



World Autism Awareness Day: Dukungan bagi Orangtua Penderita Melalui *Respite Care*

dr. Meutia Ayuputeri Kumaheri, MRes



Tanggal 2 April setiap tahunnya diperingati sebagai hari kepedulian autisme sedunia. Autism, atau yang juga dikenal dengan *Autism Spectrum Disorder* (ASD) adalah sekumpulan kelainan perkembangan yang dicirikan dengan gangguan dini interaksi sosial, perangsang fisik dan kognitif seperti gerak, minat, serta aktivitas yang repetitif. Menurut ICD-10, autisme ditegakkan apabila gangguan perkembangan ini bermanifestasi sebelum anak berusia tiga tahun.¹ Anak dengan autisme juga dapat memiliki gejala nonspesifik yang menyertai kondisinya seperti fobia, gangguan tidur dan makan, amarah, serta agresi.²

Penyebab autisme disebabkan oleh interaksi kompleks antara faktor genetik dan nongenetik. Kelainan genetik dan anomali kromosom ditemukan pada 10-20% pasien dengan autisme. Faktor nongenetik terutama faktor lingkungan yang dapat memengaruhi autisme berupa usia orangtua, pajanan terhadap teratogen (thalidomide, asam valproate, organofosfat) pada ibu, berat badan lahir rendah, usia

kehamilan tidak cukup bulan, dan asfiksia neonatorum. Infeksi virus, penyakit autoimun, serta hipoksia pascakelahiran juga dikaitkan dengan kejadian autisme pada anak.³ Meskipun pernah diperdebatkan, ternyata tidak ditemukan asosiasi antara vaksin MMR dan kejadian autisme pada anak, termasuk pada anak-anak dengan saudara kandung yang mengidap autisme.⁴

Fokus pada kasus autisme seringkali jatuh pada anak yang menderita dan melupakan orangtua atau keluarga yang memegang peranan utama dalam perawatan. Membesarkan seorang anak dengan autisme dapat menjadi hal yang penuh tekanan bagi orangtua. Orangtua dengan anak autisme melaporkan bahwa pengaruh negatif memiliki anak dengan disabilitas dan kualitas hidup, ternyata lebih buruk dibandingkan dengan orangtua dengan kelainan perkembangan lain seperti sindrom Down, sindrom fragile X, palse serebral, dan disabilitas perkembangan tidak terdiferensiasi lainnya.

Pengaruh negatif ini meliputi kelelahan gangguan saat bekerja, serta peningkatan waktu untuk merawat anak. Smith dkk melaporkan bahwa para ibu dengan anak autisme

melaporkan 22% dari waktu kerjanya terganggu dibandingkan dengan ibu dengan anak tanpa disabilitas yang hanya melaporkan 8% gangguan selama masa kerjanya.⁵ Hal-hal ini dapat menyebabkan stres pada orangtua. Stres dapat menyebabkan dampak negatif lainnya seperti depresi, perubahan fisiologis, respons imun yang lebih rendah yang menempatkan mereka terpapar infeksi. Orangtua yang penuh tekanan juga memiliki risiko lebih besar memiliki masalah pada hubungan interpersonal mereka yang pada akhirnya akan memengaruhi keadaan anak dan meningkatkan risiko kekerasan dan penelantaran pada anak dengan autisme.⁶

Orang tua dengan anak autisme membutuhkan dukungan profesional maupun dari lingkungan sekitar. Dukungan ini dapat pelayanan suportif yang dinamakan dengan *respite care*. *Respite care* untuk keluarga dengan anak autisme merupakan perawatan, baik yang direncanakan maupun yang tidak direncanakan bagi anak dengan tujuan untuk memberikan istirahat sementara bagi orangtua atau pengasuh primer

anak. Beberapa penelitian mengemukakan bahwa *respite care* dapat menurunkan tingkat stres pada orangtua dengan anak autisme.^{7,8} Dukungan ini dapat dilakukan di berbagai situasi baik di rumah, komunitas, atau rumah sakit oleh tenaga kesehatan maupun anggota keluarga atau teman keluarga. Jangka waktu *respite care* juga dapat beragam, dari hanya beberapa jam dan dilakukan secara berselang (intermiten) sampai jangka waktu mingguan atau bulanan, tentunya disesuaikan dengan kebutuhan orangtua dan anak.

Respite care sudah lazim dilaksanakan di negara-negara maju seperti Kanada, dan Amerika Serikat, namun belum menjadi *trend* di Indonesia. Untuk saat ini, tenaga kesehatan yang bersinggungan dengan anak dengan autisme dapat mengusulkan ide *respite care* ini untuk memberi dukungan bagi orangtua. Rumah sakit juga dapat melirik konsep ini sebagai salah satu bentuk pelayanan paripurna bagi anak dengan autisme dan orangtuanya. MD

*Daftar pustaka ada pada redaksi

Pentingnya *Safety Briefing* untuk Keselamatan Kerja

dr. Nino Susanto, BEng, MM

Medika Plaza, Perusahaan Jasa Keselamatan dan Kesehatan Kerja



Safety briefing, atau pengarahan keselamatan merupakan hal yang penting namun seringkali dilupakan di tempat kerja dan semua tempat beraktivitas. Pengarahan ini bertujuan untuk memberi perlindungan kepada tenaga kerja dan orang lain yang berada di tempat kerja agar terjamin keselamatannya, serta untuk mengendalikan risiko terhadap peralatan, aset, dan sumber produksi sehingga dapat dipergunakan secara aman dan efisien agar terhindar dari kecelakaan dan penyakit akibat kerja.

Jika suatu kegiatan melibatkan orang dalam jumlah banyak, pengarahan ini menjadi sangat penting agar setiap orang waspada akan keselamatan diri dan orang lain di sekitarnya. Pelaksanaan *safety briefing* harus dilaksanakan dengan serius dan profesional untuk memastikan bahwa tenaga kerja menguasai risiko keselamatan dan kesehatan okupasi yang mereka hadapi di tempat kerja.

Di negara-negara maju, *safety briefing* lazimnya terintegrasi dengan setiap aktivitas di tempat kerja. Pemberian materi pengarahan dan pelatihan keselamatan diberikan pada awal masa kerja, maupun secara berkala. Pekerja harian lepas ataupun tamu juga tidak luput dari induksi pengarahan keselamatan ini.

Tujuan *Safety Briefing*

Hal yang paling utama dalam penyelenggaraan *safety briefing* adalah untuk meningkatkan kesadaran di antara tenaga kerja, tentang potensi bahaya terkait pekerjaan, dan aktivitas mereka. Penyelenggaraan *safety briefing* memungkinkan manajemen perusahaan menginformasikan kece-

lakaan kerja dan bahaya keselamatan yang lain. Hal ini dilakukan dengan tujuan untuk mendorong para pekerja untuk selalu mengedepankan keselamatan kerja.

Tujuan lain *safety briefing* yang tidak kalah penting adalah untuk menciptakan perbaikan prosedur keselamatan dan mendistribusikannya pada tenaga kerja. Kegiatan ini dapat menjadi waktu yang tepat untuk mengumpulkan pekerja dalam satu kesempatan untuk mendiskusikan rencana dan prosedur keselamatan di masa yang akan datang. Sebaliknya, pekerja juga dapat menggunakan kesempatan ini untuk menyuarakan pendapat mereka tentang masalah keselamatan kerja yang mereka dapati di lapangan.

Safety briefing juga sebaiknya digunakan sebagai peluang untuk mengidentifikasi masalah keselamatan kerja spesifik yang perlu ditangani dalam waktu dekat serta membahas masalah-masalah potensial yang mungkin muncul di masa yang akan datang. Hal ini selanjutnya dapat meningkatkan mutu keselamatan dan kesehatan kerja di semua tempat kerja.

Secara umum, *safety briefing* dapat digunakan pihak penyelenggara kerja untuk memastikan kepatuhan pekerja terhadap prosedur keselamatan kerja yang diterapkan. Sangat dianjurkan agar *dia* dikemas secara singkat dan tepat sasaran. Tenaga kerja dapat diminta untuk menandatangani dokumen yang menyatakan bahwa yang bersangkutan telah mengikuti *safety briefing* dan mengerti prosedur keselamatan di tempat kerja untuk menghindari tuntutan legal di masa yang akan datang.

Komponen Utama *Safety Briefing*

Isi dari *safety briefing* dapat bervariasi ber-

gantung pada jenis aktivitas dan bahaya di tempat kerja. Secara umum, *safety briefing* hendaknya mencakup komponen-komponen keadaan darurat sebagai berikut:

Pintu Keluar, Rute Evakuasi & Tempat Berkumpul

Pengarahan keselamatan harus mengidentifikasi lokasi di mana pengarahan dilaksanakan berikut pintu keluar darurat, rute evakuasi, dan tempat berkumpul di luar (*muster point*) gunanya agar jika terjadi keadaan darurat atau keadaan yang mengancam keselamatan, seperti kebakaran, gempa bumi, atau kerusakan. Pihak manajemen tersebut harus mempunyai daftar nama orang yang saat itu sedang berada di lokasi tersebut sehingga semua orang dapat dikonfirmasi keberadaannya di tempat berkumpul.

Saluran Komunikasi

Lokasi semua pesawat telepon dan saluran komunikasi lain yang dapat digunakan dalam keadaan darurat di ruangan harus disebutkan dengan jelas. Di dalam *safety briefing* juga harus disebutkan siapa petugas yang bertanggung jawab untuk menggunakan telepon dalam keadaan darurat. Alamat gedung dan nomor ruangan harus tertera di dekat telepon tersebut atau diinformasikan kepada petugas yang bertanggung jawab. Hal ini penting untuk dapat mendapatkan pertolongan yang tepat dalam waktu yang cepat. Nomor sambungan penting yang harus tercantum antara lain pemadam kebakaran, tim medis/ambulans, tim SAR, Rumah Sakit rujukan, manajemen gedung, dan lain-lain.

Penolong Pertama untuk Kegawatdaruratan Medis

Petugas yang bertanggung jawab sebagai penolong pertama (*first responder*) untuk menanggulangi kegawatdaruratan medis harus disebutkan dengan jelas dalam *safety briefing*. Letak

kotak P3K dan alat defibrilasi otomatis (*Automated External Defibrillator*) untuk kasus henti jantung juga harus dinarasikan dengan jelas. Jika ada tenaga yang terlatih dan dapat melakukan, Bantuan Hidup Dasar (*Basic Life Support*) harus dimulai secepat mungkin. Lokasi tersebut harus mempunyai akses komunikasi dengan rumah sakit rujukan terdekat.

Kebakaran

Identifikasi lokasi Alat Pemadam Api Ringan (APAR) terdekat dan cara penggunaannya. Jika memungkinkan, *safety briefing* dapat juga mengidentifikasi petugas yang terlatih untuk memadamkan api serta nomor pemadam kebakaran. Perlu juga diinformasikan apakah di lokasi tersebut terdapat fasilitas alarm kebakaran, detektor asap, dan *sprinkler*. Jika ruangan dipenuhi asap, jauhi sumber dan tutup pintu ruangan tersebut. Di samping itu, perlu diinformasikan apakah pada hari itu akan ada pelatihan kebakaran (*fire drill*) atau uji alarm kebakaran (*fire alarm test*).

Gempa Bumi

Safety briefing harus memuat instruksi untuk dilakukan orang-orang dalam keadaan gempa bumi. Praktik yang umum dilakukan dalam keadaan gempa bumi adalah untuk berlindung dibawah meja atau objek stabil lainnya dengan posisi kedua tangan melindungi leher bagian belakang. Dapat juga berlindung menuju tiang-tiang utama gedung yang biasanya terdapat di sekitar lift.

Sebagai kesimpulan, *safety briefing* bila dikemas dengan baik dan diberikan sesuai prosedur dapat memberikan tenaga kerja kesadaran lebih baik mengenai potensi bahaya dalam keadaan darurat yang dapat mengancam keselamatan, sehingga aktivitas dan pekerjaan dapat berjalan dengan lancar. MD