BERITA LINGKUNGAN HIDUP DAN KEHUTANAN
SURAT KABAR : Media Indonesia EDISI : Kamis, 10 September 2020
SUBYEK : Kesehatan lingkungan HALAMAN : 6

MEDIA INDONESIA

# Habitat Sehat di Tengah Pandemi

**Nirwono Joga**
Pusat Studi Perkotaan

SEHAT dan kesehatan ialah hal terpenting saat ini di tengah pandemi korona. Dengan menjaga badan tetap sehat dan bugar, kita dapat menahan serangan virus korona. Untuk itu, kota harus menyediakan infrastruktur kesehatan masyarakat. Salah satu bentuknya berupa taman.

Sudah lama taman sebagai surga kota terlupakan dalam kehidupan kota dan kita. Taman seringkali tersingkir dari kota karena (dianggap) tidak memiliki nilai komersial. Taman, tempat pohon tumbuh kembang dan berbiak, menduduki tempat teratas karena harganya tak terbentuk dalam dan oleh pasar.

Padahal, penyediaan taman kota yang bermutu di daerah perkotaan akan memengaruhi mutu manusia kota itu. Selain sebagai ruang terbuka hijau, taman kota merupakan ruang bersama tempat semua warga bisa berinteraksi. Taman kota bukan semata-mata ruang terbuka hijau, melainkan juga ruang budaya, semua warga bisa berinteraksi antara satu dan yang lain.

Keberadaan taman kota sejatinya menjadi bagian kearifan budaya bangsa. Hal ini merujuk pada adanya alun-alun kota, terutama pusat kota di Jawa, sejak dulu. Alun-alun itu menjadi tempat warga bertemu, berekspresi, berolahraga, dan berekreasi bersama keluarga.

Sejumlah kota, seperti Jakarta, Surabaya, Bandung, Bogor, dan Malang, memandang penting dan mengembangkan banyak taman kota. Namun, perlu ditumbuhkan rasa memiliki, keinginan merawat, membangun toleransi, menghidupkan dan menjaga taman kota bersama-sama. Untuk itu, semua pihak harus bekerja sama, bergerak bersama, menyediakan taman kota yang bisa dinikmati semua warga.

Di era normal baru, kota yang sehat adalah kota yang bisa menyediakan taman kota sebanyak-banyaknya bagi masyarakat dan bisa dinikmati semua tanpa ada diskriminasi. Warga kota harus memiliki paradigma dan menjadikan kota tempat hidupnya indah bernuansa taman.

## Keseimbangan sosial

Keberadaan taman kota juga akan mendinginkan suasana kota, baik secara ekologis maupun sosial. Taman kota dengan pepohonan rindang berfungsi sebagai paru-paru kota yang menyerap karbondioksida dan gas polutan sekaligus memproduksi oksigen untuk kita bernafas. Taman kota juga merupakan daerah resapan air untuk menyerap dan menyimpan air secara alami sekaligus membantu meredam banjir.

Pembangunan kota tak hanya menyediakan ruang ekonomi, tetapi juga harus membangun taman kota bagi keseimbangan sosial. Taman kota menjadi ruang publik bagi warga untuk bisa berinteraksi dan saling menyapa. Hal ini penting, untuk memengaruhi mutu manusia dan masyarakat di kota. Jadi membangun taman kota yang bermutu sama artinya membangun manusia berkualitas.

Taman bukanlah sesuatu yang terberi, melainkan diperjuangkan. Dengan beraktivitas di taman, warga bersatu menyuarakan hak mereka akan udara dan lingkungan yang bersih. Berinteraksi di taman mengajarkan warga belajar bertoleransi dan hidup berdampingan dan saling memberikan manfaat kepada alam.

Keterikatan taman kota dengan warga dapat dilihat dari keberadaan para pengunjung/penghuni taman yang kerap berkumpul di taman, menghidupkan dengan berbagai kegiatan, dan memberikan roh taman secara berkelanjutan. Warga harus kreatif memanfaatkan taman kota, menjadi arena penting untuk melakukan beragam aktivitas yang menyenangkan untuk berkumpul, berdiskusi, belajar, rekreasi, berolahraga, bertemu teman, bersantai atau bersantap.

Kehadiran taman menciptakan suasana segar alami di tengah kota di antara belantara hutan beton yang tumbuh makin riuh menyesakkan kota. Pohon-pohon besar nan rindang mampu menyerap karbondioksida dan gas polutan dalam udara. Mereka juga memproduksi oksigen (udara segar) yang kita butuhkan untuk bernafas. Polusi suara bising yang kerap dikeluhkan penghuni kota juga mampu diredam pohon-pohon itu sekaligus memberikan ketenangan dan keheningan di dalam dan sekitar taman.

Di tengah pandemi, kehadiran taman kota justru semakin penting. Survei National Recreation and Park Association (9/4) mempertegas bahwa taman penting untuk menjaga kesehatan mental dan fisik selama pandemi covid-19 (83%) atau lima dari enam orang dewasa, orangtua (68%), dan bukan orangtua (56%) memilih senang ke taman.

Dari kelompok pengguna, generasi milenial (68%), generasi Z (65%), dan *baby boomer* (54%) melakukan aktivitas fisik di taman. Masyarakat memilih berolahraga di taman, melepas stres, dan menjaga kesehatan selama krisis (59%). Aktivitas fisik populer yang dipilih adalah berjalan kaki, joging, dan bersepeda dengan tetap jaga jarak fisik (59%).

Taman adalah tempat di mana kita bisa berlatih bertoleransi dan berbagi. Taman menjadi tempat orangtua membawa bermain anak-anak di pagi dan sore hari. Tempat senam kesegaran jasmani bagi komunitas lansia, tempat melemaskan otot badan dengan bersantai. Sekaligus, memberi asupan gizi otak dengan membaca buku, atau sekadar berbagi tempat duduk bagi berbagai macam orang tanpa terkecuali. Taman ialah wujud nyata habitat sehat kota dan kita di tengah pandemi.