



# Standar global tentang tempat dan acara yang aman untuk mendengarkan



## Apakah itu mendengarkan yang aman ?

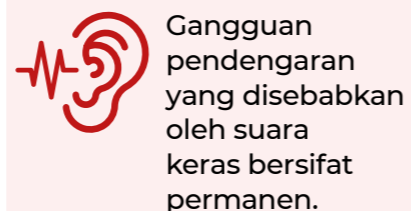
Mendengarkan yang aman mengacu pada kumpulan kebiasaan dan perilaku yang memungkinkan. Anda menikmati musik sambil menurunkan risiko kerusakan pendengaran yang tidak dapat dipulihkan. Mendengarkan yang aman dapat mencegah gangguan pendengaran!

## Apakah itu standar global tentang tempat dan acara yang aman untuk mendengarkan?

WHO telah mengembangkan serangkaian rekomendasi berbasis bukti untuk mengurangi risiko gangguan pendengaran pada orang yang mengunjungi tempat dan acara hiburan. Hal ini sebagai tanggapan terhadap kekhawatiran yang meningkat tentang gangguan pendengaran yang disebabkan oleh suara keras.

Enam aturan standar dan berlaku untuk tempat-tempat seperti klub malam, diskotek, bar, konser, dan festival.

## Mengapa mendengarkan yang aman penting untuk tempat dan acara?



### 1.1 miliar

orang muda berisiko mengalami gangguan pendengaran karena menerapkan cara mendengarkan yang tidak aman.

### 40%

orang berusia 12-35 di negara berpenghasilan tinggi dan menengah terpajan oleh suara keras di tempat-tempat hiburan.

## Bagaimana standar mendengarkan yang aman yang dapat digunakan pada tempat dan acara?

### Pemerintah

dapat mengembangkan undang-undang atau peraturan yang kemudian dipantau dalam hal kepatuhan, disamping kampanye kesadaran mendengarkan yang aman.

### Pemilik / manajer tempat dan acara, asosiasi industri

Dapat mengadopsi standar dan menerapkan aturan-aturan secara sukarela.

### Lembaga pendidikan untuk musisi dan insinyur akustik

Dapat mencakup modul mendengarkan yang aman yang berfokus pada standar kebutuhan, rasional, manfaat, dan aturan.

## Apa manfaat menerapkan standar mendengarkan yang aman di semua tempat dan acara?

### Pemerintah

Gangguan pendengaran merupakan masalah kesehatan yang sedang berkembang dalam masyarakat global. Pencegahan akan membantu mengurangi kebutuhan dalam perawatan pendengaran, meningkatkan kualitas hidup, dan meningkatkan produktivitas.

### Pemilik / manajer tempat dan acara, asosiasi industri

Menghargai kesehatan pendengaran klien dan meningkatkan pengalaman mendengar mereka dapat memberikan efek finansial yang bagus terhadap perusahaan yang bergantung pada kemampuan mereka dalam mendengar.

### Akustik, insinyur, musisi, penyelenggara acara, dan lain-lain

Hal ini akan mengurangi bahaya kerusakan pendengaran pada kedua pihak, yaitu penonton dan mereka yang bekerja di tempat dan acara tersebut.

## Enam pengaturan standar mendengarkan yang aman untuk semua tempat atau acara

### 1. Membatasi tingkat suara

Memberlakukan batas maksimum  $100\text{dB } L_{\text{Aeq } 15 \text{ menit}}^*$  menjaga suara tetap aman dan menyenangkan bagi penonton.



### 2. Memantau level suara

Pemantauan langsung dan perekaman tingkat suara menggunakan peralatan pengukuran yang dikalibrasi oleh anggota staf yang ditunjuk.



### 3. Mengoptimalkan lokasi suara dan sistem suara

Sistem suara dan akustik acara harus dioptimalkan untuk memastikan kualitas suara yang menyenangkan dan tingkat pendengaran yang aman untuk semua.



### 4. Menyediakan perlindungan pendengaran pribadi

Perlindungan pendengaran seperti penyumbat telinga harus tersedia untuk para pendengar, dengan instruksi.



### 5. Akses ke zona tenang

Zona tenang memberikan kesempatan kepada pendengar untuk mengistirahatkan telinga mereka dan mengurangi risiko kerusakan pendengaran.



### 6. Penyediaan pelatihan dan informasi

Staf dan pendengar harus diberitahu tentang semua langkah praktis yang dapat mereka gunakan untuk memastikan mendengarkan yang aman.



\* $L_{\text{Aeq } 15 \text{ menit}}$  adalah tingkat suara rata-rata yang diukur selama lima belas menit

## **Apa yang dapat Anda lakukan untuk mempromosikan mendengarkan yang aman di tempat dan acara?**

---

Masyarakat sipil dapat memainkan peran penting dalam meningkatkan kesadaran akan standar mendengarkan yang aman dan mengadvokasi implementasinya di antara pemerintah, pemilik / manajer tempat dan acara, dan staf yang bekerja di tempat dan acara tersebut.

**Mendengar untuk seumur hidup,  
mendengar dengan hati-hati  
Mendengarlah dengan cara  
yang aman**

Adapted from @World Health Organization,WHO/UCN/NCD/SDR 21.1  
Translated by Dr Nyilo Purnani, Sp.THTKL(K). FICS., FISC.M.  
Faculty of Medicine. Universitas Airlangga and Dr Ratna Anggraeni,  
Sp THTKL(K),MKes. Faculty of Medicine, Universitas Padjadjaran - Bandung  
Indonesia. Member of the World Hearing Forum

