BNPB

PANDUAN KESIAPSIAGAAN BENCANA

UNTUK KELUARGA

BNPB

PANDUAN KESIAPSIAGAAN BENCANA

UNTUK KELUARGA

Daftar Isi

Pengantar — 3
Bab I — 5
PENDAHULUAN — 6
1.1 Latar Belakang — 6
1.2 Ruang lingkup — 10
1.3 Maksud dan Tujuan — 11
Bab II — 13
Gempabumi — 14
Tsunami — 21
Gunung Api — 26
Kebakaran Pemukiman — 32
Banjir — 37
Longsor — 42
Bab III — 47
Panduan Kesiapsiagaan Bencana Untuk Keluarga — 48
a. Pengertian — 48
b. Formulir Perencanaan Kesiapsiagaan Keluarga — 50
c. Standar Minimal Perlengkapan Kesiapsiagaan Keluarga (3x24 jam) — 52
d. Nomor Penting & Aplikasi Kedaruratan Kebencanaan — 54
Nomor Pusdalops BPBD di 34 (tiga puluh empat) provinsi — 55
Daftar aplikasi berbasis Android dan IOS yang dapat membantu dalam kesiapsiagaan — 59

SAMBUTAN

Kesiapsiagaan dan ketrampilan masyarakat, khususnya keluarga adalah kunci utama keselamatan dalam menghadapi bencana. Gempabumi tidak mengancam manusia. Namun, struktur bangunan yang tidak mempertimbangkan risiko dan terbatasnya pemahaman terhadap karakteristik bencana di lingkungan yang dapat membahayakan keselamatan manusia.

Tingginya potensi ancaman dan jumlah masyarakat yang terpapar risiko bencana alam letusan gunung api, gempabumi tsunami maupun bencana hidrometeorologi seperti banjir dan longsor maupun bencana lainnya menyebabkan perlunya meningkatkan kemampuan dan ketrampilan masyarakat secara terus menerus sehingga masyarakat di seluruh Indonesia dapat mengetahui bagaimana harus merespon dalam menghadapi situasi kedaruratan bencana.

Panduan Kesiapsiagaan Bencana ini dirancang dengan tujuan memandu setiap insan Keluarga untuk 1) mengetahui ancaman risiko didaerah sekitarnya, 2) kiat-kiat mitigasi praktis yang patut diperhatikan dan berpeluang besar membantu penyelamatan dan perlindungan diri, serta menyiapkan 3) Rencana Kesiapsiagaan Keluarga.

Rencana Kesiapsiagaan Keluarga pada dasarnya memuat pengorganisasian internal keluarga seperti mengenal jenis ancaman melalui aplikasi ina-risk personal (android apps), berdiskusi dan berbagi peran masing-masing antara bapak, ibu, dan anak, termasuk anggota keluarga kelompok rentan (lansia) dan penyandang disabilitas, serta melaksanakan latihan evakuasi mandiri minimal satu kali (1) dalam setahun sehingga dapat mengukur dan mengevaluasi hal-hal yang perlu diperbaiki ke depannya.

Sebagai bagian dari Gerakan "Siap Untuk Selamat", saya mengajak seluruh lapisan masyarakat untuk turut berpartisipasi dalam Latihan Evakuasi Mandiri yang diadakan secara serentak di seluruh Indonesia pada Hari Kesiapsiagaan Bencana setiap tanggal 26 April.

Pada kesempatan ini juga saya ucapkan terima kasih kepada pihak-pihak Lembaga dan Organisasi yang tergabung dalam tim penyusun yang telah memberikan kontribusi pemikiran dan waktu sehingga buku panduan ini selesai dan dapat diterbitkan.

Saya berharap penerbitan buku ini dapat segera disebarluaskan dan dipublikasikan kepada seluruh masyarakat Indonesia, khususnya dijadikan acuan dan dapat bermanfaat bagi kehidupan bangsa dan negara terutama dalam meningkatkan penyelamatan dan perlindungan jiwa dari ancaman bencana.

Salam Tangguh, Salam Kemanusiaan!

Jakarta, April 2018

Willem Rampangilei

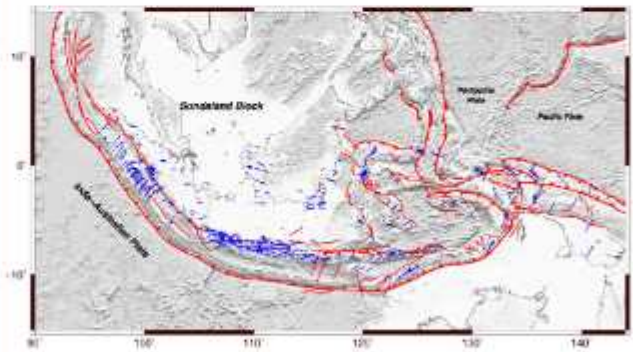
BAB 1

BAB I
PENDAHULUAN

Kesiapan dan ketrampilan masyarakat, khususnya keluarga adalah kunci utama keselamatan dalam menghadapi kedaruratan bencana. Gempabumi tidak membunuh manusia, namun justru struktur bangunan dan terbatasnya pemahaman karakteristik bencana di lingkungan masing-masing yang dapat mengancam keselamatan manusia.

1.1 Latar Belakang

Indonesia terletak di kawasan Cincin Api Pasifik yang secara geografis dan klimatologi mempunyai tantangan untuk melindungi dan memperkuat masyarakat dari ancaman risiko bencana. Pergerakan tiga lempeng tektonik besar, yaitu lempeng Indo Australia di bagian selatan, lempeng Samudera Pasifik di sebelah timur, lempeng Eurasia di sebelah utara (dimana disebagian besar wilayah Indonesia) dan disertai daerah aliran sungai (5.590 DAS) mengakibatkan risiko bencana geologi seperti gempabumi, tsunami, letusan gunung api (129 gunung api aktif) maupun gerakan tanah/ longsor. Dampak pemanasan global dan pengaruh perubahan iklim pada wilayah perairan laut Indonesia cenderung menimbulkan potensi terjadinya berbagai jenis bencana hidrometeorologi, seperti banjir, kekeringan, cuaca dan gelombang ekstrem, abrasi, serta kebakaran hutan dan lahan (karhutla).



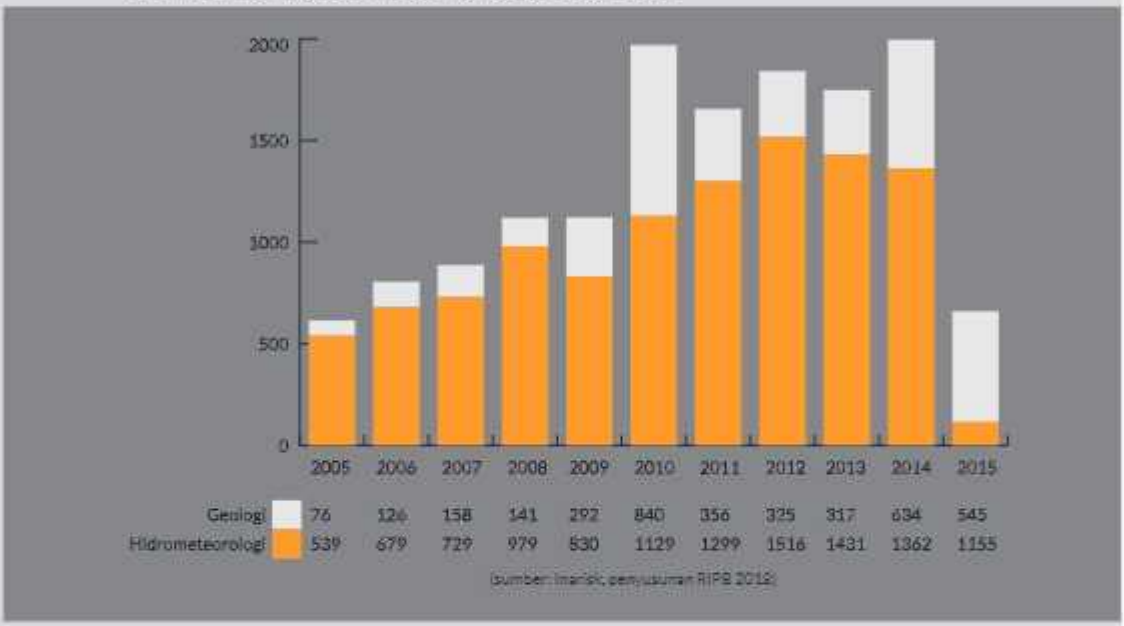
Gambar 1. Tatanan Tektonik Indonesia

(Sumber:Peta Sumber dan Bahaya Gempa Indonesia tahun 2017, Pusat Studi Gempa Nasional/PusGen)

Berdasarkan Data Informasi Bencana Indonesia (DIBI) BNPB, antara tahun 2005-2015, Indonesia mengalami lebih dari 15.400 kejadian yang terdiri dari 78% (11.648) merupakan kejadian bencana hidrometeorologis seperti banjir, gelombang

ekstrim, kebakaran lahan dan hutan, kekeringan, cuaca esktrem dan sekitar 22% (3.810) merupakan kejadian bencana geologis seperti gempabumi, longsor, tsunami dan letusan gunung berapi. Dari grafik pada gambar 2 di bawah ini, tampak bahwa kecenderungan jumlah kejadian bencana relatif terus meningkat dari tahun ke tahun.

Grafik Jumlah Kejadian Bencana Periode 2005-2015



Jumlah kejadian bencana geologis lebih sedikit bila dibandingkan dengan bencana hidrometeorologis. Meskipun demikian, bencana geologis, khususnya gempabumi dan tsunami sangat berpotensi menimbulkan jumlah korban yang banyak dan kerugian ekonomi yang besar dalam satu kali kejadian, dibandingkan dengan bencana hidrometeorologis yang berpotensi menimbulkan kerugian ekonomi jangka panjang. Peningkatan intensitas kejadian bencana hidrometeorologis dipengaruhi oleh perubahan iklim dan perubahan tata guna lahan dan lingkungan akibat bertambahnya kebutuhan ruang karena meningkatnya pertumbuhan penduduk dan aktivitas dalam ruang yang memberikan pengaruh terhadap penurunan kualitas ekosistem. Tabel 1 berikut menyajikan luas daerah, jumlah jiwa, dan aset fisik, ekonomi serta lingkungan yang terpapar ancaman bencana di Indonesia.

Jenis Bencana	Luas Bahaya (Ha)	Jiwa Terpapar	Fisik (Rp. Milyar)	Ekonomi (Rp. Milyar)	Lingkungan (Ha)
Banjir	39.371.167	100.814.666	176.329.821	140.520.440	12.135.957
Banjir bandang	2.733.966	8.637.161	44.679.539	15.358.006	1.056.365
Cuaca Ekstrim	106.582.476	244.295.774	11.972.702	3.088.869	-
Gelombang Ekstrim & Abrasi	1.888.085	4.917.327	22.042.350	1.290.842	460.252
Gempabumi	52.374.614	86.247.258	466.689.834	182.185.171	-
Kebakaran Hutan dan Lahan	86.457.259	-	-	59.036.830	41.856.289
Kekeringan	46.735.107	48.491.666	-	192.737.143	29.820.457
Letusan Gunung Api	1.162.220	3.910.775.	2.695.427	12.613	139.676
Tanah Longsor	57.418.460	14.131.542	78.279.825	75.870.343	41.337.707
Tsunami	961.133	3.702.702	71.494.821	7.976.358	119.688

Tabel 1. Profil Risiko Indonesia
Sumber: Inarisk BNPB <http://inarisk.bnpb.go.id/infografis>

Tingginya potensi jumlah angka masyarakat terpapar ancaman bencana dan kemungkinan dampak kerusakan, kerugian serta lingkungan di atas menunjukkan bahwa masyarakat terutama keluarga perlu untuk meningkatkan pemahaman risiko bencana sehingga dapat mengetahui bagaimana harus merespon dalam menghadapi situasi kedaruratan.

Masalah mendasar yang ditemukan di masyarakat diantaranya adalah belum mengetahui ancaman dan informasi peringatan dini, lokasi titik kumpul dan arah jalur evakuasi baik di rumah maupun di luar rumah, melanggar batas rambu peringatan wilayah/ area bahaya saat erupsi gunung, panik dan tergesa-gesa saat kejadian bencana yang menimbulkan kecelakaan, tersengat listrik saat banjir, kelalaian dampak arus pendek mengakibatkan terjadinya kebakaran di pasar dan pemukiman, serta kurangnya pengarahan penanganan untuk kelompok rentan khususnya lansia. Terakhir, kejadian Gempabumi Lebak, Banten 6.1 SR (2018) yang berdampak pada Gedung, Perkantoran, dan Pemukiman di Jakarta telah menimbulkan kepanikan sekaligus peringatan bahwa mendesaknya kesiapsiagaan masyarakat untuk selamat. Semua hal tersebut mendorong diperlukannya peningkatan kapasitas secara terus-menerus.

Hasil survei pada kejadian gempabumi besar Hanshin – Awaji Jepang tahun 1995, menunjukkan data persentase korban selamat sebagai berikut :

1. Menyelamatkan diri sendiri sebesar 34.9%,
2. Ditolong anggota keluarga sebesar 31,9 %,
3. Ditolong teman/ tetangga sebesar 28,1%,
4. Ditolong orang lewat sebesar 2,60%,
5. Bantuan regu penyelamat sebesar 1,70 %, dan

Pengurangan risiko bencana berbasis kearifan lokal yang telah menyatu dalam adat tutur dan nyanyian "smong" menjadi pelajaran berharga sejak kejadian bencana di tahun 1907. Hal tersebut secara turun temurun telah membudaya di masyarakat Simelue dalam membantu penyelamatan jiwa dari amukan bencana tsunami. Berdasarkan pengalaman tersebut, sangat jelas bahwa pembelajaran penting yang didapat dari Jepang dan Indonesia adalah penguasaan pengetahuan penyelamatan yang dimiliki oleh diri sendiri, keluarga dan komunitas di sekitarnya.

Pada situasi darurat diperlukan pengambilan keputusan yang cepat dan tepat untuk mengurangi risiko. Seluruh anggota keluarga harus membuat kesepakatan bersama agar lebih siap menghadapi situasi darurat bencana. Rencana kesiapsiagaan keluarga (family preparedness plan) harus disusun dan dikomunikasikan dengan anggota keluarga di rumah, kerabat yang ada dalam daftar kontak darurat, serta mempertimbangkan sistem yang diterapkan lingkungan sekitar dan pihak berwenang. Skenario kejadian dibuat bersama oleh seluruh anggota keluarga dan berbagi peran dalam setiap skenarionya sesuai jenis bahaya yang mengancam. Bila rencana sudah disepakati, keluarga perlu melakukan simulasi secara berkala agar tidak panik dalam situasi darurat #siapuntukselamat.

Dalam upaya meningkatkan kesadaran, kewaspadaan dan kesiapsiagaan masyarakat, Pemerintah melalui inisiasi BNPB mencanangkan tanggal 26 April sebagai Hari Kesiapsiagaan Bencana. Tanggal tersebut dipilih untuk memperingati momen bersejarah kesadaran masyarakat Indonesia terkait ditetapkannya Undang-Undang No. 24 tahun 2007 tentang Penanggulangan Bencana. Latihan evakuasi mandiri merupakan aktivitas utama yang dilaksanakan secara serentak pada pukul 10.00 waktu setempat yang diikuti oleh seluruh kalangan dan masyarakat. Dengan demikian diharapkan partisipasi semua pihak untuk melakukan latihan evakuasi

mandiri sekaligus menguji sarana dan prasarana kesiapsiagaan menghadapi bencana minimal 1 kali dalam satu tahun.

1.2 Ruang lingkup

Panduan Kesiapsiagaan Bencana ini mencakup 6 jenis ancaman bencana dengan frekuensi kejadian tinggi dan paling mengancam masyarakat di Indonesia. Panduan ini menyasar ke seluruh masyarakat, terutama keluarga serta memberikan arahan mitigasi praktis bagi ketrampilan keluarga.

1.2.1 Berdasarkan Jenis Ancaman:

Gempabumi, tsunami, kebakaran rumah hunian, banjir, longsor, letusan gunung api.

1.2.2 Berdasarkan kelompok partisipan evakuasi mandiri:

a. Keluarga
b. Penyandang disabilitas
c. Kelompok rentan

1.2.3 Berdasarkan komponen kesiapsiagaan keluarga untuk melakukan evakuasi mandiri:

1 Peringatan Dini

Tanda peringatan dini dapat dikenali seluruh anggota keluarga termasuk kelompok rentan dan penyandang disabilitas baik saat di dalam dan di luar rumah.

2 Rencana kesiapsiagaan keluarga (Family Preparedness Plan)

a. Rencana kesiapsiagaan telah disusun untuk seluruh anggota keluarga termasuk kelompok rentan dan penyandang disabilitas.
b. Setiap anggota keluarga memiliki nomor-nomor kontak anggota keluarga yang lain dan dapat dihubungi saat keadaan darurat.

3 Jalur Evakuasi

a. Jalur evakuasi telah ditentukan untuk seluruh anggota keluarga termasuk kelompok rentan dan penyandang disabilitas.
b. Jalur evakuasi terbebas dari segala sesuatu yang bisa menjadi penghalang saat digunakan.
c. Jalur evakuasi telah dilengkapi dengan rambu-rambu yang dapat diketahui oleh seluruh anggota keluarga termasuk kelompok rentan dan penyandang disabilitas.

4 Evakuasi Mandiri

Setiap anggota keluarga termasuk kelompok rentan dan penyandang disabilitas telah memahami teknik perlindungan diri dan evakuasi.

5 Titik Kumpul

a. Titik kumpul telah ditentukan lokasinya.
b. Titik kumpul terbebas dari segala sesuatu yang bisa menjadi penghalang saat digunakan.
c. Titik kumpul telah dilengkapi dengan rambu-rambu
d. Anggota keluarga memahami perannya saat berada di titik kumpul.

1.3 Maksud dan Tujuan

a. Maksud

Membangun kesiapsiagaan seluruh keluarga Indonesia menghadapi bencana.

b. Tujuan

Memberikan panduan terhadap keluarga untuk melakukan evakuasi mandiri.

Kenali Risiko Bencana di Lokasi Anda!

Anda ingin mengetahui informasi mengenai risiko bencana di sekitar lingkungan keluarga anda? BNPB telah menerbitkan informasi ancaman dan risiko bencana dilingkungan setempat dalam portal inarisk.bnpb.go.id dan juga dalam versi aplikasi mobil android maupun iOS yang dapat diunduh melalui playstore atau Appstore.

http://inarisk.bnpb.go.id

Catatan

Buku panduan ini tidak menjamin keselamatan anda namun memberikan pedoman secara umum dalam menghadapi ancaman bencana. Jangan Panik, Tetap tenang, Fokus Penyelamatan Diri!

BAB 2

GEMPA BUMI

Apa Tindakan Keluarga Pada :

Sebelum terjadi gempabumi

Persiapan didalam rumah :

Kenali tempat yang aman di dalam rumah jika terjadi gempa (di kolong meja yang kuat, pilar bangunan, atau furniture yang kuat lainnya).

Perhatikan kondisi rumah :

- Penataan barang pecah belah dan yang berat harus diletakkan di tempat penyimpanan bagian bawah
- Perkuat lemari dan perabot yang berisiko roboh dikaitkan ke dinding menggunakan pengait

- Periksa dan perbaiki jika terdapat atap atau dinding yang rusak/ retak
- Periksa perabot lain (lampu gantung, kipas angin, pigura, dll) yang berkemungkinan menjatuhi saat terjadi gempabumi.
- Pastikan gas, instalasi listrik aman.

Tentukan peran dan tugas setiap anggota keluarga (misalnya saat gempabumi apa peran ayah, ibu, anak, dan asisten rumah tangga)

Siapkan tas siaga bencana (untuk kelangsungan hidup darurat di 3 x 24 jam pertama) termasuk dokumen dan nomor telepon penting yang diletakan di tempat yang aman, mudah dijangkau, terlihat dan dekat akses keluar rumah.

Pastikan jalur evakuasi keluar rumah dalam keadaan kosong, tidak ada yang menghambat (meja, kursi, lemari, dll).

Pastikan anggota keluarga mengetahui dan memahami cara berlindung saat terjadi gempa bumi dengan melindungi kepala, masuk ke kolong meja/ tempat tidur yang kuat, dan berpegangan pada kaki meja atau ditempat yang aman (drop, cover and hold on)

Pastikan anggota keluarga memahami dan melaksanakan rencana kesiapsiagaan keluarga ketika terjadi bencana gempabumi (melindungi diri, menuju titik kumpul melalui jalur evakuasi yang disepakati).

Memperhatikan anggota keluarga yang sakit dan berkebutuhan khusus.

Membuat peringatan dini sederhana yang dapat menimbulkan bunyi ketika gempabumi sedang terjadi, seperti kelereng yang dimasukkan dalam kaleng bekas yang diletakkan di atas lemari.

Dapatkan informasi gempabumi dari BMKG melalui TV Nasional/ radio / aplikasi infoBMKG / pengumuman di sekitar anda.

Persiapan di lingkungan

Menyelaraskan rencana kedaruratan keluarga kita dengan tetangga, lingkungan RT,RW dan Kelurahan (sistem peringatan dini, jalur evakuasi, titik kumpul, serta bantuan kedaruratan).

- Sepakati sarana dan bunyinya sebagai tanda terjadi gempabumi di lingkungan tempat tinggal kita, contoh kentongan.
- Sepakati jalur evakuasi dan lengkapi dengan rambu-rambu evakuasi.
- Sepakati titik kumpul yang aman, yang berada di tempat terbuka yang jauh dari bangunan tinggi, tiang listrik, tiang telepon, papan reklame, serta relatif mudah diakses untuk keperluan pertolongan kedaruratan.

Mengadakan pelatihan dan simulasi perlindungan diri serta evakuasi menghadapi gempabumi yang diikuti seluruh anggota keluarga lingkungan tempat tinggal kita.

! Janganlah membangun bangunan di atas, pada atau di bawah tebing, atau di atas tanah timbunan yang tingkat kepadatannya tidak sesuai dengan daya dukung tanah terhadap bangunan diatasnya.

Saat terjadi gempabumi

Jika terjadi gempa saat di dalam rumah:

- Jangan panik
- Jangan berlari keluar ruangan

Merunduk (Drop)

Lindungi Kepala (Cover)

Berpegangan (Hold On)

Jauhi kaca jendela, barang pecah belah dan benda-benda yg berisiko menimpa kita.

Jika berada di tempat tidur lindungi kepala dengan bantal bila memungkinkan segera bergerak menuju ke kolong dan berpegangan pada salah satu kaki tempat tidur tersebut.

Jika sedang memasak segera matikan kompor.

Matikan semua peralatan yang menggunakan listrik untuk mencegah terjadinya kebakaran.

Bila tidak ada perlindungan sama sekali, cari sisi terdekat yang aman dengan merapat ke tiang utama bangunan atau merapat ke siku bangunan.

Jika terjadi gempa susulan lakukan tindakan drop , cover , hold on (merunduk, lindungi kepala, berpegangan)

Tetap berada didalam rumah sampai guncangan berhenti dan keadaan aman.

jika terjadi gempa saat diluar rumah, lakukan langkah sebagai berikut

Jangan panik.

Lindungi kepala dan merunduk.

Hindari bangunan berpotensi roboh yang ada di sekitar kita

Hindari tiang listrik, papan reklame, pohon,dll yang dapat roboh akibat gempa

Perhatikan tempat kita berpijak, hindari bila terjadi rekahan tanah.

Jika kita sedang di daerah pegunungan, hindari daerah yang mungkin terjadi longsoran.

Jika sedang berkendara maka segera berhenti dan menepi, jika anda mengendarai mobil tariklah rem tangan serta tetaplah di tempat sampai gempa reda. Hindari jembatan, jalan layang, tiang listrik/telepon/papan reklame yang kemungkinan akan menimpa kendaraan.

Setelah terjadi gempabumi

Saat di dalam Ruangan (Rumah/Kelas/Kantor)

Tetap berusaha tenang dan jangan lupa selalu berdoa kepada Tuhan YME, kepanikkan dapat menyebabkan kecelakaan.

Setelah guncangan gempabumi reda, tetap lindungi kepala, dan keluarlah dengan tertib mengikuti jalur evakuasi menuju titik kumpul yang telah disepakati.

Tetap waspada terhadap gempa susulan.

Jauhi bangunan yang sudak rusak, karena sewaktu-waktu dapat runtuh akibat gempa susulan.

Jauhi lokasi yang berbau cairan berbahaya seperti : gas, cairan kimia, bensin ,dll.

Jika di titik kumpul terjadi gempabumi susulan, merunduklah (drop), lindungi kepala (cover).

Lakukan bantuan tindakan pertolongan pertama jika di temukan anggota keluarga yang terluka ringan.

Telepon/minta pertolongan apabila terjadi luka parah pada kita atau sekitar kita.

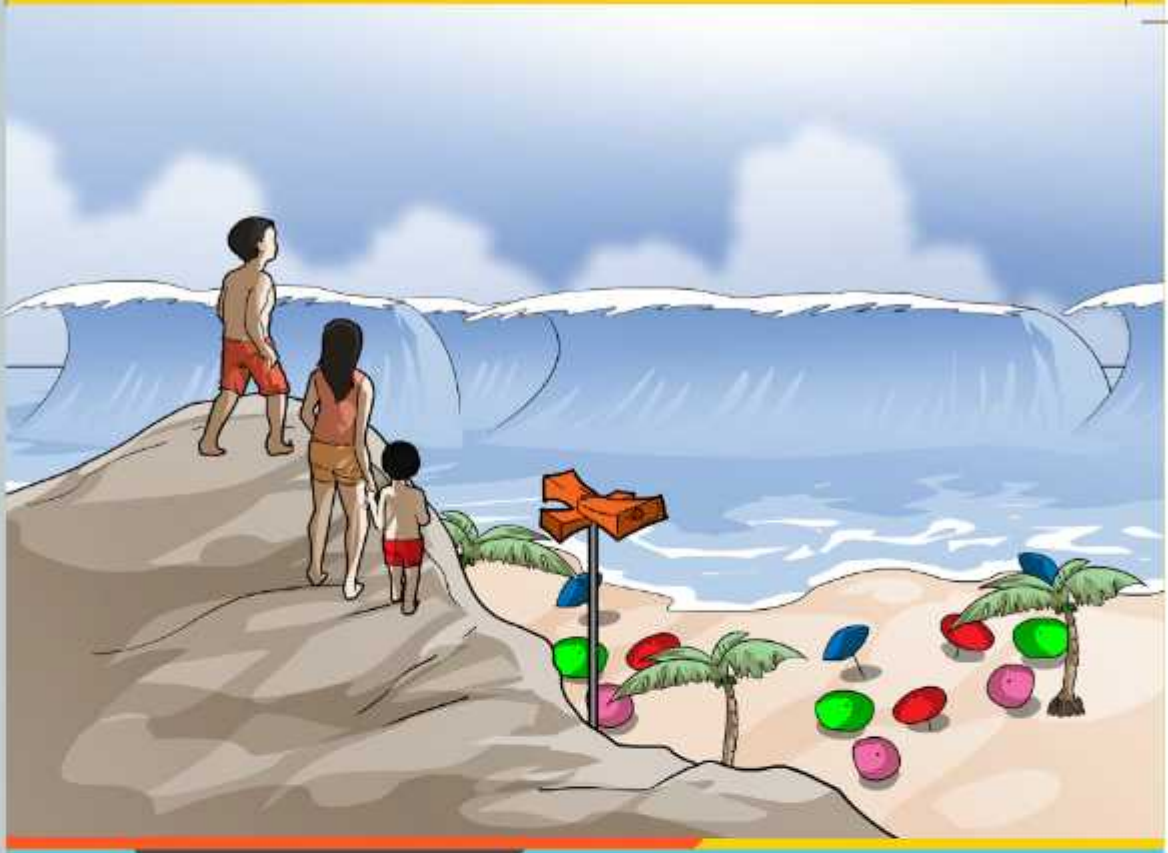
Simak informasi mengenai gempabumi susulan dari BMKG melalui TV Nasional/ radio / aplikasi infoBMKG / pengumuman di sekitar anda.

Saat Keluarga Berada di Gedung Bertingkat

Perhatikan rambu-rambu keselamatan gedung (jalur evakuasi, titik kumpul, letak tangga darurat) saat memasuki gedung.

Jangan menggunakan lift atau tangga berjalan untuk melakukan evakuasi, keluarlah menggunakan tangga darurat, ikuti jalur evakuasi menuju titik kumpul.

Jika terjebak didalam lift, jangan panik serta hubungi manajemen gedung menggunakan telepon yang ada di dalam lift (jika tersedia dan aktif) kemudian tunggu bantuan datang.



TSUNAMI

Apa TINDAKAN KELUARGA pada :

Sebelum terjadi tsunami

Kenali tempat anda berada, apakah termasuk daerah rawan tsunami.

Ketahui tempat dan jalur evakuasi terdekat dari tempat anda berada.

Pahami 3 Langkah Tanggap Tsunami :

1 Tanggap Gempa

- bisa di awali gempa bumi yang kuat (sehingga anda sulit berdiri, kepala pusing) atau gempabumi lemah namun guncangannya dirasakan lama (lebih dari 1 menit) dapat memicu tsunami dalam waktu singkat.
- Jauhi pantai dan tepi sungai, serta cari informasi apa yang terjadi.

2 Tanggap Peringatan

- Dapatkan informasi Peringatan dari BMKG melalui TV Nasional, radio daerah, atau pengumuman di sekitar anda.
- Jika terdengar bunyi sirine, kentongan, atau peralatan lain yang sudah disepakati, segera evakuasi.

3 Tanggap Evakuasi

- Setelah gempabumi atau menerima peringatan tsunami, segera evakuasi ke lokasi yang aman.
- Ikuti jalur dan rambu evakuasi, jika ada.
- Jika lokasi aman tidak diketahui, larilah sejauh mungkin dari pantai, naiklah ke tempat yang tinggi (perbukitan atau bangunan tinggi).

Selaraskan rencana kedaruratan keluarga kita dengan tetangga, lingkungan RT,RW dan Kelurahan (sistem peringatan dini, jalur evakuasi, titik kumpul, serta bantuan kedaruratan).

Ikutlah berpartisipasi dalam pelatihan dan simulasi evakuasi tsunami bersama keluarga dan warga sekitar yang diselenggarakan di lingkungan tempat tinggal anda .

Perlu diketahui :

- **Tidak disarankan pergi ke pantai untuk mengecek dan melihat datangnya tsunami karena gelombang tsunami bergerak sangat cepat, sehingga berpotensi menghempas anda.**
- **Jangan gunakan kendaraan saat evakuasi, karena berpotensi menyebabkan kemacetan dan menghambat proses evakuasi.**
- **Hindari melakukan evakuasi melalui jembatan.**
- **Tsunami TIDAK SELALU ditandai dengan air laut surut.**

Saat terjadi tsunami

- Tetap berada di tempat yang tinggi dan aman, seperti bangunan evakuasi, bukit terdekat, atau pohon kelapa yang tinggi, jangan kembali ke arah pantai sebelum keadaan dinyatakan aman oleh pihak berwenang.
- Jika gelombang pertama yang datang telah surut, jangan segera turun ke tempat yang rendah, karena gelombang tsunami tidak datang sekali, bisa jadi gelombang yang datang kemudian justru lebih tinggi dan berbahaya.
- Jika berada dalam kapal di tengah laut dan mendapat info Peringatan Tsunami, segera arahkan kapal ke laut, jangan mendekat ke pantai.

- Simak perkembangan informasi bencana yang akurat melalui radio/ TV/ pengumuman di sekitar anda.

" Ketahuilah gelombang tsunami sangatlah kuat, meskipun hanya setinggi lutut dapat menghempas orang ".

Setelah terjadi tsunami

- Pastikan anda telah memperoleh informasi bahwa ancaman tsunami sudah berakhir dari BMKG melalui TV Nasional/radio daerah/ pengumuman di sekitar anda.
- Tetap utamakan keselamatan anda :
  - Jauhi area yang tergenang karena kemungkinan terdapat kubangan atau adanya kontaminasi zat-zat berbahaya.
  - Jauhi area rusak (banyak puing-puing) kemungkinan adanya benda-benda tajam yang dapat melukai anda.
  - Hindari air yang bergerak karena arusnya dapat membahayakan Anda.
  - Jauhi jaringan instalasi listrik dan pipa gas.
  - Hati-hati saat memasuki gedung karena ancaman kerusakan yang tidak terlihat seperti pada fondasi.

- Apabila anda terluka, dapatkan perawatan di pos kesehatan terdekat.
- Perhatikan kesehatan anda dan keluarga dengan :
  - Mencuci tangan menggunakan sabun dan air bersih jika terkena air genangan tsunami.
  - Tidak mengkonsumsi makanan yang terkontaminasi air genangan tsunami.

- Simak perkembangan informasi bencana yang akurat melalui radio/ TV/ pengumuman di sekitar anda.
- Simak perkembangan informasi bencana yang akurat melalui radio/TV/ pengumuman di sekitar anda.
- Apabila rumah anda dinyatakan masih layak huni oleh pihak berwenang :
  - Bersihkan rumah dari sampah sampah yang terbawa tsunami.
  - Menjernihkan sumber air bersih
  - Perbaiki jamban dan saluran pembuangan air limbah.

Gunung Api

Apa TINDAKAN KELUARGA pada :

Sebelum terjadi letusan gunungapi

Mengetahui apa arti STATUS AKTIF NORMAL, WASPADA, SIAGA, AWAS (Semua hal tersebut bisa didiskusikan dengan semua anggota keluarga)

Sumber: PVMBG
Catatan: penjelasan status gunungapi

Tingkat Status (Level)	Istilah dalam bahasa	Penjelasan
IV	Awas	Tingkatan yang menunjukkan jelang letusan utama, letusan awal mulai terjadi berupa abu atau asap. Berdasarkan analisis data pengamatan, segera akan diikuti letusan utama.
III	Siaga	Peningkatan semakin nyata hasil pengamatan visual atau pemeriksaan kawah, kegempaan dan metode lain saling mendukung. Berdasarkan analisis, perubahan kegiatan cenderung diikuti letusan.
II	Waspada	Peningkatan kegiatan berupa kelainan yang tampak secara visual atau hasil pemeriksaan kawah, kegempaan dan gejala vulkanik lain.
I	Normal	Aktivitas gunungapi, berdasarkan pengamatan hasil visual, kegempaan, dan gejala vulkanik lain, tidak memperlihatkan adanya kelainan.

Mengenali Kawasan Rawan Bencana (KRB).
Kenali lingkungan daerah tempat kita tinggal. Di mana titik titik rawan bahaya sehingga tidak boleh didekati; sungai, lereng, ruang terbuka, daerah aliran lahar, daerah longsoran, dll.

Tingkat	Penjelasan
KRB III	KRB III adalah kawasan yang sangat berpotensi terlanda awan panas, aliran lava, guguran lava, lontaran batu (pijar), dan/atau gas beracun. Kawasan ini meliputi daerah puncak dan sekitar.
KRB II	KRB II adalah kawasan yang berpotensi terlanda awan panas, aliran lava, lontaran batu (pijar) dan/atau guguran lava, hujan abu lebat, hujan lumpur panas, aliran lahar, dan gas beracun. Kawasan ini dibedakan menjadi dua, yaitu: 1) Kawasan rawan terhadap awan panas, aliran lava, guguran lava, aliran lahar, dan gas beracun terutama daerah hulu. 2) Kawasan rawan terhadap hujan abu lebat, lontaran batu (pijar) dan/atau hujan lumpur panas.
KRB I	KRB I adalah kawasan yang berpotensi terlanda lahar, tertimpa material jatuhan berupa hujan abu, dan/atau air dengan keasaman tinggi. Apabila letusan membesar, kawasan ini berpotensi terlanda perluasan awan panas dan tertimpa material jatuhan berupa hujan abu lebat, serta lontaran batu (pijar). Kawasan ini dibedakan menjadi dua, yaitu: 1) Kawasan rawan terhadap lahar. Kawasan ini terletak di sepanjang lembah dan bantaran sungai, terutama yang berhulu di daerah puncak. 2) Kawasan rawan terhadap hujan abu tanpa memperhitungkan arah tiupan angin.

Kenali arah angin di sekitar tempat tinggal

Kenali titik kumpul dan rambu serta jalur evakuasi

Komunikasi dan peringatan tanda bahaya

- Manfaatkan alat-alat komunikasi tradisonal untuk pemberitahuan tanda bahaya
- Dukungan alat komunikasi radio akan sangat membantu masyarakat terutama bila diperlukan pada saat saat genting.
- Semua anggota keluarga mengetahui arti dari bunyi sirene tanda bahaya serta paham dan mengerti tentang alat-alat yang dipasang (oleh pihak terkait) untuk memantau aktifitas gunungberapi dan ikut bersama-sama menjaganya.

Perhatikan himbauan PVMBG dan perkembangan aktivitas gunungapi melalui aplikasi magma

Kenali daerah setempat dalam menentukan tempat aman untuk mengungsi

lakukan antisipasi adanya lahar awan panas saat gunungapi baru erupsi

Persiapkan kebutuhan hidup untuk keluarga (tas siaga bencana)

Saat terjadi letusan gunung api

Pergi menjauh dari daerah berbahaya gunungapi (Menghindari daerah yang rawan bencana seperti lereng gunung, lembah dan sungai serta daerah lainnya yang rawan sebagai daerah aliran lahar)

Waspada karena sewaktu-waktu terjadi letusan susulan

Kenakan pakaian yang dapat melindungi tubuh (baju lengan panjang, celana panjang dan topi), tutup wajah dengan kedua telapak tangan atau pelindung lainnya

Pakai masker atau saputangan/kain yg dilembabkan dengan air untuk melindungi dari bahaya gas beracun

Untuk melindungi mata agar tidak kemasukan abu letusan atau material lainnya, gunakan kacamata pelindung

Tutup sumber air/ sumur dan tempat penampungan air agar tidak terkena abu vulkanik

Setelah terjadi letusan gunung api

Jauhi wilayah yang terkena hujan abu vulkanik dan daerah rawan bencana lainnya;

Bersihkan atap, pepohonan dan jalanraya dari timbunan abu

Periksa keadaan Anda dan anggota keluarga, lengkap atau tidak, ada yang terluka atau tidak. Jika ada yang terluka pastikan ada yang bisa memberikan pertolongan pertama.

Berikan prioritas pertolongan kepada kelompok rentan (orang sakit, orang lanjut usia, anak-anak, ibu hamil/ meyusui, penyandang disabilitas, penderita penyakit serius).

Bila keadaan mengharuskan untuk mengungsi, persiapkan barang dan kebutuhan yang penting saja. Hindari barang bawaan terlalu banyak yang akan merepotkan di perjalanan.

Terus memantau perkembangan aktifitas gunung berapi melalui radio, televisi, atau media informasi lainnya;

Bila situasi dinyatakan aman oleh instansi berwenang kembali ke rumah

Kebakaran Pemukiman

Apa TINDAKAN KELUARGA pada :

Sebelum terjadi letusan kebakaran

Persiapan didalam rumah :

- Tentukan peran dan tugas keluarga (misalnya saat kebakaran apa peran ayah, ibu, anak , dan asisten rumah tangga)

- Pastikan Gas, kompor dan instalasi listrik menggunakan Standar Nasional Indonesia dan rapihkan serta periksa secara berkala, serta pastikan kondisi aman dengan menggunakan

- Biasakan mematikan percikan api untuk menghindari potensi terjadinya kebakaran.

- Jangan meninggalkan kompor ketika masih menyala

- Jauhkan benda-benda yang mudah terbakar
- Siapkan tas siaga bencana untuk keluarga yang diletakan di tempat yang mudah terjangkau dan terlihat serta dekat akses keluar rumah

- Siapkan alat pemadaman api ringan (APAR) portable atau alat pemadaman api ringan tradisonal contoh handuk basah

- Siapkan tas siaga untuk keluarga yang diletakan di tempat yang mudah terjangkau dan terlihat serta dekat akses keluar rumah untuk bertahan di 3 x 24 jam pertama

- Pastikan jalur evakuasi keluar rumah dalam keadaan kosong, tidak ada yang menghambat (meja, kursi, lemari, dll).

- Memperhatikan keluarga yang sakit dan berkebutuhan khusus

- Pastikan rencana keluarga ketika terjadi bencana banjir (dimana titik kumpul, dimana jalur evakuasi)

- mempersiapankan keluarga menghadapi evakuasi mandiri untuk keluarga (berlatih memadamkan api dengan alat yang tersedia (apar portable atau handuk basah)

- menyimpan nomer penting (pemadam kebakaran, polisi dan ambulans gawat darurat)

Persiapan di lingkungan

1. Membuat peringatan dini manual yang diletakan di depan pintu halaman rumah ,contoh : kentongan baik bambu atau tiang listrik, bel atau lonceng
2. Pastikan kran air dan alat penampungan air berfungsi dengan baik
3. Antisipasi hal-hal yang dapat menimbulkan kebakaran.
4. Menyelaraskan rencana kedaruratan keluarga kita dengan tetangga, lingkungan RT,RW dan Kelurahan (sistem peringatan dini, jalur evakuasi, titik kumpul, serta bantuan kedaruratan)
5. Mengadakan pelatihan dan mensimulasikan bersama keluarga dan warga sekitar dalam pemadaman dan penyelamatan kebakaran

Saat terjadi kebakaran

Di dalam rumah :

- Jangan panik dan berteriaklah sekencang mungkin untuk meminta bantuan ketika terjadi kebakaran di rumah.

- Lakukan tindakan untuk mencegah penyebaran api (gunakan APAR atau kain tebal/handuk basah)
- Hubungi pemadam kebakaran
- Selamatkan segera diri dan keluarga secepatnya
- menggunakan masker, handuk atau kain basah yang menutupi mulut dan hidung

- Lakukan perlindungan diri dengan menghindari asap dengan cara merunduk dan merangkak lebih rendah dari asap dan keluarlah dari rumah dengan hati-hati

- Bila pakaian kita terbakar segera berhenti , jatuhkan diri dan berguling untuk mematikan api.
- Keluarlah melalui jalur yang aman.

Setelah terjadi kebakaran

- Hitung jumlah keluarga yang berhasil menyelamatkan diri
- Nomor telepon penting

- Periksa kondisi kesehatan seluruh keluarga
- Jauhi rumah yang terbakar guna menghindari kecelakaan
- Mengungsilah di tempat yang sudah di sepakati. (misal rumah keluarga terdekat).

Banjir

Apa TINDAKAN KELUARGA pada :

Sebelum terjadi banjir

Persiapan didalam rumah :

- Tentukan peran dan tugas keluarga (misalnya saat banjir apa peran ayah, ibu, anak , dan asisten rumah tangga)

- Pastikan gas, instalasi listrik dan dokumen penting dalam kondisi aman

- Siapkan tas siaga bencana untuk keluarga yang diletakan di tempat yang mudah terjangkau dan terlihat serta dekat akses keluar rumah untuk bertahan di 3 x 24 jam pertama

- Pastikan jalur evakuasi keluar rumah dalam keadaan kosong, tidak ada yang menghambat (meja, kursi, lemari, dll)

- Memperhatikan keluarga yang sakit dan berkebutuhan khusus

- simak informasi serta gunakan aplikasi info banjir, cuaca dan status peringatan banjir dari instansi terkait

- Pastikan bahwa keluarga mengetahui Tempat evakuasi akhir (TEA) banjir terdekat dari rumah

- Pastikan rencana keluarga ketika terjadi bencana banjir (dimana titik kumpul, dimana jalur evakuasi)

- Siapkan keluarga menghadapi evakuasi mandiri untuk keluarga (berlatih renang, menyiapkan pelampung)

Persiapan di lingkungan

- Membuat peringatan dini banjir yang dipasang tempat yg sudah disepakati dan mudah terlihat berupa bambu/papan untuk menunjukan ketinggian air. Bambu/papan tersebut diberi warna secara berurutan (Hijau berarti aman, Kuning waspada, merah bahaya) dengan ketinggian yg disepakati bersama

- Periksa saluran pembuangan air (pastikan bebas dari sumbatan)

- Periksa dan beri tanda tempat-tempat yang berpotensi membahayakan saat terjadi banjir. Contoh sumur yg tidak tertutup, bekas galian, pagar berduri dll

- Menyelaraskan rencana kedaruratan keluarga kita dengan tetangga, lingkungan RT,RW dan Kelurahan (sistem peringatan dini, jalur evakuasi, titik kumpul, serta bantuan kedaruratan)

- Mengadakan pelatihan dan mensimulasikan bersama keluarga dan warga sekitar dalam penyelamatan banjir

Saat terjadi banjir

Bila kondisi air ada di level hijau

- Menerima pengumuman dan pengarahan dari RT, RW atau petugas setempat untuk melakukan tindakan evakuasi mandiri.
- siapkan obat-obatan, dokumen penting dan makanan yang mudah dibawa dan tahan lama.

- Pindahkan barang elektonik

- Jika memiliki hewan peliharaan atau hewan ternak, agar segera diungsikan

Bila kondisi air ada di level kuning dan merah

- Memutuskan aliran listrik
- Awasi anak-anak jangan bermain air banjir didalam dan di luar rumah
- Membawa tas siaga bencana

- Membawa keluarga dan anggota keluarga yang rentan/ manula/berkebutuhan khusus ketempat yang aman yang di arahkan oleh RT, RW atau petugas terkait sebagai langkah awal jauh sebelum air banjir meningkat

Sesudah terjadi banjir

- Pastikan anggota keluarga dan barang yang diungsikan lengkap
- Mendengarkan arahan lanjutan dari RT, RW dan petugas terkait

- Jangan kembali ke rumah sebelum diperbolehkan dan dinyatakan aman
- Periksa rumah (jika ada tanda-tanda dinding retak , atau kerusakan lainnya)
- Jangan langsung masuk ke dalam rumah yang masih digenangi air ,berhati-hatilah dengan binatang beracun dan benda-benda berbahaya yang tersembunyi, lihatlah situasi dengan seksama

- Buang bahan makanan yang terendam air banjir

- Bersihkan seluruh perabotan atau pakaian yang terendam banjir

- Bersihkan rumah dan sekitar kita (bisa dengan kerja bakti bersama warga)

- Melaporkan seluruh tindakan yang sudah dilakukan dan kerusakan serta kerugian kepada RT, RW dan Petugas

- mengevaluasi rencana kesiapsiagaan keluarga

- Membersihkan sumber air

Longsor

Longsor atau sering disebut gerakan tanah adalah suatu peristiwa geologi yang terjadi karena pergerakan masa batuan atau tanahdengan berbagai tipe dan jenis seperti jatuhnya bebatuan atau gumpalan besar tanah. Secara umum kejadian longsor disebabkan oleh dua faktor yaitu faktor pendorong dan faktor pemicu. Faktor pendorong adalah faktor-faktor yang memengaruhi kondisi material sendiri, sedangkan faktor pemicu adalah faktor yang menyebabkan bergeraknya material tersebut. Meskipun penyebab utama kejadian ini adalah gravitasi yang memengaruhi suatu lereng yang curam, namun ada pula faktor-faktor lainnya yang turut berpengaruh:

erosi yang disebabkan aliran air permukaan atau air hujan, sungai-sungai atau gelombang laut yang menggerus kaki lereng-lereng bertambah curam lereng dari bebatuan dan tanah diperlemah melalui saturasi yang diakibatkan hujan lebat gempa bumi menyebabkan getaran, tekanan pada partikel-partikel mineral dan bidang lemah pada massa batuan dan tanah yang mengakibatkan longsornya lereng-lereng tersebut gunung berapi menciptakan simpanan debu yang lengang, hujan lebat dan aliran debu-debu getaran dari mesin, lalu lintas, penggunaan bahan-bahan peledak, dan bahkan petirberat yang terlalu berlebihan, misalnya dari berkumpulnya hujan atau salju

Sebelum terjadi longsor

Lakukan pemetaan daerah tempat tinggal

Pelajari tanda-tanda terjadi longsor pada daerah yang berlereng (hujan lebat terus menerus, muncul rembesan, muncul retakan, warna air sungai keruh jika ada potensi banjir bandang)

memberitahu lingkungan bila terdapat kemungkinan terjadi longsor

Lakukan langkah-langkah pengurangan risiko longsor

Keluarga ikut aktif bersama masyarakat yang ada di daerah rawan longsor rutin melakukan patroli (termasuk kontrol aliran sungai di lereng bagian atas, jika terjadi pembendungan dapat berpotensi terjadi banjir bandang)

Jika tanda-tanda longsor sudah terlihat maka pertimbangkan untuk mengungsi ke tempat yg aman

Saat terjadi longsor

Jangan panik dan tetap tenang :
Berusaha bersikap tenang, karena kondisi panik akan mengakibatkan kita tidak dapat bertindak tepat.

Cepat tinggalkan rumah, jika tanah longsor terjadi di sekitar rumah kita. Berlindunglah ke tempat yang aman dan jangan mendekati daerah longsoran, karena longsor susulan masih mungkin terjadi.

Bila memungkinkan bantu keluarga dan orang lain yg mengalami situasi sulit akibat longsor

Hubungi petugas di lingkungan tempat tinggal

Jika kondisi di sekitar tempat kita tinggal membahayakan, mengungsilah.

Pantau terus informasi, apabila informasi menyatakan kondisi belum aman, jangan dulu kembali ke rumah

Sesudah terjadi longsor

Jauhi kawasan yang terkena longsor dan tetap berada ditempat yang aman

Ikuti terus informasi untuk memastikan kita sudah berada di tempat yang tepat dan aman.

Berikanlah pertolongan bagi yang membutuhkan tanpa membahayakan keselamatan diri sendiri.

Laporkan kondisi dan kejadian dengan singkat dan jelas

Kembalilah ke rumah jika situasi dan kondisi di tempat kita tinggal sudah dinyatakan aman.

Ikuti perintah relokasi apabila telah diputuskan oleh pihak yg berwenang

Catatan:

BAB 3

PANDUAN KESIAPSIAGAAN BENCANA UNTUK KELUARGA

a. Pengertian

Rencana kesiapsiagaan keluarga adalah perencanaan yang dibuat oleh keluarga untuk siap dalam kondisi darurat akibat bencana baik saat berada di dalam ataupun di luar rumah (1). Dalam pembuatan rencana ini, setiap anggota keluarga terlibat untuk memastikan bahwa mereka memahami dan menyetujui rencana tersebut.

Hal-hal yang perlu diperhatikan dalam membuat rencana kesiapsiagaan keluarga adalah:

- Mengetahui ancaman bencana yang dapat terjadi di sekitar mereka
- Mengetahui cara melindungi diri jika terjadi bencana
- Mengenali bagian dari dalam rumah yang dapat dijadikan sebagai perlindungan
- Menghindari bagian di dalam rumah yang beresiko membahayakan
- Mengetahui jalur evakuasi yang telah disepakati
- Mengetahui titik kumpul di luar rumah yang telah disepakati
- menyiapkan perlengkapan standar keadaaan darurat bencana untuk keluarga
- Mencatat nomor telepon setiap anggota keluarga
- Mencatat nomor nomor penting untuk keadaan darurat bencana
- Mencatat nomor telepon penting terkait aktivitas setiap anggota keluarga

Mempraktikkan rencana kesiapsiagaan keluarga yang telah disepakati

Memperbaiki kekurangan yang terjadi saat praktik rencana kesiapsiagaan keluarga

Menyesuaikan kembali perencanaan sesuai kondisi terakhir ancaman bencana, perubahan anggota keluarga serta kondisi rumah

Gunakan data-data diatas untuk mengisi formulir perencanaan kesiapsiagaan keluarga pada halaman berikut

b. Formulir Perencanaan Kesiapsiagaan Keluarga

BNPB

BADAN NASIONAL PENANGGULANGAN BENCANA

FORM RENCANA KESIAPSIAGAAN BENCANA UNTUK KELUARGA

Nama Kepala Keluarga / Alamat Rumah	Tanggal hari ini

Informasi anggota / Kontak Rumah :

Nama	No. Telepon / Handphone	Email

Rencana Aksi Kesiapsiagaan Keluarga

1. jenis bencana yang sering terjadi di lingkungan rumah anda, dan tentukan bersama-sama jalur evakuasi untuk menyelamatkan diri

2. Jika terpisah dengan keluarga, dimana tempat berkumpul darurat terdekat sekitar rumah

3. Jika kita tidak bisa kembali kerumah atau diminta untuk evakuasi, dimanakah tempat berkumpul / bertemu keluarga diluar lingkungan perumahan / Desa.? (Contoh : Kantor Desa, Tempat pengungsian/ Tempat penampungan sementara, dsb)
*lokasi tersebut berlaku untuk kejadian bencana pada siang maupun malam

4 Siapkan jalur jalur evakuasi lain jika jalur evakuasi utama tidak dapat dilalui.

5 Kontak lainnya jika keluarga kita terpisah atau tidak dapat berkomunikasi satu sama lain:

Nama	No. Telepon / Handphone	Email

6 Dimanakah lokasi tempat berkumpul jika anggota keluarga berada di sekolah atau penitipan anak :

Nama	Tempat Evakuasi (nama lokasi dan Nomor yang dapat dihubungi)

7 Perencanaan darurat untuk kelompok rentan lainnya (bayi, balita, ibu hamil, ibu menyusui, orang sakit, lansia) di keluarga

Nama	Jenis kebutuhan Khusus	cara mengevakuasi/ memindahkan ketempat yang aman

Contoh Jenis orang kebutuhan khusus : Tunanetra, tunawicara, tunadaksa, tunagrahita, tunarungu, autisme

Contoh rencana darurat : evakuasi, mengungsi, lainnya

C. Standar Minimal Perlengkapan Kesiapsiagaan Keluarga (3x24 jam)

Perlengkapan Kesiapsiagaan Keluarga adalah satu paket perlengkapan kebutuhan dasar yang dipersiapkan sebelum terjadi bencana untuk dipergunakan pada keadaan darurat bencana selama 3x24 jam. Perlengkapan ini berguna untuk memenuhi kebutuhan dasar keluarga (anggota keluarga) pada kondisi tidak adanya bantuan sama sekali / bantuan belum tiba.

- Persiapan perlengkapan untuk memenuhi peralatan minimal bertahan hidup pada kondisi darurat
- siapkan makanan tahan lama yang mudah dibawa
- Siapkan dan masukkan dokumen/surat-surat penting ke dalam map plastik tertutup rapat yang terdiri dari:
  - Fotokopi/salinan kartu keluarga; KTP/SIM/Paspor/ Kartu BPJS/Kartu ATM/buku nikah.
  - Buku tabungan
  - Surat berharga seperti sertifikat tanah/BPKB/STNK/Ijasah
- Sebaiknya dokumen penting dibuatkan salinannya; masukkan dalam map plastik tertutup rapat dan dititipkan pada anggota keluarga terdekat (teman) yang dapat dipercaya yang tinggal di tempat lain (beda kota)
- Siapkan dan masukkan ke dalam tas perlengkapan untuk dapat bertahan hidup selama 3x24 jam yang terdiri dari:
  - Perlengkapan P3K sederhana (eq=batadine, kassa perban, plester obat, gunting kecil, peniti dan penjepit/pinset) dan obat-obatan umum (obat batuk, sakit kepala, sakit lambung, diare, minyak kayu putih, dan obat gosok seperti balsem/ remason) yang biasa digunakan oleh keluarga

- Senter dan cadangan batere
- Lilin dan korek api
- Peluit
- Selimut dan baju ganti
- Jas hujan plastik
- Kabel charger/pengisi daya/pengisi batere HP
- Buku tulis kecil dan pulpen
- Air minum dalam botol minimal 2liter/hari/orang
- Makanan yang siap dimakan dan tahan lama seperti biskuit, coklat, kue kering, bolu dll
- Jika ada bayi; siapkan bubur bayi dan susu bubuk sesuai usianya; bedak bayi/minyak telon/pampers/perlak
- Jika ada orang tua dan dengan sakit yang lama; siapkan obat-obatan cadangan
- Perlengkapan kebersihan pribadi (sabun/sikat gigi/odol/ pembalut wanita/pampers/handuk kecil/perlak/tisu basah)
- Piring dan sendok plastik
- Jika ada hewan peliharaan; siapkan makanan dan tempat makan; kalung dan tali tuntun serta obat yang dibutuhkan

- Perlengkapan ini perlu diperiksa kembali setiap 3 (tiga) bulan; ganti makanan dan minuman dengan masa berlaku yang lebih baru
- Cocokkan isi perlengkapan ini dengan kondisi anggota keluarga saat itu
- Perlengkapan yang sama juga diperlukan untuk tmepat kerja & kendaraan

"Kenali Ancamannya Kurangi Risiko"

d. Nomor Penting & Aplikasi Kedaruratan Kebencanaan

Catat nomor penting berikut untuk mendapatkan informasi terbaru yang dapat dipercaya tentang bencana dan untuk meminta pertolongan sesuai dengan daerah masing-masing/ nomor lokalitas

No	Kontak	No Telepon
1	Polisi	
2	Pemadam Kebakaran	
3	SAR/Basarnas	
4	Penerangan	
5	PLN	
6	BMKG (Info gempa dan tsunami)	
7	.....	
8	dst	

Selain nomor diatas, beberapa nomor terkait keluarga harus ditulis sehingga seluruh pihak mengetahui bersama.

No	Kontak	No Telepon
1	Kantor bapak	
2	Kantor ibu	
3	Guru sekolah anak ke-1	
4	Satpam sekolah anak ke-1	
5	Guru sekolah anak ke-2	
6	Satpam sekolah anak ke-2	
7	Guru les karate anak ke-1	
8	Guru les bulutangkis anak ke-2	
9	.....	
10	Dst	

Pusat Pengendali Operasi (Pusdalops) BPBD berada di setiap daerah dan berfungsi untuk:

1. Menerima pelaporan dari masyarakat tentang kejadian bencana
2. Menyediakan informasi tentang kebencanaan

Untuk mengetahui perkembangan kejadian bencana di Indonesia, berikut adalah nomor PUSDALOPS di 34 Provinsi di Indonesia

No	Provinsi	Kontak Informasi
1.	**Aceh**	0651-34783 0651-34783 0813-60669111 pusdalopsbpba@gmail.com bpbaceh@gmail.com pusdatin.bpba@gmail.com bpba.acehprov.go.id
2.	**Sumatera Utara**	061-8468469 061-8468015 0853-59000878 bpbd.sumutprov.go.id
3.	**Sumatera Barat**	0751-890720 / 0751-713944 0751-890721 bpbdsumbar@gmail.com pusdalopspbsumbar@yahoo.com bpbd.sumbarprov.go.id
4.	**Riau**	0761-855734 bpbd_riau@yahoo.co.id Bpbd2013@gmail.com bpbd.riau.go.id
5.	**Jambi**	0741-670689 / 0741-5913258 pusdalops.jambi@yahoo.co.id bpbd.jambiprov.go.id
6.	**Sumatera Selatan**	0711-7353311 / 071-1385108 0711-440524 / 0711-385107 Bpbd.sumsel@yahoo.com http://bpbd.sumselprov.go.id/
7.	**Bengkulu**	0736-349674 / 0736-7321428 0736-349674 bpbd.bengkuluprov.go.id
8.	**Lampung**	0721-240766 0721-240766 085-269-054307

No	Provinsi	Kontak Informasi
9.	**Kepulauan Bangka Belitung**	0717-438865 / 0717-439371 0811-7818600 bpbd.babelprov.go.id
10.	**Kepulauan Riau**	0771-315977 / 0771-316977 datadarurat.bpbdkepri@gmail.com bpbdkepri@gmail.com
11.	**DKI Jakarta**	021-3822078 / 021-386 5632 021-352-0407 0811-9987164 bpbddki@jakarta.go.id bpbd.dki.jakarta@gmail.com pusdalopsbpbdjkt@gmail.com bpbd.jakarta.go.id
12.	**Jawa Barat**	022-73513621 022-7315274 0853-2369-986 bpbdprovjabar@gmail.com bpbd.jabarprov.go.id
13.	**Jawa Tengah**	024-351-3562 / 024-3519904 / 024-70031333 024-3519186 / 024-70031555 0881-3809409 Bpbd_jateng@yahoo.com poskoaju.bpbdjateng@gmail.com bpbd.jatengprov.go.id
14.	**Banten**	0254-8243072 / 0254-2289234 / 0254-8243073 0877-72542700 bpbd_banten@yahoo.com bpbd.banten2014@gmail.com bpbd.bantenprov.go.id
15.	**Jawa Timur**	031-88554893 031-88554895 / 031-8296609 031-8550101 0813-32009050 / 0812-31780000 Pusdalopsbpbdjatim@gmail.com bpbd.jatimprov.go.id

No	Provinsi	Kontak Informasi
16.	**Yogyakarta**	0274-555584 / 0274-555585 0274-555326 pusdalopsdiy@gmail.com BPBD@jogjaprov.go.id bpbd.jogjaprov.go.id
17.	**Bali**	0361-251177 / 0361- 245395 0361-245397 / 0361-261238 / 0361-263926 0857-92240799 pusdalopsbali@gmail.com www.bpbd.baliprov.go.id
18.	**Nusa Tenggara Barat**	0370-646972 ntb_bpbd@yahoo.co.id bpbd.ntbprov.go.id
19.	**Nusa Tenggara Timur**	0380-832617 0380-832671 bid.kdl.bpbdnttprov@gmail.com bid_kdl_bpbdprovntt@yahoo.co.id
20.	**Kalimantan Barat**	0561-744219 / 0561-744220 darurat.bpbdprovkalbar@yahoo.co.id bpbd.kalbarprov.go.id
21.	**Kalimantan Tengah**	0536-3232729 0536-3232729 0812-51510110 Bpbd.kalteng@yahoo.co.id pusdalops.bpbpkktg@gmail.com
22.	**Kalimantan Selatan**	0511-3307760 0816-4559938 bpbdprovkal4.sel@gmail.com
23.	**Kalimantan Timur**	0541-733766 / 0541-7779537 0541-17779537 0541-741040 0811-5844722 pusdalopsbpbdkaltim@yahoo.co.id bpbdkaltim.com

No	Provinsi	Kontak Informasi
24.	Kalimantan Utara	0552-21727 bpbdkaltara@gmail.com bpbdkaltara.wordpress.com
25.	Sulawesi Utara	0431-844095 / 0431-844093 0431-844145 bpbdsulut@gmail.com Pusdalops.bpbd.sulut@gmail.com bpbd.sulutprov.go.id
26.	Sulawesi Tengah	0411-3633797 / 0411-312523 bpbdkotamksr@gmail.com pusdalopssulsel@gmail.com
27.	Sulawesi Selatan	0411-3633797 / 0411-312523 bpbdkotamksr@gmail.com pusdalopssulsel@gmail.com
28.	Sulawesi Tenggara	0401-3191617 / 0401-3194742 0401-3194742 Bpbdprov.sultra@gmail.com
29.	Gorontalo	0435-882143 bpbdprovgorontalo@gmail.com
30.	Sulawesi Barat	0426-22058 / 0426-21141 pusdatinbpbdsulbar@gmail.com
31.	Maluku	0911-316042 / 0911-316041 0911-316042 0822-4894-5168 bpbd.malukuprov.go.id
32.	Maluku Utara	0921-31327656 / 0921-3121006 0921-3121006
33.	Papua	0967-588384 0967-588386 0813-33055004 / 0852-32255220 pusdalopsbpbdpapua@gmail.com bpbdpapua.info
34.	Papua Barat	0986-214093 0986-214094 0823-99463564

Daftar aplikasi berbasis Android dan IOS yang dapat membantu dalam kesiapsiagaan :

MAGMA Indonesia	Info BMKG	Pantauan Bencana Indonesia
BNPB TV	inaRISK	Siaga Bencana
Life360		

FEMA (2011)
Family Emergency
Planning Guide.
Ditelusuri dari:

Catatan:

Pengarah :

1. B. Wisnu Widjaja
2. Junjungan Tambunan

Tim Penulis :

1. R. Hadianto Wardjaman
2. Eny Supartini
3. Novi Kumalasari
4. Dian Andry Puspita Sari
5. Fitriana Suprapti
6. Heri Asmedi
7. Trinirmalaningrum
8. Ujang D Lasmana
9. Muhtadin
10. Yadi Frans
11. Tasril Mulyadi
12. Moeji Prijo Sanjoto
13. Urip Setiyono
14. Gerald Reza Lasut
15. Sabar Parulian Pandiangan
16. Fajarina Suksesi Nararia

Editor :

1. Anton Agus Harianto
2. Jimmy Tarigan
3. Tanty R Thamrin

Layouter :

Box Breaker

BNPB

Diterbitkan oleh:
DIREKTORAT KESIAPSIAGAAN
BADAN NASIONAL PENANGGULANGAN BENCANA

Graha BNPB
Jl. Pramuka Kav. 38 Jakarta Timur 13120