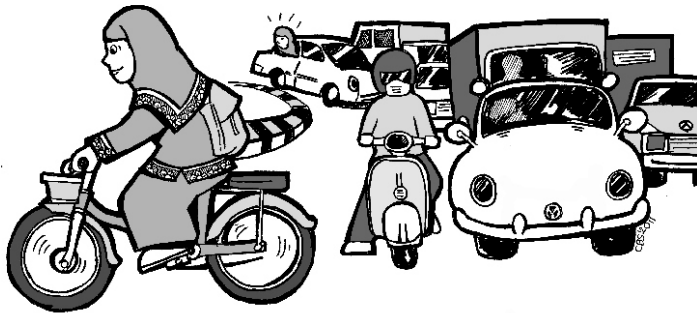


BEBAS POLUSI, BEBAS PENYAKIT

Bersepeda Itu Menyenangkan

Seperti biasa, pagi ini Ayesha berangkat ke sekolah diantar sopir pribadi keluarganya. Dalam perjalanan, Ayesha nampak gusar, karena terjadi kemacetan sepanjang jalan. Suara klakson kendaraan lain menambah kekalutan hatinya. Ia terus menggerutu.

Tiba-tiba dilihatnya Lasma, temannya satu kelas, meluncur dengan sepeda di sebelah mobilnya. Dalam hati Ayesha



berkata: "Wah, enak juga ya Lasma, nggak ikut terjebak dalam macet seperti ini". Akhirnya Lasma yang menggunakan sepeda tiba di sekolah tepat waktu, sedangkan Ayesha yang menggunakan mobil datang terlambat.

Di saat jam istirahat, Ayesha menghampiri Lasma.

Ayesha: Hai Lasma, tadi aku lihat kamu naik sepeda ke sekolah. Kayaknya asyik ya.

Lasma: Eh Ayesha, iya emang, aku setiap hari pulang pergi ke sekolah naik sepeda.

Ayesha: Wow hebat, tapi apa nggak capek?

Lasma: Nggak juga kok. Selain membuat kita tambah sehat, bersepeda itu banyak manfaatnya loh...



Ayesha: O ya? Apa saja?

Lasma: Ya dong. Misalnya, aku nggak kena macet kan? Bersepeda juga nggak butuh bahan bakar apapun, jadi nggak nambah polusi udara dan hemat ongkos.

Ayesha: Benar juga ya...

Lasma: Bayangkan aja kalau semua orang naik sepeda di pagi hari, pasti jalanan jadi lebih lancar. Udara juga jadi bersih kan, nggak dipenuhi asap polusi kendaraan bermotor kayak sekarang.

Ayesha: Hmm aku jadi ingin ikut bersepeda juga...

Lasma: Rumah kita kan dekat. Gimana kalau besok aku jemput kamu dan kita naik sepeda berdua ke sekolah?

Ayesha: Ide yang bagus, ayo dehhh!

Mari bersihkan udara kita!

- Berusahalah sebisa mungkin berjalan kaki atau naik sepeda ke tempat yang kamu tuju. Dengan kebiasaan ini, kamu membantu menjaga udara tetap bersih, juga membuat kamu sehat!
- Jangan membakar sampah organik seperti kulit buah dan sayur. Olah saja untuk menjadi pupuk. Hitung-hitung, kamu turut membantu ibu berkebun.
- Tanam dan rawatlah pohon-pohon di pekaranganmu. Pohon-pohon itu bertugas menyaring udara kotor menjadi bersih loh...
- Bila orang tuamu memiliki kendaraan bermotor, ingatkan mereka untuk menservisnya secara berkala, agar asap knalpot yang keluar tidak hitam beracun. Cara demikian akan mengurangi polusi udara.

Tahukah kamu?

- Pada tahun 1953 di London, 4.000 orang meninggal dunia oleh beratnya kandungan asap dan gas mobil di udara, dan sejumlah besar penduduk menderita penyakit pernapasan. Peristiwa ini dikenal dengan nama The Great London Smog.
- Di Indonesia, polusi udara menyebabkan 16.000 kematian pertahun.
- Di Jakarta, 600.000 orang menderita asma setiap tahunnya yang disebabkan oleh udara kotor.
- Di Tokyo, banyak orang membeli oksigen yang dijual di dalam tabung-tabung, karena makin sulit mendapat udara bersih.