

Serbuan Badai Kebisingan: Penjajah Baru Kita

OLEH **SLAMET ABDUL SJUKUR**



Suasana diskusi *Kebisingan sebagai Polusi yang Merajalela*, bersama Slamet Abdul Sjukur di Perpustakaan C₂O, diprakarsai oleh Masyarakat Bebas Bising, 26 Maret 2011. Foto koleksi Perpustakaan C₂O.

DULU: Kebisingan hanya terjadi di pabrik, bengkel, stasiun kereta-api dan beberapa tempat tertentu saja. Dan menurut penelitian Institut Max Planck di Jerman, orang-orang yang bekerja di tempat bising mengalami penderitaan biologis dan gangguan kejiwaan yang sangat meresahkan.

SEKARANG: Kebisingan mengepung kita di mana-mana, di jalan raya, di mal bahkan di rumah dengan berbagai alat rumah tangga: blender, penyedot debu, TV, pengeras suara dan lain-lain.

Kolonialisme baru semakin semena-mena menjajah kita dan kita masih saja tidak menyadari akan ancamannya yang jauh lebih ganas dari penjajah yang dulu. “Kolonialisme baru” ini mengintai seluruh sendi kehidupan kita, bukan hanya ancaman bagi telinga saja.

Di New York, 30% penduduknya mengidap psikopat, penyebab utamanya: stress karena kebisingan yang tidak lagi disadari. Di Indonesia pun gejalanya sudah menyelip tanpa ada yang mencurigai penyebabnya: Orang semakin mudah tersinggung dan mudah marah bahkan melakukan tindak kekerasan.

Tapi, di negeri kita, berbagai informasi yang sangat dibutuhkan masyarakat, seringkali tidak tersedia. Maka sejak awal tahun 2011 sekarang ini, sebuah komunitas kecil mendirikan sendiri Masyarakat Bebas-Bising yang berupaya mengampanyekan kesadaran tentang:

1. Telinga sebagai karunia illahi, yang wajib dilindungi dari kebisingan yang semena-mena.
2. Dampak kerusakan pendengaran.
3. Kebisingan dan kemajuan teknologi sekaligus kebodohnya.

Orang mengira telinga itu hanya untuk mendengar. Pandangan ini sudah lama ketinggalan jaman. Memang secara otomatis telinga itu menangkap sendiri bunyi apa saja, tidak perlu menunggu diperintah, Tapi mendengarkan lebih dari sekadar mendengar. Dia melibatkan antara lain niat, konsentrasi kecerdasan (untuk mengerti yang didengar), daya ingat (buat apa mengerti kalau terus lupa ?) dan kemampuan merasakan (bayangkan anda hidup tanpa bisa merasa!). Berbagai fungsi saraf sebenarnya terkait satu sama lain dan “saling mengaktifkan” di dalam otak.

Kerusakan Pendengaran: Tidak hanya menyebabkan orang sampai tuli, yang artinya terasing dari berbagai bunyi yang justru menghidupkan suasana di sekitarnya. Lebih dari itu, melumpuhkan konsentrasinya, kecerdasannya, daya ingatnya, keseimbangannya terhadap gravitasi (vertigo), bahkan keseimbangan jiwanya.

Secara alami, semakin bertambahnya usia menyebabkan semakin menurunnya kualitas pendengaran. Penyebab lainnya: penyakit, kecelakaan (termasuk kebisingan). Sekarang ini di Amerika terdapat 5,2 juta anak-anak berusia 6 tahun sampai 19 tahun, yang disebut generasi iPod, yang sudah menderita presbikusis, yaitu ketulian yang biasanya diderita oleh orang tua berusia 60-70 tahun. Penyebab tidak lain karena iPod, walkman dan berbagai peralatan audio lain yang

dibunyikan lebih keras dari kemampuan telinga untuk menerimanya.

Kebisingan: Tidak ada hubungannya dengan selera (masalah suka dan tidak suka). Kebisingan menyangkut kemampuan telinga menampung volume/kekuatan bunyi (lihat Lampiran I dan II di bawah).

Kebisingan sebagai polusi sebenarnya sangat mudah dikenali. Kalau kita sampai terpaksa harus bercakap-cakap dengan suara keras agar bisa saling didengar dan dimengerti, ini pertanda ada kebisingan. Ini selalu kita alami di di jalan raya, di stasiun ketika ada kereta-api masuk atau waktu ada pengumuman lewat pengeras-suara, di dalam mal dan bahkan sering di dalam rumah kita sendiri.

Sumber kebisingan bisa dari sarana transportasi (darat, laut dan udara), mesin-mesin (di dalam pabrik, pengeboran jalan, pembangunan gedung dan jembatan) seringkali juga dari pengeras-suara (di stasiun, bandara udara, mal dan rumah ibadah).

Akibat Kebisingan: sulit mendengarkan suara lain, sulit berkonsentrasi, jantung berdebar, tekanan darah naik, emosi mudah meledak, pernafasan dan pencernaan pun menjadi kacau-balau. Fungsi jaringan-saraf dan kejiwaan kita terancam seluruhnya, bukan hanya telinga kita saja.

Dengan sangat manja kita tidak menyadari bahwa tubuh kita itu merupakan paket yang

berisi trilyunan sel yang hidup. Sel-sel itu beserta jaringan-saraf yang menggerakkan tubuh dan perasaan kita, tidak pernah berhenti bekerja selama kita hidup. Kalau persendian, penglihatan dan mulut bisa istirahat ketika kita tidur, pernafasan dan pendengaran senantiasa tetap waspada menjaga kita.

Untuk menyelamatkan diri dari ancaman akibat kebisingan, kita harus cepat merubah pemahaman kita tentang telinga. Sebagai sarana yang dapat mendengar, secara otomatis telinga adalah:

1. 'Satpam' yang menjaga tubuh (setiap bunyi yang mencurigakan merupakan isyarat adanya bahaya).
2. Pemasok energi otak (supaya berfungsi normal, otak membutuhkan 3 juta rangsangan per detik selama sedikitnya 4 ½ jam setiap hari; lebih dari separuhnya diterima dari telinga, sisanya dari 4 indra yang lain).
3. Mengatur keseimbangan badan kita terhadap gravitasi (berbeda dari binatang melata atau yang ditopang dengan 4 kaki, kita hanya berdiri dengan 2 kaki, karena itu ada masalah bagaimana tidak jatuh atau terhuyung. Ini diatasi oleh 3 semi-lingkaran yang terdapat di telinga bagian tengah).
4. Pengatur suhu badan dan emosi (telinga anda akan merah kalau anda dihina).

Sebagai sarana yang dapat mendengarkan dengan aktif, telinga juga berhubungan erat dengan niat/konsentrasi, kecerdasan, daya-ingat, emosi, pernafasan dan metabolisme.

Kalau keberadaan kebisingan/polusi sangat mudah diketahui, sebaliknya akibat kebisingan tidak cepat disadari, persis seperti kanker. Orang tidak mendadak tuli, dia masih dapat mendengar tapi sulit mengerti, karena itu biasanya minta pada mitra bicaranya untuk mengulangi apa yang dia katakan. Ini baru salah satu gejala menurunnya kualitas pendengaran. Dan perlahan-lahan disusul dengan penderitaan yang lebih mengerikan (menjadi manusia zombi), dan tidak ada lagi kemungkinan untuk dipulihkan kembali, kalau sudah terlambat penanganannya (seperti kanker).

Kebisingan tidak terpisahkan dari seluruh masalah polusi. Polusi merupakan penyelewengan hasil kemajuan teknologi, karena rakus yang tidak tahu batas dan

kesombongan yang bodoh.

Akibat dari ulah manusia yang cerdas tapi rakus dan bodoh, maka bumi memanas dengan segala akibatnya yang sudah mulai kita rasakan di mana-mana, seperti tsunami, badai petir, dan gempa.

Kiranya masih ada harapan untuk mencegahnya agar tidak berlarut-larut. Untuk itu perlu kemauan baja untuk menghentikan penjajahan yang dikemukakan oleh berbagai bentuk kebodohan yang mengatas-namakan kemajuan maupun kebenaran atau kepercayaan.

Lampiran-I

Volume Bunyi dan Kemampuan Telinga Menerimanya:

0 dB ambang pendengaran manusia
10 dB bunyi pernafasan normal
20 dB gemerisik dedaunan dibelai angin
30 dB gaung di ruang kosong
40 dB kesunyian kampung (dulu) di malam hari

50 dB restoran yang relatif tenang

60 dB suara percakapan dua orang

70 dB bunyi lalu-lintas

80 dB bunyi truk lewat / penghisap debu

90 dB bunyi mengebor jalan

100 dB bunyi kereta-api masuk stasiun

- telinga hanya kuat bertahan selama 15 menit

(bayangkan bagaimana dengan kuli dan pegawai stasiun yang dijajah bunyi keras ini setiap hari)

- 120 dB bunyi pesawat tinggal landas / musik rock
- 130 dB bunyi tembakan senapan bagi penembaknya sendiri
- 140 dB bunyi pesawat jet tinggal landas
- 175 dB bunyi peluncuran roket angkasa-luar
- 185 dB ledakan yang merobek membran telinga
- 200 dB ledakan yang mematikan

Ketinggian Bunyi:

Wilayah ketinggian nada yang dapat ditangkap oleh pendengaran kita terbatas antara 20 – 20.000 hertz (bunyi piano 30-4.100 hertz). Dan ketinggian ini mempunyai pengaruh yang berbeda, bahkan secara psikologis.

Pengaruhnya:

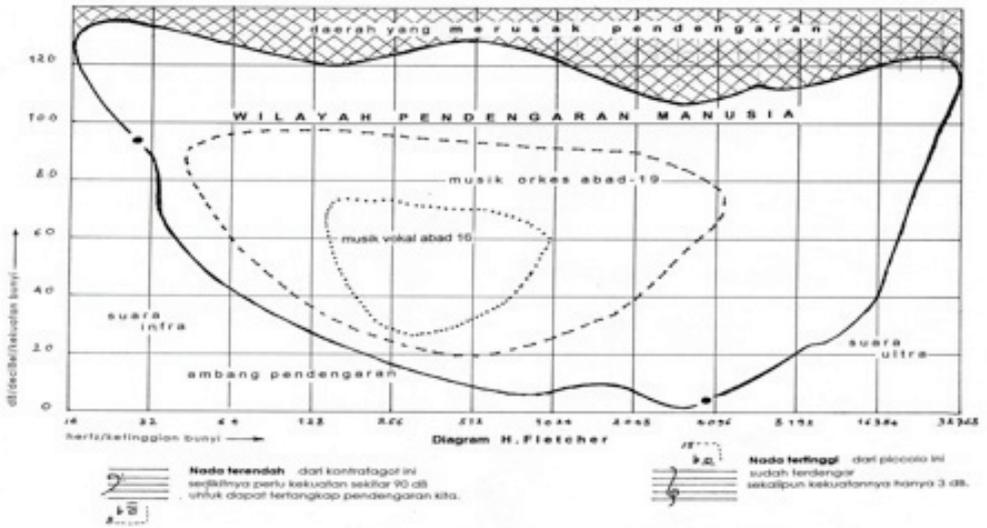
- Sampai dengan 125 hertz dengan ritme cepat membuat kita gugup dan sulit berkonsentrasi.
- 750 – 3.000 hertz berhubungan dengan emosi, jantung, pernafasan dan paru-paru.
- 3.000 – 8.000 sebagai rangsangan otak yang memberi energi, memudahkan konsentrasi dan memperkuat daya ingat.
- Bunyi yang di luar 20 – 20.000 hertz dinamakan bunyi infra dan bunyi ultra.

Bunyi Infra: Bunyi ini di bawah 20 hertz (di luar jangkauan telinga manusia). Walaupun tidak tertangkap oleh pendengaran, kulit dan perut seringkali dapat merasakannya – terkadang bisa membuat bulu kuduk berdiri. Bunyi ini juga bisa memberi kesan adanya hal-hal supernatural yang terjadi. Beberapa film horor memakai efek bunyi ini. Seringkali, bunyi ini terjadi mendahului gempa. Karena itu, sebelum gempa, binatang-binatang yang lebih peka pendengarannya dari kita sudah bingung terlebih dulu.

Bunyi Ultra: Bunyi ini di atas 20.000 hertz dan juga tidak tertangkap pendengaran manusia tapi dengan kekuatan tertentu dapat merusak sel-sel dan jaringannya.

Pendengaran yang memberi rangsangan paling banyak pada otak, dibanding dengan indera yang lain merupakan sumber energi yang diperlukan tubuh seperti halnya energi dari makanan dan oksigen yang kita hirup.

Lampiran-II



Lampiran-III

Ketentuan Dewan Masjid Indonesia

Untuk merefleksikan kondisi yang terjadi dan saat ini berkembang, mari kita lihat kembali aturan yang dibuat oleh Dewan Masjid Indonesia. Dalam hal ketenangan beribadah, serta ada beberapa masukan tambahan yang memungkinkan untuk dapat diimplementasikan demi ketenangan dan kenyamanan. Antara lain: Speaker dengan volume yang berlebihan:

- Pengeras suara/speaker: dalam keadaan

baik, sehingga suara yang terdengar tidak mengganggu karena suara yang gemerisik akibat speaker yang sudah tidak lagi prima kondisinya.

- Speaker dalam dan luar harus dipisahkan.
- Pada dasarnya suara yang memakai speaker luar hanyalah adzan sebagai tanda telah tiba waktu shalat. Ketika shalat dan doa untuk kepentingan jemaah, suaranya tidak perlu dikeluarkan melalui speaker luar, cukup dengan speaker dalam, dan suara direndahkan, ibadah akan menjadi

lebih kusyu.

- Penggunaan pengeras suara pada saat sebelum waktu subuh paling awal 15 menit, dengan menggunakan pengeras suara luar saja, agar yang sedang beribadah didalam masjid tidak terganggu.
- Aktivitas jumat, seperti pengumuman, doa dan khotbah sebaiknya menggunakan speaker dalam.
- Speaker masjid bisa dipakai sebagai pusat informasi jemaah untuk pengumuman kematian, musibah dan bencana serta semua aktivitas demi kemaslahatan jemaah.

Hal ini akan lebih baik jika speaker dan soundsystem yang dipergunakan untuk menyerukan waktu shalat diperhatikan. Karena orang akan lebih tersentuh saat menyerukan nama Tuhan dilantunkan dengan suara indah yang bisa diresapi. Nada suara adzan dibuat seindah mungkin, kemudian para Muadzin diberikan latihan khusus agar mereka bisa melantunkan adzan dengan indah.

Petunjuk dari Al-Qur'an dan

Hadis:

Dalam Al Qur'an telah ada petunjuk dan larangan bersuara keras dalam berdo'a.

Sebagaimana sering kita dengar dari suara

yang keluar dari pengeras suara masjid/ mushala.

Dalam surat Al A'raf ayat 55 Allah SWT berfirman: “berdo'alah kepada Tuhanmu dengan berendah hati dan suara lembut. Sesungguhnya Allah tidak suka kepada orang yang melampaui batas”

Jangankan berzikir dan berdo'a, dalam melakukan takbirpun Nabi Muhammad SAW melarang kita bersuara keras. Hal itu dapat dilihat dalam hadis yang diriwayatkan Muttafaq Alaih: “Kami berangkat bersama Rasulullah SAW, maka tatkala kami telah dekat Madinah, bertakbirlah Nabi dan yang lain ikut bertakbir dengan mengeraskan suara. Maka berkata Rasulullah SAW: “ Hai manusia, sesungguhnya Dzat yang kamu seru itu tidak tuli dan tidak jauh, sesungguhnya Tuhan yang kamu seru itu sangat dekat”

Slamet A. Sjukur: *Komponis dan penggagas Masyarakat Bebas-Bising*