

Teknik Survival Di Hutan

Tito Sucipto

**Jurusan Kehutanan
Fakultas Pertanian
Universitas Sumatera Utara**

PENDAHULUAN

Kegiatan di alam bebas adalah kegiatan yang bersifat menyenangkan, karena kita bisa melihat, menikmati, mengagumi dan belajar mengenai alam ciptaan Tuhan Yang Maha Kuasa. Alasan melakukan kegiatan di alam bebas antara lain sebagai sarana olahraga (*sport*), kegemaran (*hobby*), pendidikan (*education*), penelitian (*research*), pelatihan (*training*) atau sekedar bersantai (*refreshing*) menikmati keindahan alam. Kegiatan ini sangat beragam tergantung tujuannya, antara lain mendaki gunung (*hiking*), panjat tebing (*rock climbing*), penelusuran gua (*caving*), arung jeram (*rafting*), menyelam (*diving*), selancar (*surfing*) atau praktek/praktikum lapangan di alam bebas.

Hal yang harus diperhatikan sebelum melakukan kegiatan di alam bebas adalah persiapan dan perencanaan kegiatan yang matang, meliputi persiapan alat/perengkapan, kesehatan dan kondisi fisik, biaya selama kegiatan dan data informasi mengenai lokasi, jalur, medan serta cuaca. Kemanapun lokasi yang kita tuju, apapun jenis medan yang dilalui, seberapa buruknya cuaca yang dihadapi atau seberapa besar hambatan yang datang, bukanlah suatu masalah yang berarti jika dibekali dengan persiapan dan perencanaan yang matang.

Sebaliknya bila tidak dipersiapkan dan direncanakan secara matang, maka akan menyebabkan kondisi darurat, sehingga memaksa kita harus bertahan hidup (*survival*) sebelum mendapatkan pertolongan atau keluar dari situasi dan kondisi yang tidak diharapkan tersebut. Pengetahuan tentang *survival* sangat diperlukan bagi orang yang biasa beraktivitas di alam bebas sebagai "senjata" yang bisa digunakan pada saat terdesak menghadapi kondisi darurat.

PERSIAPAN DAN PERENCANAAN KEGIATAN

Persiapan dan perencanaan kegiatan di alam bebas harus disesuaikan dengan jenis dan tujuan kegiatan yang akan dilakukan. Dengan persiapan dan perencanaan yang matang akan mengurangi resiko buruk yang mungkin timbul selama kegiatan, antara lain iklim/cuaca yang ekstrim, medan yang sulit dilewati atau sumber air yang kurang. Kondisi-kondisi tersebut harus diantisipasi sedini mungkin dengan persiapan fisik, mental, keterampilan (*skill*) dan data informasi. Addy (2002) menambahkan bahwa sebelum melakukan kegiatan di alam bebas harus mempersiapkan dan merencanakan kegiatan dengan baik terutama informasi jalur, medan dan cuaca, kesehatan dan kondisi fisik, biaya perjalanan, kelengkapan identitas diri serta perlengkapan pakaian dan logistik.

Perencanaan kegiatan akan mempermudah mengorganisir kegiatan yang akan dilakukan, dengan mengeliminasi kemungkinan resiko buruk yang mungkin terjadi.

Menurut Yudiawan (2002), perencanaan tersebut harus berdasar kepada “Pedoman 5 W + 1 H” yaitu *Who, What, Why, When, Where* dan *How*.

1. *Who*, siapa yang mengadakan kegiatan, dengan siapa kita pergi, siapa yang jadi pemimpin (*leader*) dan siapa yang paling berpengalaman di lapangan.
2. *What*, apa jenis kegiatannya, apa tujuannya, apa hambatannya, apa yang akan dilakukan dan perlengkapan apa yang harus dibawa.
3. *Why*, mengapa kita harus ikut dan mengapa memilih kegiatan tersebut.
4. *When*, kapan kegiatannya, berapa lama waktunya, siang atau malam dan pada musim apa kegiatan tersebut dilakukan.
5. *Where*, dimana tempat kegiatannya, dimana tempat mencari bantuan terdekat.
6. *How*, bagaimana mencapai lokasi kegiatan dan bagaimana menghadapi resiko buruk yang mungkin terjadi.

Dari semua persiapan yang dilakukan, ada satu hal yang paling penting untuk diperhatikan yaitu pengetahuan mengenai diri sendiri terutama daya fisik dan mentalnya (Edwin, 1987). Usaha lain untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan adalah memberitahukan segala rencana kegiatan kita secara rinci kepada orang lain termasuk perubahan rencana di tengah jalan dengan menuliskan pada secarik kertas yang dibungkus plastik dan ditempelkan di pohon atau menyampaikannya kepada pendaki lain.

PERLENGKAPAN DAN PENGEPAKAN (*PACKING*)

Perlengkapan yang harus dipersiapkan tergantung kepada kebutuhan, tujuan, jenis dan lamanya kegiatan. Perlengkapan yang terlalu banyak akan membuat tidak efektif dan efisien, sedangkan perlengkapan yang terlalu sedikit tidak bisa memenuhi kebutuhan selama kegiatan.

Rimpala (1998) dan Rimpala (2002) menyatakan bahwa perlengkapan yang diperlukan dalam kegiatan di alam bebas terdiri dari perlengkapan dasar, perlengkapan khusus dan perlengkapan tambahan, sedangkan Yudiawan (2002) menyatakan bahwa perlengkapan yang dibutuhkan dalam kegiatan di alam bebas terdiri dari perlengkapan pribadi, perlengkapan kelompok dan perlengkapan teknis.

1. Perlengkapan Pribadi

Perlengkapan pribadi adalah barang-barang perlengkapan untuk memenuhi semua kebutuhan pribadi tanpa mengandalkan orang lain, yaitu:

- a. Sepatu (harus kuat, lentur, aman/*safety*, nyaman, anti selip) dan kaos kaki (cukup tebal, kuat, nyaman dan terbuat dari wol atau sintesis)
- b. Pakaian lapangan (nyaman, tahan lama, cepat kering, melindungi tubuh dari berbagai kondisi lingkungan dan terbuat dari polyester atau polypropilena atau memenuhi 3 W yaitu *wicking, warmth, water/wind proofing*)
- c. Tas/ransel (kokoh, bahannya kuat, tahan air dan mempunyai sabuk pinggang untuk mengurangi goyangan ransel)
- d. Ponco/*rain coat*
- e. Perlengkapan tidur (bersih, kering, hangat dan nyaman terdiri dari pakaian tidur, matras, kantong tidur/*sleeping bag* dan jaket/sweater)
- f. Perlengkapan mandi (handuk, sabun mandi, pasta gigi, sikat gigi dan shampo)

- g. Air minum dan makanan (harus cukup kualitas dan kuantitasnya)
- h. Alat navigasi (kompas, peta, altimeter dan GPS=*Global Positioning System*)
- i. Alat tulis (*ballpoint*, buku dan pensil)
- j. Perlengkapan penunjang (menunjang kegiatan yang dilakukan, seperti HT (*handy talkie*), HP (*hand phone*), pelindung pacet/*gaithers*, kelambu dan lainnya)
- k. *Survival kit* yang terdiri dari pisau serbaguna, alat pancing, jarum jahit, benang, tali jerat, gunting, cermin, peluit, kompas, ketapel, karet, lup, peniti, korek api dalam kemasan kedap air, makanan berkalori tinggi, senter, obat-obatan, radio komunikasi dan balon.

2. Perlengkapan Kelompok

Perlengkapan kelompok adalah barang-barang perlengkapan yang dibawa untuk memenuhi kebutuhan semua anggota kelompok, yaitu tenda, obat-obatan P3K (Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan), peralatan masak dan makan, golok serta tali.

3. Perlengkapan Teknis

Perlengkapan teknis adalah perlengkapan yang digunakan untuk beraktivitas di alam bebas, tergantung jenis dan tujuan kegiatan. Perlengkapan kegiatan *hiking* berbeda dengan kegiatan *caving*, begitu juga dengan kegiatan yang lainnya.

4. *Packing*

Packing adalah pengepakan barang-barang yang sudah terdata dan pasti akan dimasukkan ke dalam ransel. *Packing* akan memudahkan pengambilan barang saat diperlukan, membagi titik berat pada ransel dan menjaga keseimbangan ransel sehingga tidak terlalu berat jika dibawa.

Menurut Rimpala (1997) dan Yudiawan (2002) prinsip *packing* adalah barang yang berat diletakkan di bagian atas ransel dan sedekat mungkin ke bagian tubuh, menempatkan barang yang penting dan sering digunakan pada tempat yang mudah dijangkau serta mengelompokkan barang-barang dan melindunginya dengan membungkusnya dalam plastik (*trash bag*). Edwin (1987) menambahkan prinsip memanfaatkan ruangan yang ada di dalam ransel seefisien mungkin.

Buatlah daftar barang (*checlist*) dan periksa kembali pada saat barang dimasukkan ke ransel, untuk menghindari adanya barang yang tertinggal. *Checklist* merupakan petunjuk yang dapat membuat suatu prosedur yang teratur dan membangkitkan kepercayaan diri kepada pemula (Ismunandar, 1992).

NAVIGASI DARAT

Navigasi adalah penentuan posisi dan arah perjalanan, baik di medan perjalanan atau di peta. Navigasi terdiri atas navigasi darat, sungai, pantai dan laut, namun yang umum digunakan adalah navigasi darat (Yudiawan, 2002).

Navigasi darat adalah ilmu yang mempelajari cara seseorang menentukan suatu tempat dan memberikan bayangan medan, baik keadaan permukaan serta bentang alam dari bumi dengan bantuan minimal peta dan kompas (Rimpala, 1994, Rimpala 1997, Rimpala 1998 dan Rimpala 2002). Rimpala 1997 menyatakan bahwa pekerjaan navigasi

darat di lapangan secara mendasar adalah titik awal perjalanan (*intersection* dan *resection*), tanda medan, arah kompas, menaksir jarak, orientasi medan dan *resection*, perubahan kondisi medan dan mengetahui ketinggian suatu tempat.

1. Alat-alat navigasi terdiri dari:

- a. Kompas adalah alat untuk menentukan arah mata angin berdasarkan sifat magnetik kutub bumi. Arah mata angin utama yang bisa ditentukan adalah N (*north* = utara), S (*south* = selatan), E (*east* = timur) dan W (*west* = barat), serta arah mata angin lainnya yaitu NE (*north east* = timur laut), SE (*south east* = tenggara), SW (*south west* = barat daya) dan NW (*north west* = barat laut). Jenis kompas yang umum digunakan adalah kompas sylvia, kompas orientasi dan kompas bidik/prisma.
- b. Altimeter adalah alat untuk menentukan ketinggian suatu tempat berdasarkan perbedaan tekanan udara.
- c. Peta adalah gambaran sebagian/seluruh permukaan bumi dalam bentuk dua dimensi dengan perbandingan skala tertentu. Jenis-jenis peta terdiri dari peta teknis, peta topografi dan peta ikhtisar/geografi/wilayah. Bagian-bagian peta antara lain judul, nomor, koordinat, skala, kontur, tahun pembuatan, legenda dan deklinasi magnetis.
- d. GPS (*Global Positioning System*) adalah sistem radio-navigasi global yang terdiri dari beberapa satelit dan stasiun bumi. Fungsinya adalah menentukan lokasi, navigasi (menentukan satu lokasi menuju lokasi lain), *tracking* (memonitor pergerakan seseorang/benda), membuat peta di seluruh permukaan bumi dan menentukan waktu yang tepat di tempat manapun.

2. Menentukan arah tanpa alat navigasi

Menurut Yudiawan (2002) selain menggunakan alat-alat navigasi, kita juga dapat menentukan arah mata angin dengan tanda-tanda alam dan buatan, yaitu:

- a. Tanda-tanda alam yaitu matahari, bulan dan rasi bintang
- b. Tanda-tanda buatan yaitu masjid, kuburan dan membuat kompas sendiri dari jarum/silet yang bermagnet dan diletakkan di atas permukaan air
- c. Flora dan fauna:
 - Tajuk pohon yang lebih lebat biasanya berada di sebelah barat
 - Lumut-lumutan *Parmelia sp.* dan *Politrichum sp.* biasanya hidup lebih baik (lebat) pada bagian barat pohon
 - Tumbuhan pandan hutan biasanya cenderung condong ke arah timur
 - Sarang semut/serangga biasanya terletak di sebelah barat pepohonan

3. Mencegah dan menanggulangi keadaan tersesat

Tersesat adalah hilangnya orientasi, tidak mengetahui posisi yang sebenarnya dan arah yang akan dituju. Hal tersebut biasanya disebabkan karena berjalan pada malam hari, tidak cukup sering menggunakan peta dan kompas dalam perjalanannya, tidak tahu titik awal pemberangkatan di peta dan melakukan potong kompas. Yudiawan (2002) menyatakan bahwa hal-hal yang bisa dilakukan untuk mencegah tersesat antara lain:

- a. Selalu melapor kepada petugas terkait atau orang yang dipercaya mengenai tujuan perjalanan, lamanya dan jumlah anggota yang ikut

- b. Selalu mengingat keadaan sekitar perjalanan berdasarkan kelima indera yang dimiliki
- c. Tetaplah berada pada jalur yang telah ada dengan memberi petunjuk pada tiap persimpangan
- d. Perhatikan objek yang mencolok seperti mata air, bukit, sungai atau gunung
- e. Pada saat berjalan sekali-kali tengoklah ke arah belakang, ingatlah jalur tersebut jika dilihat dari arah berlawanan
- f. Pelajari dengan benar alat-alat navigasi yang dibawa
- g. Gunakanlah kompas sebelum tersesat
- h. Belajar membaca tanda-tanda alam untuk menentukan arah mata angin
- i. Jangan pernah percaya secara penuh kepada orang lain termasuk kepada pemimpin.

Pedoman yang bisa digunakan apabila tersesat adalah S T O P, yaitu:

S = *Seating*, berhenti dan beristirahat dengan santai, hilangkan kepanikan

T = *Thinking*, berpikir secara jernih (logis) dalam situasi yang sedang dihadapi

O = *Observation*, melakukan pengamatan/observasi medan di lokasi sekitar, kemudian tentukan arah dan tanda-tanda alam yang dapat dimanfaatkan atau yang harus dihindari

P = *Planning*, buat rencana dan pikirkan konsekuensinya bila anda sudah memutuskan sesuatu yang akan anda lakukan (Addy, 2002).

Hal-hal yang dapat dilakukan untuk menanggulangi keadaan tersesat adalah:

- a. Membuat tempat berlindung (*shelter*) dari bahaya atau cuaca buruk
- b. Tetap tenang, tidak panik, berpikir jernih dan mencoba ingat jalur perjalanan
- c. Orientasi dapat dipermudah dengan menuju tempat yang tinggi/memanjat pohon
- d. Gunakan kompas dan peta (alat navigasi) atau indikator alam
- e. Buat petunjuk untuk mempermudah orang lain mencari keberadaan kita, misalnya dengan tulisan, peluit, asap, sinar atau berteriak
- f. Tetap bersama-sama dengan kelompok dalam kondisi apapun
- g. Memanfaatkan situasi dengan menunggu bala bantuan, mencari makanan, mencari air dan lainnya.

SURVIVAL

Survival berasal dari kata *survive* yang berarti bertahan hidup. *Survival* adalah berusaha mempertahankan hidup di alam bebas dari hambatan alam sebelum mendapatkan pertolongan (Yudiawan, 2002). Rimpala (1997) menyatakan *survival* adalah suatu kondisi dimana seseorang/kelompok orang dari suatu kehidupan normal (masih sebagaimana direncanakan) baik tiba-tiba atau tanpa disadari masuk ke dalam situasi tidak normal (di luar garis rencananya).

Orang yang melakukan *survival* disebut *survivor*. *Survival* yang biasa dilakukan yaitu di hutan/alam bebas sehingga disebut juga *jungle survival*. *Survival* terjadi karena

adanya kondisi darurat yang disebabkan alam, kecelakaan, gangguan satwa atau kondisi lainnya.

Rimpala (1997), Rimpala (1998) dan Rimpala (2002) menyatakan bahwa setiap huruf dari kata survival merupakan singkatan dari langkah-langkah yang ahrus kita ingat dan lakukan yaitu:

- S : *Size up the situation*
- U : *Undue haste makes waste*
- R : *Remember where you are*
- V : *Vanguish fear and panic*
- I : *Improve*
- V : *Value living*
- A : *Act like the native*
- L : *Learn basic skill*

Secara umum aspek-aspek dalam kondisi *survival* dibagi tiga yang saling mempengaruhi dan berkaitan yaitu aspek psikologis (panik, takut, cemas, sepi, bingung, tertekan, bosan), aspek fisiologis (sakit, lapar, haus, luka, lelah) dan aspek lingkungan (panas, dingin, kering, hujan).

1. Komponen pokok *survival* terdiri atas:
 - a. Sikap mental berupa hati yang kuat untuk bertahan hidup, mengutamakan akal sehat, berpikir jernih dan optimis
 - b. Kondisi fisik yang fit dan kuat
 - c. Tingkat pengetahuan dan keterampilan
 - d. Pengalaman dan latihan
 - e. Perlengkapan berupa *survival kit*.
2. Langkah-langkah *survival*
 - a. Jika tersesat lakukan tindakan pedoman STOP (*Seating, Thinking, Observation, dan Planning*)
 - b. Lakukan pembagian tugas kepada anggota kelompok
 - c. Tetap berusaha mencari pertolongan
 - d. Hemat terhadap penggunaan makanan, minuman dan tenaga
 - e. Hindari dan jauhi masalah-masalah yang mungkin timbul yaitu dari diri sendiri, orang lain dan alam.
3. Kebutuhan dasar survival
 - a. Air

Syarat-syarat fisik air bersih yang layak untuk diminum adalah tidak berwarna, tidak berasa dan tidak berbau. Sumber air antara lain mata air, sungai, air hujan, embun, tumbuhan (rotan, pisang, lumut, akar gantung, kantung semar), hasil kondensasi tumbuhan dan air galian tanah.

b. Makanan

Saat sumber makanan yang dibawa semakin berkurang, kita dapat memanfaatkan sumber makanan dari alam berupa flora (tumbuhan) dan fauna (hewan). Bagian tumbuhan yang dapat dimakan adalah buah, batang, daun dan akar (umbi). Hal yang harus diperhatikan dalam mengkonsumsi tumbuhan:

- Hindari tumbuhan berwarna mencolok

- Hindari tumbuhan bergetah putih, kecuali yang sudah dikenal aman dimakan
- Mencoba mencicipi sedikit atau mengoleskan ke kulit. Biasanya tumbuhan yang berbahaya akan menimbulkan efek gatal, merah dan panas pada tubuh.
- Variasikan makanan yang dimakan untuk menghindari akumulasi zat yang mungkin buruk bagi kesehatan
- Jangan memakan tumbuhan yang meragukan untuk dimakan.

Hampir semua unggas dan ikan dapat dijadikan sumber makanan, begitu juga dengan beberapa jenis serangga, reptil dan mamalia. Kendala utama untuk mendapatkan hewan-hewan liar tersebut adalah cara menangkapnya. Oleh karena itu perlu membuat perangkap (*trap*) untuk mempermudah menangkap hewan liar tersebut.

c. Shelter

Shelter adalah tempat perlindungan sementara yang dapat memberikan kenyamanan dan melindungi dari keadaan panas, dingin, hujan dan angin. *Shelter* dapat menggunakan alam yang ada seperti gua, lubang pohon dan celah di batu besar. Selain itu dapat dibuat dari tenda, plastik dan ponco atau menggunakan bahan dari alam seperti daun-daunan atau ranting.

d. Api

Api berguna untuk penerangan, meningkatkan semangat psikologis, memasak makanan dan minuman, menghangatkan tubuh, mengusir hewan buas membuat tanda/kode, dan merokok. Sumber api berasal dari korek api, lup/teropong, menggosok-gosokkan kayu dengan kayu, membenturkan logam dengan logam atau batu.

Ada hal lain yang menentukan lamanya kita berada pada kondisi *survival*, yaitu keputusan apakah kita akan menetap (*survival* statis) atau bergerak keluar mencari bantuan (*survival* dinamis).

PENUTUP

Survival adalah berusaha mempertahankan hidup di alam bebas dari hambatan alam sebelum mendapatkan pertolongan. *Survival* terjadi karena adanya kondisi darurat yang sulit diprediksi/diperkirakan seperti disebabkan oleh alam, kecelakaan, gangguan satwa atau kondisi lainnya.

Persiapan dan perencanaan kegiatan adalah salah satu langkah untuk mengantisipasi kondisi darurat yang mungkin terjadi di lapangan. Hal ini termasuk peralatan/perlengkapan dan pengetahuan dasar mengenai *survival*. Namun hal yang paling menentukan adalah faktor diri sendiri.

DAFTAR PUSTAKA

- Addy, S. 2002. Petunjuk Praktis Mendaki Gunung. Effhar. Semarang
- Edwin, N. 1987. Mendaki Gunung: Sebuah Tantangan Petualangan. Aya Media Pustaka. Jakarta.
- Ismunandar, R. 1992. Olahraga Camping. Dahara Prize. Semarang.
- Rimpala. 1994. Materi Latihan Dasar Rimpala. Rimbawan Pecinta Alam Fakultas Kehutanan Institut Pertanian Bogor. Bogor.
- Rimpala. 1997. Makalah Kuliah Pembekalan Praktik Kerja Lapang (PKL) Mahasiswa Fakultas Kehutanan IPB. Rimbawan Pecinta Alam Fakultas Kehutanan Institut Pertanian Bogor. Bogor.
- Rimpala. 1998. Diktat Pendidikan dan Latihan Dasar Rimpala. Rimbawan Pecinta Alam Fakultas Kehutanan Institut Pertanian Bogor. Bogor.
- Rimpala. 2002. Diktat Pendidikan dan Latihan Dasar Rimpala. Rimbawan Pecinta Alam Fakultas Kehutanan Institut Pertanian Bogor. Bogor.
- Yudiawan, D. 2002. Panduan Praktis Berpetualangan di Alam Bebas: Cerdas dan Tangkas Menjelajahi Alam Bebas. Puspa Swara. Bandung.