya.



Tinggalkan barang-barang yang bisa menyulitkan proses menyelamatkan diri.



Jangan gunakan elevator, tetapi gunakan tangga darurat.



Gunakan masker dan ikuti instruksi pihak berwenang dan berkompeten.



Apabila hendak membuka pintu, rabalah dan rasakan lebih dahulu pintunya untuk meyakinkan apakah di balik pintu tersebut ada api atau tidak.



Saat terjadi kebakaran, *floor warden* akan memberikan petunjuk evakuasi. Ikuti petunjuk tersebut.



Jika memungkinkan, tutuplah semua kaca dan pintu untuk menghambat meluasnya kebakaran.



Apabila berada di lantai dasar, segera Keluar dari gedung mengikuti petunjuk atau jalur evakuasi. Berjalanlah cepat, namun jangan berlari karena berisiko jatuh.



Apabila berada di lantai tinggi, upayakan naik ke atap gedung menggunakan tangga darurat agar tidak tercekik asap.



Menuruni tangga dengan cara berjalan berturut-turut sesuai lebar tangga.



Dalam kondisi ramai, hati-hati dalam bergerak sehingga tidak menimbulkan kepanikan yang dapat mengakibatkan korban.



Jika memungkinkan, bantulah orang disabilitas, wanita hamil, anak-anak, atau mereka yang membutuhkan bantuan.



Apabila menggunakan sepatu hak tinggi, lepaskan agar tidak menyulitkan langkah.



Bagi wanita yang mengenakan stoking, lepaskan segera karena membahayakan.



Bila pandangan tertutup asap, berjalanlah dengan merayap pada lantai, dinding, atau tangga, dan bernapaslah secara pendek.



Jangan memutuskan berbalik arah karena bisa bertabrakan dengan penghuni gedung lain serta menghambat evakuasi.



Kepanikan bisa membuat seseorang tidak menyadari jika anggota tubuhnya terluka. Saling melihat kondisi satu sama lain adalah pilihan yang baik untuk saling menyelamatkan.



Hindari bersentuhan dengan kabel atau sumber listrik.



Jika terjebak dalam kebakaran dan tidak bisa bergerak, jangan berteriak tetapi ketuklah benda di sekitar.



Tetaplah berada menuju titik kumpul (assembly area)



Ketika proses evakuasi berlangsung malam hari, gunakan senter untuk mencegah tersandung dan jatuh.



Kesalahan informasi bisa membahayakan. Jadi, pastikan dengarkan informasi dari sumber terpercaya (pihak berwenang) saat berada di titik kumpul.



Pengelola gedung memastikan apakah ada di antara penghuni gedung yang mungkin terperangkap di dalam dan perlu pertolongan segera. Kepastian tersebut dapat diperoleh setelah dilakukan pengecekan terhadap seluruh penghuni yang selamat dan berada di tempat berhimpun tersebut.



Petugas membunyikan peluit panjang yang menandakan latihan berakhir.



Tim pengendali latihan menyatakan latihan selesai dilaksanakan masyarakat dan tim evaluator memberitahukan hasil evaluasi berupa rekomendasi untuk penyelenggaraan maupun substansi latihan, termasuk memberikan masukan bagian persiapan yang perlu diperbaiki dan ditingkatkan.

LAMPIRAN

Nomor Panggilan Darurat

Daftar nomor penting dari pihak terkait penanggulangan bencana antara lain sebagai berikut :

- Kepolisian 110
- Nomor Tunggul Kedaruratan di Indonesia 112
- Pemadam Kebakaran 113
- SAR / Search and Rescue (BASARNAS) 115
- Informasi & perbaikan kerusakan & gangguan telepon 117
- Ambulan Gawat Darurat (AGD) 118, 119
- Posko Kewaspadaan Nasional 122
- Informasi perbaikan kerusakan gangguan PLN 123
- Informasi perbaikan kerusakan gangguan PLN Ungaran 024 - 6921008
- Posko Bencana Alam 129
- Informasi perbaikan kerusakan gangguan TELKOM 147
- Informasi perbaikan kerusakan gangguan TELKOM Ungaran 024 - 6921300
- Palang Merah Indonesia (PMI) 021-4207051
- Palang Merah Indonesia (PMI) Jateng 024-76746733
- Badan Penanggulangan Bencana Daerah Jateng 024- 3519904