

LATIHAN AKM LITERASI

Bacalah teks berikut untuk menjawab pertanyaan nomor 1-6

Sembilan Bahaya Kabut Asap dan Cara Mengatasinya

Kebakaran lahan dan hutan telah menjadi bencana kabut asap. Pemerintah sudah berusaha mematikan titik-titik kebakaran, tetapi hasilnya kabut asap masih ada. Berdasarkan pantauan, indeks pencemaran udara di Jambi, Palembang, dan Palangkaraya sudah sangat tinggi atau tidak sehat. Tidak sehat karena asap kebakaran hutan dan lahan menyebabkan debu atau partikel halus hasil kebakaran seperti jelaga. Saking halusnya, partikel ini akan dengan mudah terisap dan mengotori sistem pernapasan.

Selain partikel halus, asap kebakaran juga mengandung zat-zat berbahaya seperti ozon (O_3), sulfur dioksida (SO_2), karbon monoksida (CO), dan nitrogen oksida (NO_2). Kabut asap ini dapat mengganggu kesehatan semua orang, baik orang yang kondisinya sehat maupun yang sakit. Namun, pada orang yang kondisi kesehatannya kurang, khususnya pada orang yang memiliki riwayat penyakit pernapasan, anak-anak, dan balita, kabut asap adalah bencana yang bisa mengancam jiwa.

Berikut ini beberapa bahaya kabut asap bagi kesehatan.

1. Kabut asap dapat menyebabkan iritasi pada mata, hidung, dan tenggorokan.
2. Kabut asap dapat menyebabkan reaksi alergi, peradangan, dan mungkin juga infeksi.
3. Kabut asap dapat memperburuk penyakit asma dan penyakit paru kronis lain, seperti bronkitis kronik.
4. Kabut asap dapat menyebabkan kemampuan kerja paru berkurang dan menyebabkan seseorang mudah lelah dan mengalami kesulitan bernapas.
5. Kabut asap dapat menyebabkan orang lanjut usia dan anak-anak yang memiliki daya tahan tubuh rendah akan lebih mudah mengalami gangguan kesehatan.
6. Kabut asap dapat mengurangi kemampuan tubuh dalam mengatasi infeksi paru-paru dan saluran pernapasan, sehingga lebih mudah terjadi infeksi.
7. Kabut asap dapat memperburuk penyakit pernapasan yang sudah ada.
8. Kabut asap menyebabkan polusi pada air bersih, tanaman sayuran, buah buahan, dan makanan yang tidak ditutup.

9. Kabut asap memperburuk kondisi lingkungan sehingga infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) akan mudah terjadi.

Bagaimana kita melindungi diri dari kabut asap?

1. Hindari atau kurangi aktivitas di luar rumah/gedung, terutama bagi mereka yang menderita penyakit jantung dan gangguan pernapasan.
2. Selalu memakai masker jika harus pergi ke luar rumah/gedung. Pakailah masker dengan benar untuk menutupi hidung dan mulut.
3. Minumlah air putih lebih banyak dan lebih sering agar debu atau partikel halus yang menempel pada tenggorokan larut dan masuk ke dalam pencernaan sehingga ikut terbuang bersama kotoran.
4. Segeralah berobat ke dokter atau sarana pelayanan kesehatan terdekat bila mengalami kesulitan bernapas atau gangguan kesehatan lain.
5. Segera lakukan perilaku hidup bersih sehat (PHBS) seperti makan makanan bergizi, banyak minum, banyak mengonsumsi buah, jangan dekat-dekat orang merokok, dan istirahat cukup.
6. Upayakan agar asap dari luar tidak masuk ke dalam rumah/gedung.
7. Tempat penampungan air minum dan makanan harus ditutup dan terlindung dengan baik.
8. Buah-buahan dan sayuran dicuci sebelum dikonsumsi. Bahan makanan dan minuman yang dimasak perlu dimasak dengan baik.

Soal 1

Apa yang menjadi penyebab bencana kabut asap di Riau, Jambi dan Palangkaraya?

Soal 2

Berikan tanda centang pada zat-zat berbahaya yang terkandung dalam asap kebakaran.

<input type="checkbox"/>	Ozon (O_3)
<input type="checkbox"/>	Oksigen (O_2)
<input type="checkbox"/>	karbon monoksida (CO)
<input type="checkbox"/>	Nitrogen oksida (NO_2)

Soal 3

Berikan tanda centang pada golongan orang yang memiliki resiko gangguan kesehatan tinggi saat terjadi kabut asap.

<input type="checkbox"/>	orang yang memiliki riwayat penyakit pernapasan
<input type="checkbox"/>	balita
<input type="checkbox"/>	orang yang memiliki riwayat penyakit anemia
<input type="checkbox"/>	anak-anak

Soal 4

Berikan tanda centang pada kolom **benar** atau **salah** yang sesuai dengan pernyataan tentang bahaya kabut asap bagi kesehatan.

Pernyataan	Benar	Salah
Kabut asap dapat menyebabkan iritasi pada mata, hidung, dan tenggorokan		
Kabut asap dapat mengurangi kemampuan tubuh dalam mengatasi infeksi paru-paru dan saluran pernapasan		
Kabut asap dapat mengurangi kemampuan tubuh dalam mengatasi penyakit diare menurun drastis		
Kabut asap menyebabkan polusi pada air bersih, tanaman sayuran, buah buahan, dan makanan yang tidak ditutup.		

Soal 5

Tujuan meminum air putih lebih banyak dan lebih sering pada saat terjadi kabut asap adalah

A. menambah asupan Oksigen dalam darah
B. agar debu yang menempel di tenggorokan larut dan masuk ke dalam pencernaan sehingga ikut terbuang bersama kotoran
C. agar debu menempel di tenggorokan, karena setelah minum air tenggorokan akan basah dan debu mudah menempel
D. air putih mencegah alergi, peradangan, dan infeksi pada tenggorokan

Soal 6

Berikan tanda centang bagi cara melindungi diri dari kabut asap yang tepat.

- | | |
|--------------------------|------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> | Mengurangi aktivitas di luar rumah |
| <input type="checkbox"/> | Selalu memakai masker jika harus pergi ke luar rumah |
| <input type="checkbox"/> | Membuka pintu dan jendela supaya sirkulasi udara di dalam rumah lancar |
| <input type="checkbox"/> | Menutup penampungan air minum dan makanan. |

Perhatikan infografis berikut untuk menjawab soal nomor 7-10

FAKTA SATWA YANG TERANCAM KABUT ASAP KARHUTLA

Kebakaran hutan dan lahan yang melanda Provinsi Riau hingga September 2019 bukan hanya mengancam kesehatan manusia, namun juga keberadaan satwa yang dilindungi.

BURUNG RANGKONG (*Rhinoceros Hornbill*)

- Dikenal dengan sebutan Julang, Kangkareng, dan Enggang
- Berstatus *critically endangered* atau terancam punah
- Termasuk spesies Rangkong paling besar di Asia
- Memiliki bulu berwarna hitam dan putih
- Memiliki ciri khas pada bentuk paruh berwarna merah dan kuning yang melengkung ke atas
- Enggang Gading (*Rhinoplax vigil*) merupakan yang paling banyak diburu untuk diperdagangkan secara ilegal
- Terdapat 13 spesies rangkong dan 3 spesies endemik di Indonesia, misalnya seperti Enggang Gading
- Sekitar 500 burung Rangkong dibunuh setiap bulannya di Kalimantan Barat untuk diambil balungnya

HARIMAU SUMATRA

- Habitatnya berada di hutan hujan tropis
- Berstatus *critically endangered* atau terancam punah
- Mampu hidup 6 sampai 10 tahun
- Bertubuh paling kecil dengan kulit paling gelap di antara jenis harimau lain
- Panjang badan mencapai 198-250 cm
- Bobotnya bisa mencapai 90 kg
- Populasi saat ini di dunia kurang dari 400 ekor
- Populasinya terus menurun karena perburuan liar. Pada 2007 diperkirakan hanya tersisa 192 ekor harimau Sumatra di Riau
- Corak garis hitam pada kulit lebih banyak dan cenderung rapat
- Sepertiga dari populasi harimau Sumatra tinggal di Provinsi Riau

Infografis: Basih Subastian | Naskah: Nadine Khalifah | Berbagai Sumber

CNN Indonesia

Soal 7

Apa ciri khas burung rangkong yang membedakan dengan burung yang lain?

Soal 8

Burung rangkong endemik di Indonesia berjumlah spesies.

Soal 9

Berikan tanda centang pada karakteristik Harimau Sumatra yang sesuai.

Mampu hidup lebih dari 15 tahun

Panjang badan mencapai 198 - 250 cm

Bobot bisa mencapai 90 kg

Habitat di hutan bakau

Soal 10

Menurut infografis dari CNN Indonesia, pada tahun 2007 diperkirakan jumlah Harimau Sumatra adalah ekor