

Mengenal Ciri-Ciri Lingkungan Sehat dan Cara Menjaganya

Oleh: Gumilang P

Abstrak

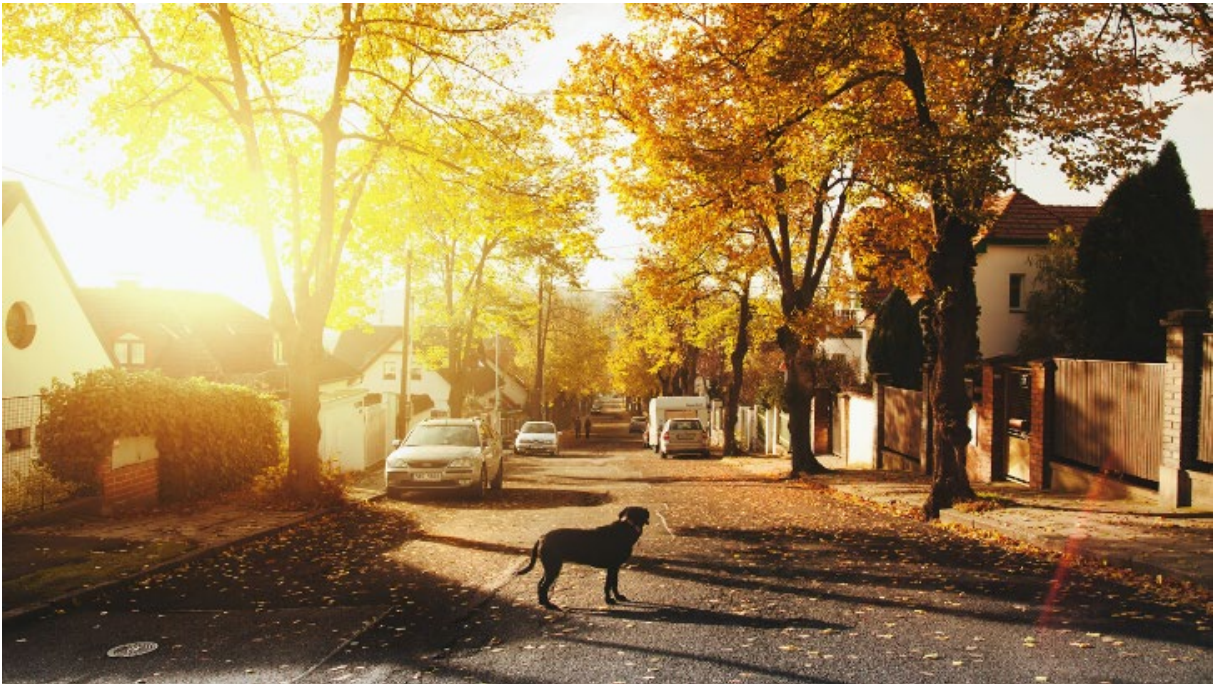
Mempunyai tempat tinggal yang berada pada lingkungan yang sehat tentu sangatlah menyenangkan. Setiap hari Anda akan disambut oleh udara yang bersih dan menyegarkan dan sangat membantu untuk menghilangkan seluruh stress Anda. Lingkungan perumahan yang masih sehat dan asri memang saat ini sudah cukup jarang untuk bisa ditemui karena semakin padatnya lingkungan tempat tinggal di mana saja.

Memang saat ini penambahan jumlah penduduk meningkat secara pesat dan membuat lingkungan tempat tinggal menjadi semakin padat. Dengan pertambahannya jumlah penduduk juga otomatis membuat lingkungan bisa menjadi lebih tidak sehat dan kotor. Sungguh disayangkan memang jika melihat lingkungan yang Anda tinggali secara perlahan menjadi kotor dan tidak terawat.

Lingkungan tempat tinggal yang kotor dan tidak menyehatkan akan membawa banyak dampak yang buruk bagi siapa saja yang tinggal di dalam lingkungan tersebut. Oleh karena itulah Anda juga harus ikut berperan langsung untuk menciptakan lingkungan sehat dimulai dari rumah Anda sendiri. Agar Anda bisa lebih memahami apa itu lingkungan yang sehat maka pada artikel kali ini akan dibahas mengenai:

1. Pengertian dari Lingkungan Sehat
2. Mengenal Ciri – Ciri Lingkungan yang Sehat
3. Cara Mudah untuk Menjaga Lingkungan Sehat
4. Dampak Apabila Tinggal di Lingkungan yang Tidak Sehat

1. Pengertian Dari Lingkungan Sehat



Lingkungan merupakan sebuah kondisi yang terikat langsung antara siapa saja yang menempati daerah tersebut dan seluruh aspek yang berada di dalamnya. Jika dilansir dari Dunia Pendidikan, lingkungan adalah sebuah kondisi fisik di mana seluruh keadaan sumber daya alam seperti tanah, air, energi beserta seluruh flora dan fauna yang ada dan menggunakan lingkungan fisik tersebut. Lingkungan sendiri terdiri dari dua komponen yaitu biotik dan abiotik.

Komponen biotik adalah semua yang memiliki nyawa seperti manusia, tumbuhan, hewan dan berbagai mikro organisme lainnya. Seluruh senyawa yang hidup bisa dikategorikan sebagai komponen biotik dan akan terlibat langsung di dalam sebuah lingkungan. Sedangkan komponen abiotik sendiri merupakan segala sesuatu yang ada tetapi tidak bernyawa seperti tanah, air hingga udara. Kedua komponen tersebut bergabung menjadi satu di dalam sebuah lingkungan dan bersama untuk menciptakan situasi yang layak untuk ditinggali.

Sehat dapat diartikan sebagai sebuah kondisi di mana keadaan yang terbebas dari berbagai penyakit dan meliputi seluruh aspek kehidupan yang ada di sekitarnya. Sehat juga termasuk di dalamnya kesehatan secara emosional dan spiritual. Tidaklah mudah untuk menciptakan kondisi yang sehat karena ada banyak hal yang menjadi keterkaitan antara satu dengan yang lainnya.

Setelah mengetahui arti masing – masing dari lingkungan dan sehat maka dapat disimpulkan bahwa lingkungan yang sehat adalah sebuah lingkungan yang terhindar dari berbagai hal yang bisa menyebabkan gangguan terhadap kesehatan masyarakat atau seluruh komponen biologis yang terdapat di dalamnya.

Menjaga lingkungan yang sehat adalah sebuah tugas yang sangat penting bagi Anda dan setiap individu lainnya. Dengan menjaga kondisi lingkungan yang sehat maka bisa dipastikan Anda akan bisa mewujudkan.

2. Mengenal Ciri-Ciri Lingkungan Sehat



Sangatlah mudah untuk membedakan sebuah lingkungan yang sehat dengan lingkungan yang sudah mulai tercemar. Ada beberapa ciri yang bisa menjadi tanda bagi Anda untuk melihat apakah lingkungan tersebut sehat atau tidak. Di bawah ini adalah beberapa ciri yang bisa menjadi acuan dari lingkungan yang sehat:

- Lingkungan yang sehat akan mempunyai kualitas udara yang bersih dan nyaman ketika dihirup. Bersihnya udara pada lingkungan yang sehat disebabkan oleh minimnya polusi pada lingkungan tersebut dan menyebabkan terjaganya kondisi udara di sekitarnya. Apabila lingkungan tersebut mempunyai udara yang bersih maka Anda akan bisa merasakannya langsung.

- Di dalam lingkungan yang sehat juga tersedia sumber air bersih yang mudah untuk didapatkan. Sumber air bersih bisa didapatkan dengan cara menggali sumur hingga kedalaman tertentu dan dari air sumur tersebut bisa dilihat kualitas kebersihan dari airnya. Apabila air sumur tidak berwarna dan tidak beraroma maka dapat dipastikan bahwa kualitas airnya cukup bersih dan aman untuk digunakan.
- Di dalam lingkungan yang sehat juga terdapat banyak pepohonan yang rindang. Dengan banyaknya pepohonan yang rindang bisa membuat situasi lingkungan menjadi lebih dingin dan nyaman. Tidak hanya itu saja, lingkungan yang penuh dengan pepohonan dan tanaman hijau juga akan membuat tingkat polusi menjadi turun dan udara menjadi lebih bersih.
- Dikutip dari Dosen Biologi, lingkungan yang sehat biasanya menyediakan tempat pembuangan sampah yang baik dan dibagi menjadi organik dan anorganik. Tidak hanya itu saja, lingkungan yang sehat juga umumnya sudah tersedia tempat pengelolaan sampah untuk memisahkan berbagai sampah yang kering dan basah. Sampah yang dikelola dengan baik bisa membuat lingkungan menjadi bersih dan tidak kotor.

3. Cara Mudah Untuk Menjaga Lingkungan Sehat



Jika pada suatu lingkungan mempunyai jumlah penduduk yang terus meningkat maka perlu diadakannya proses perawatan lingkungan yang didasari oleh setiap individu masing – masing. Dengan tersedianya sebuah sistem yang mengharuskan setiap lingkungan untuk menjaga kebersihan dari lingkungan maka bisa didapatkan sebuah kondisi lingkungan yang kondusif dan tertata dengan baik. Di bawah ini adalah beberapa cara mudah untuk menjaga lingkungan agar menjadi sehat.

- Tahap pertama untuk menciptakan dan menjaga lingkungan yang sehat adalah dengan membuang sampah pada tempatnya. Pisahkanlah antara sampah yang bisa diolah dan tidak agar mempermudah pekerjaan dari petugas kebersihan untuk memisahkannya. Selain itu juga daur ulang kembali sampah plastik Anda agar bisa menjadi sesuatu yang bermanfaat sebelum akhirnya Anda buang begitu saja.
- Melakukan gotong royong untuk menjaga kebersihan sungai dan kali. Terkadang masih banyak orang yang merasa cuek dan membuang sampah begitu saja ke dalam sungai tanpa memikirkan akibat jangka panjangnya. Dengan melakukan gotong royong untuk menjaga kebersihan maka Anda bisa membuat lingkungan menjadi lebih bersih dan terhindar dari saluran air yang mampat.
- Apabila di dalam suatu lingkungan masih terdapat toilet yang di pinggir sungai maka diperlukan untuk membangun sarana MCK khusus yang berada jauh dari tempat mengalirnya air. Dengan memisahkan toilet dari sungai bisa mengurangi terjadinya pencemaran pada air. Air yang tercemar bisa menjadi sumber penyakit berbahaya yang bisa mewabah dengan cepat. Kakus yang tersedia secara terpisah juga bisa membuat masyarakat bisa lebih mudah untuk menjaganya.
- Cara terakhir yang bisa dipakai untuk mewujudkan terciptanya lingkungan yang sehat adalah dengan banyak menanam pepohonan dan tumbuhan hijau yang lainnya. Pepohonan dan tumbuh – tumbuhan hijau bisa membuat lingkungan menjadi asri dan nyaman. Tidak hanya itu saja, tanaman juga berfungsi untuk mengatasi polusi udara dan membuat suasana menjadi lebih dingin dan segar.

Daftar Pustaka

<https://www.rumah.com/panduan-properti/mengenal-ciri-ciri-lingkungan-sehat-dan-cara-menjaganya-27741>