PT Cipta Digital Edukasi

BUKU SAKU

RUMAH TANGGA SIAGA BANJIR

Dr. Maryuni, Amd.Keb., S.KM., M.KM.
Dr. Uci Sulandari, S.Si., M.Si.
Uut Hanafi Rochman, S.ST., Sp.P.S.B.



BUKU SAKU
Rumah Tangga Siaga Banjir

Dr. Maryuni, Amd.Keb., S.KM., M.KM.

Dr. Uci Sulandari, S.Si., M.Si.

Uut Hanafi Rochman, S.ST., Sp.P.S.B.

PT CIPTA DIGITAL EDUKASI

Anggota IKAPI: No. 666/DKI/2026

BUKU SAKU
Rumah Tangga Siaga Banjir

Penulis	: Dr. Maryuni, Amd.Keb., S.KM., M.KM., Dr. Uci Sulandari, S.Si., M.Si., dan Uut Hanafi Rochman, S.ST., Sp.P.S.B.
ISBN	: 978-634-7777-72-0 (PDF)
Penyunting Naskah	: Rikhanatus Saliha, S.Sos.
Tata Letak	: Rikhanatus Saliha, S.Sos.
Desain Sampul	: Novikean Keysah Sanisri

Penerbit
PT Cipta Digital Edukasi
Jl. Wijaya Ii/Wijaya Grand Centre Blok G-15, Desa/Kelurahan Pulo, Kec. Kebayoran Baru, Kota Adm. Jakarta Selatan, Provinsi DKI Jakarta, Kode Pos: 1216
E-Mail : penerbitcde@gmail.com
Website : cideka.com

© Hak cipta dilindungi oleh undang-undang
Berlaku selama 50 (lima puluh) tahun sejak Ciptaan tersebut pertama kali dilakukan pengumuman.
Dilarang mengutip atau memperbanyak sebagian atau seluruh isi buku ini tanpa izin tertulis dari penerbit. Ketentuan Pidana Sanksi Pelanggaran Pasal 2 UU Nomor 19 Tahun 2002 Tentang Hak Cipta.

1. Barang siapa dengan sengaja dan tanpa hak melakukan perbuatan sebagaimana dimaksud dalam Pasal 2 ayat (1) atau Pasal 49 ayat (1) dan ayat (2) dipidana dengan pidana penjara masing-masing paling singkat 1 (satu) bulan dan/atau denda paling sedikit Rp1.000.000,00 (satu juta rupiah), atau pidana penjara paling lama 7 (Tujuh) tahun dan/atau denda paling banyak Rp5.000.000.000,00 (lima miliar rupiah).
2. Barang siapa dengan sengaja menyerahkan, menyiarkan, memamerkan, mengedarkan atau menjual kepada umum suatu Ciptaan atau barang hasil pelanggaran Hak Cipta atau Hak Terkait sebagaimana dimaksud pada ayat (1) dipidana dengan pidana penjara paling lama 5 (lima) tahun dan/atau denda paling banyak Rp500.000.000,00 (lima ratus juta rupiah)

KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadirat Allah SWT karena Buku Saku Rumah Tangga Siaga Banjir ini dapat disusun sebagai media edukasi bagi masyarakat dalam meningkatkan kesiapsiagaan khususnya dalam menghadapi bencana banjir.

Banjir merupakan salah satu bencana yang sering terjadi di Indonesia dan dapat menimbulkan dampak terhadap kesehatan, lingkungan, sosial, dan ekonomi masyarakat. Oleh karena itu, diperlukan pengetahuan dan kesiapan keluarga agar mampu menghadapi kondisi darurat dengan lebih tenang dan aman.

Buku saku Rumah Tangga Siaga Banjir ini berisi informasi sederhana mengenai pengenalan banjir, langkah kesiapsiagaan keluarga, tas siaga banjir, tindakan saat banjir, penanganan pascabanjir, hingga rencana darurat keluarga. Materi disusun dengan bahasa yang mudah dipahami agar dapat digunakan oleh seluruh anggota masyarakat.

Semoga buku saku ini bermanfaat dalam meningkatkan kesiapsiagaan keluarga dan mendukung terbentuknya masyarakat yang tangguh terhadap bencana banjir.

Tim penyusun menyampaikan penghargaan dan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada Direktorat Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat, Direktorat Jenderal Riset dan Pengembangan, Kementerian Pendidikan Tinggi, Sains, dan Teknologi atas kepercayaan dan dukungan yang diberikan melalui Hibah Pengabdian kepada Masyarakat. Bantuan pendanaan tersebut menjadi faktor penting dalam pelaksanaan program pemberdayaan masyarakat dan penyusunan buku saku ini sebagai media edukasi untuk meningkatkan kesiapsiagaan rumah tangga terhadap ancaman banjir.

Jakarta, Mei 2026

Tim Penyusun

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR.....iii

DAFTAR ISI.....v

Bab I 1

Mengenal Bencana Banjir 1

1.1 Pengertian Banjir 1

1.2 Penyebab Banjir.....3

1.3 Dampak Banjir.....4

1.4 Kelompok Rentan Saat Banjir 5

Bab II.....7

Kesiapsiagaan Sebelum Banjir 7

2.1 Pentingnya Kesiapsiagaan Keluarga 7

2.2 Rencana Kesiapsiagaan Keluarga.8

2.3 Mengenal Peringatan Dini Banjir 11

2.4 Persiapan Sebelum Banjir.....12

2.5 Persiapan Evakuasi.....13

2.6 Persiapan Anggota Keluarga 14

2.7 Checklist Kesiapsiagaan Rumah Tangga.....15

Bab III 17

Tas Siaga Banjir 17

3.1 Pengertian Tas Siaga Banjir 17

3.2 Isi Tas Siaga Banjir 20

3.3 Dokumen Penting dalam Tas Siaga 21

3.4 Kebutuhan Khusus Kelompok Rentan.....22

3.5 Cara Menyimpan Tas Siaga Banjir 24

Bab IV 25

Tindakan Saat Terjadi Banjir 25

4.1 Tanda Bahaya Banjir 25

4.2 Langkah Saat Banjir Terjadi.....26

4.3 Cara Evakuasi yang Aman 26

4.4 Keselamatan di Pengungsian.....27

Bab V.....29

Penanganan Pasca Banjir.....29

5.1 Kembali ke Rumah dengan Aman 29

5.2 Membersihkan Rumah Pascabanjir 30

5.3 Menjaga Kesehatan Pascabanjir .30

5.4 Penyakit Pascabanjir.....31

5.5 Dukungan Psikologis Pascabanjir 32

Bab VI 34

Rencana Darurat Keluarga.....34
6.1 Nomor Penting Darurat 34
6.2 Jalur dan Titik Evakuasi 34
6.3 Catatan Penting Keluarga 35
Daftar Pustaka.....37
Profil Penulis 41
Lampiran 48

Bab I
Mengenal Bencana Banjir

1.1 Pengertian Banjir

Banjir adalah keadaan ketika air meluap dan menutupi daratan atau pemukiman warga. Banjir dapat terjadi secara perlahan maupun tiba-tiba akibat hujan deras, sungai meluap, atau saluran air yang tersumbat.

Banjir merupakan peristiwa ketika air menggenangi suatu wilayah yang biasanya tidak digenangi air dalam jangka waktu tertentu. Banjir biasanya terjadi karena curah hujan turun terus menerus dan mengakibatkan meluapnya air sungai, danau, laut atau

drainase karena jumlah air yang melebihi daya tampung.

Banjir dapat mengganggu aktivitas masyarakat dan membahayakan kesehatan maupun keselamatan keluarga.

Jenis Banjir

1. Banjir genangan
2. Banjir bandang
3. Banjir rob
4. Banjir akibat saluran tersumbat

Daerah Rawan Banjir

- Dekat sungai
- Berada di dataran rendah
- Drainase buruk
- Sering terjadi genangan air
- Lingkungan padat penduduk

1.2 Penyebab Banjir

Beberapa penyebab banjir antara lain:

- Curah hujan tinggi
- Sungai meluap
- Drainase atau selokan tersumbat
- Sampah yang menumpuk
- Penebangan pohon
- Berkurangnya daerah resapan air
- Pembangunan yang tidak teratur

Banjir dapat dicegah dengan menjaga kebersihan lingkungan dan tidak membuang sampah sembarangan.

Upaya Pencegahan Banjir

- Membersihkan selokan secara rutin
- Menanam pohon
- Tidak membuang sampah ke sungai
- Membuat lubang resapan air

- Menjaga kebersihan lingkungan

1.3 Dampak Banjir

Dampak Kesehatan

- Diare
- Penyakit kulit
- ISPA
- Demam berdarah
- Leptospirosis

Dampak Lingkungan

- Kerusakan rumah
- Kerusakan jalan
- Pencemaran air
- Sampah menumpuk

Dampak Sosial Ekonomi

- Aktivitas sekolah terganggu
- Kehilangan pekerjaan

- Kerusakan fasilitas umum
- Kerugian ekonomi keluarga

1.4 Kelompok Rentan Saat Banjir

Kelompok rentan memerlukan perhatian khusus saat terjadi banjir.

Bayi dan Balita

- Mudah sakit
- Membutuhkan makanan dan susu khusus
- Memerlukan pengawasan orang tua

Ibu Hamil

- Membutuhkan pemeriksaan rutin
- Memerlukan akses pelayanan kesehatan
- Berisiko mengalami kelelahan

Lansia

- Memiliki keterbatasan fisik
- Memerlukan bantuan saat evakuasi

- Membutuhkan obat rutin

Penyandang Disabilitas

- Memerlukan alat bantu khusus
- Membutuhkan pendamping saat evakuasi
- Memerlukan jalur evakuasi yang aman

Orang dengan Penyakit Kronis

- Memerlukan obat rutin
- Memerlukan akses fasilitas Kesehatan

Bab II
Kesiapsiagaan Sebelum Banjir

2.1 Pentingnya Kesiapsiagaan Keluarga

Dalam menghadapi ancaman bencana, kesiapsiagaan menjadi kunci keselamatan. Kesiapsiagaan merupakan serangkaian kegiatan yang dilakukan untuk mengantisipasi bencana melalui pengorganisasian serta langkah yang tepat guna dan berdaya guna.

Kesiapsiagaan adalah upaya yang dilakukan sebelum bencana terjadi agar keluarga lebih siap menghadapi keadaan darurat.

Manfaat Kesiapsiagaan

- Lebih tenang saat terjadi bencana
- Mengurangi risiko cedera
- Mempermudah proses evakuasi
- Melindungi anggota keluarga
- Mengurangi kepanikan
- Mempercepat proses penyelamatan

Pesan Penting

Siaga lebih baik daripada panik.

2.2 Rencana Kesiapsiagaan Keluarga

Bencana sering terjadi tanpa peringatan sehingga membutuhkan pengetahuan dan keterampilan untuk menghadapinya.

Langkah Menyusun Rencana Darurat Keluarga

1. Analisis ancaman di sekitar rumah
2. Identifikasi titik kumpul keluarga
3. Menentukan jalur evakuasi
4. Menyiapkan nomor penting
5. Menentukan siapa membantu anak, lansia, atau penyandang disabilitas
6. Menentukan lokasi aman dalam rumah
7. Mengetahui cara mematikan listrik, gas, dan air

Informasi Penting yang Harus Diketahui Keluarga

- Nomor BPBD
  (021) 6344766/ Jakarta Siaga 112

- Nomor ambulans
  081-112-119-119, / PMI DKI Jakarta (021) 3906666
- Nomor puskesmas
  021-8004381/ WhatsApp di +62895321748470.
- Lokasi pengungsian
  112 / 119
- Jalur evakuasi terdekat
  08119197113 (WhatsApp) / 021-85904904

2.3 Mengenal Peringatan Dini Banjir

Peringatan dini membantu masyarakat bersiap sebelum banjir terjadi.

Sumber Informasi

- BMKG
- BPBD
- Pemerintah desa
- Radio
- Televisi
- Media sosial resmi
- Pengumuman masjid
- Grup komunikasi warga

Tanda Peringatan

- Hujan deras terus menerus
- Air sungai meningkat
- Genangan semakin tinggi

- Informasi resmi dari pemerintah
- Segera bersiap apabila menerima peringatan banjir.

2.4 Persiapan Sebelum Banjir

a. Persiapan Rumah

- Membersihkan saluran air
- Menyimpan barang elektronik di tempat tinggi
- Meninggikan stop kontak
- Menyiapkan penerangan darurat

b. Persiapan Dokumen Penting

Simpan dokumen penting dalam map plastik tahan air.

Dokumen penting meliputi:

- KTP
- KK

- Akta kelahiran
- Ijazah
- BPJS
- Buku nikah

c. Persiapan Air dan Makanan

- Menyediakan air bersih
- Menyimpan makanan siap saji
- Menyediakan alat makan sederhana

2.5 Persiapan Evakuasi

Hal yang Harus Dipersiapkan

- Mengetahui lokasi pengungsian
- Mengetahui jalur evakuasi
- Menyiapkan tas siaga banjir
- Menentukan titik berkumpul keluarga

Latihan Evakuasi Keluarga

Lakukan latihan sederhana bersama keluarga secara berkala agar semua anggota keluarga memahami apa yang harus dilakukan saat banjir.

2.6 Persiapan Anggota Keluarga

Diskusikan bersama keluarga mengenai:

- Tempat evakuasi
- Barang penting yang dibawa
- Tugas masing-masing anggota keluarga
- Cara membantu anggota keluarga rentan

Contoh Pembagian Tugas

- Ayah: mematikan listrik dan membantu evakuasi

- Ibu: membawa dokumen dan obat-obatan
- Anak: membawa tas siaga masing-masing

2.7 Checklist Kesiapsiagaan Rumah Tangga

Pastikan keluarga telah menyiapkan:

☑ Tas siaga banjir

☑ Air bersih

☑ Makanan siap saji

☑ Obat-obatan

☑ Dokumen penting

☑ Nomor telepon darurat

☑ Senter dan power bank

☑ Jalur evakuasi

☑ Titik kumpul keluarga

Bab III
Tas Siaga Banjir

3.1 Pengertian Tas Siaga Banjir

Tas siaga banjir adalah tas yang berisi perlengkapan penting untuk keadaan darurat. Tas ini mudah dibawa dan disimpan di tempat yang mudah dijangkau. Tas siaga banjir membantu keluarga lebih cepat melakukan evakuasi saat banjir terjadi.



Gambar 1 : Tas Siaga Banjir

Fungsi Tas Siaga Banjir

1. Membantu keluarga siap menghadapi keadaan darurat.
2. Mengurangi kepanikan.
3. Mempermudah proses evakuasi.
4. Memenuhi kebutuhan dasar keluarga.
5. Menjaga keselamatan anggota keluarga.

Waktu Penggunaan

1. Saat muncul peringatan dini banjir dari petugas, BMKG, atau pemerintah setempat.
2. Ketika curah hujan tinggi dan air mulai naik di sekitar rumah.
3. Saat keluarga harus segera melakukan evakuasi ke tempat yang lebih aman.
4. Selama berada di pengungsian atau tempat evakuasi sementara.
5. Saat kondisi darurat yang menyebabkan keluarga sulit kembali ke rumah dalam waktu singkat.

Setelah banjir terjadi, untuk membantu memenuhi kebutuhan dasar sementara

3.2 Isi Tas Siaga Banjir

1. **Perlengkapan P3K**
    - Obat demam
    - Obat diare
    - Obat flu
    - Plester
    - Kasa steril
    - Antiseptik
    - Betadine
    - Masker
    - Hand sanitizer
2. **Makanan dan Minuman**
    - Air minum kemasan
    - Makanan siap saji
    - Biskuit
    - Peralatan makan sederhana
3. **Perlengkapan Penunjang Darurat**

a. Senter
b. Peluit
c. Jas Hujan
d. Map Plastik untuk dokumen penting
e. Buku Saku Rumah Tangga Siaga Banjir
f. Perlengkapan mandi
g. Tikar tidur saku *waterproof*

3.3 Dokumen Penting dalam Tas Siaga

Dokumen penting sebaiknya disimpan dalam map plastik tahan air.

Dokumen yang perlu dibawa:

- Fotokopi KTP
- Fotokopi KK
- Fotokopi akta kelahiran

- Fotokopi ijazah
- Fotokopi BPJS/kartu Kesehatan lainnya
- Nomor kontak darurat

Tips Penyimpanan Dokumen

- Gunakan plastik ziplock
- Simpan di bagian atas tas
- Buat salinan digital

3.4 Kebutuhan Khusus Kelompok Rentan

Kebutuhan Bayi

- Susu
- Popok
- Tisue basah
- Botol susu

Kebutuhan Ibu Hamil

- Buku KIA

- Vitamin
- Obat rutin
- Pakaian nyaman

Kebutuhan Lansia

- Obat rutin
- Kacamata
- Tongkat bantu jalan

Kebutuhan Penyandang Disabilitas (sesuai kondisi Disabilitas)

- Kursi roda lipat
- Tongkat
- Baterai alat bantu dengar
- Peluit komunikasi
- Obat rutin
- Lampu darurat kecil

Pastikan penyandang disabilitas mengetahui rencana evakuasi keluarga.

3.5 Cara Menyimpan Tas Siaga Banjir

Lokasi Penyimpanan

- Dekat pintu keluar
- Mudah dijangkau
- Tidak terkena air

Pemeriksaan Berkala

Jangan lupa memeriksa makanan, obat, dan baterai secara berkala.

Pastikan:

- Makanan belum kedaluwarsa
- Obat masih layak digunakan
- Baterai masih berfungsi

Bab IV
Tindakan Saat Terjadi Banjir

4.1 Tanda Bahaya Banjir

Waspadai tanda-tanda banjir seperti:

- Hujan deras terus menerus
- Air sungai meningkat
- Genangan air semakin tinggi
- Informasi peringatan dari petugas

Segera bersiap apabila ada peringatan banjir.

- Informasi cuaca
- Peringatan dini

4.2 Langkah Saat Banjir Terjadi

Saat banjir terjadi:

1. Tetap tenang
2. Matikan listrik bila aman
3. Amankan dokumen penting
4. Bawa tas siaga banjir
5. Evakuasi ke tempat aman
6. Ikuti arahan petugas

Utamakan keselamatan keluarga dibandingkan menyelamatkan barang.

4.3 Cara Evakuasi yang Aman

Saat Evakuasi

- Gunakan alas kaki
- Bantu anak-anak dan lansia
- Hindari arus deras
- Jangan panik

- Gunakan jalur evakuasi resmi

Hal yang Harus Dihindari

- Bermain di air banjir
- Menyentuh kabel listrik
- Mengendarai kendaraan di arus deras

4.4 Keselamatan di Pengungsian

Saat berada di pengungsian:

- Jaga kebersihan diri
- Cuci tangan memakai sabun
- Gunakan air bersih
- Buang sampah pada tempatnya
- Segera periksa bila ada anggota keluarga sakit

Etika di Pengungsian

- Saling membantu
- Menjaga ketertiban

- Menghormati sesama pengungsi
- Menjaga kebersihan toilet umum

Bab V
Penanganan Pasca Banjir

5.1 Kembali ke Rumah dengan Aman

Sebelum masuk rumah:

- Pastikan rumah aman
- Periksa kondisi listrik
- Gunakan alas kaki
- Bersihkan rumah secara hati-hati

Jangan masuk rumah bila masih ada risiko listrik atau bangunan rusak.

5.2 Membersihkan Rumah Pascabanjir

Saat membersihkan rumah setelah banjir gunakan:

- Sarung tangan
- Masker
- Sepatu bot

Bersihkan:

- Lumpur
- Lantai dan dinding
- Tempat penyimpanan air
- Peralatan rumah tangga

Buang makanan yang sudah terkena air banjir.

5.3 Menjaga Kesehatan Pascabanjir

Untuk mencegah penyakit:

- Gunakan air bersih

- Cuci tangan pakai sabun
- Konsumsi makanan matang
- Istirahat cukup
- Gunakan kamar mandi sehat

Segera ke fasilitas kesehatan bila mengalami demam, diare, atau luka.

5.4 Penyakit Pascabanjir

Beberapa penyakit yang sering muncul setelah banjir:

- Diare
- Penyakit kulit
- ISPA
- Leptospirosis
- Demam berdarah

Gejala yang Perlu Diwaspadai

- Demam
- Mual
- Gatal-gatal
- Sesak napas
- Nyeri otot

Segera periksa ke tenaga kesehatan bila mengalami gejala tersebut.

5.5 Dukungan Psikologis Pascabanjir

Bencana dapat menimbulkan stres dan ketakutan.

Cara Memberikan Dukungan

- Menenangkan anak-anak
- Saling mendukung antar keluarga
- Berbagi cerita dengan tetangga

- Istirahat cukup
- Tetap berpikir positif

Bab VI
Rencana Darurat Keluarga

6.1 Nomor Penting Darurat

Tuliskan nomor penting berikut:

- BPBD
- Puskesmas
- Ambulans
- Pemerintah desa
- Ketua RT/RW
- Kontak keluarga

6.2 Jalur dan Titik Evakuasi

Setiap keluarga perlu mengetahui:

- Jalur evakuasi terdekat

- Lokasi aman
- Tempat pengungsian
- Titik berkumpul keluarga

Gambarkan peta sederhana rumah dan jalur evakuasi keluarga.

6.3 Catatan Penting Keluarga

Catatan keluarga meliputi:

- Nama anggota keluarga
- Golongan darah
- Riwayat penyakit
- Obat rutin
- Alergi obat
- Kontak darurat

PENUTUP

Kesiapsiagaan keluarga merupakan langkah penting dalam mengurangi risiko dan dampak banjir. Dengan persiapan yang baik, keluarga dapat menghadapi bencana dengan lebih aman dan tenang.

Mari bersama menjaga kebersihan lingkungan, meningkatkan kesiapsiagaan keluarga, dan memperkuat semangat gotong royong dalam menghadapi bencana.

Keluarga Siaga, Masyarakat Tangguh.

Daftar Pustaka

Badan Meteorologi Klimatologi dan Geofisika. (2022). *Informasi cuaca ekstrem dan peringatan dini banjir*. BMKG.

Badan Nasional Penanggulangan Bencana. (2017). *Buku saku tanggap tangkas tangguh menghadapi bencana*. BNPB.

Badan Nasional Penanggulangan Bencana. (2020). *Pedoman kesiapsiagaan bencana untuk keluarga*. BNPB.

Centers for Disease Control and Prevention. (2024). *Flood water safety*. CDC.

International Federation of Red Cross and Red Crescent Societies. (2018). *Public awareness and public education for disaster risk reduction: Key messages*. IFRC.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2018). *Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia tentang penanggulangan krisis kesehatan akibat bencana*. Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2021). *Pedoman kesiapsiagaan menghadapi banjir bagi masyarakat*. Kementerian Kesehatan RI.

Kementerian Pekerjaan Umum dan Perumahan Rakyat Republik Indonesia. (2019). *Pedoman*

pengendalian banjir dan kesiapsiagaan masyarakat. Kementerian PUPR RI.

Kementerian Sosial Republik Indonesia. (2020). *Pedoman perlindungan kelompok rentan dalam situasi bencana*. Kementerian Sosial RI.

Palang Merah Indonesia. (2016). *Panduan kesiapsiagaan keluarga menghadapi bencana banjir*. PMI

Sphere Association. (2018). *The Sphere handbook: Humanitarian charter and minimum standards in humanitarian response* (4th ed.). Sphere Association.

United Nations Children's Fund. (2012). *Preparedness toolkit for*

emergencies: Household and community preparedness. UNICEF.

United Nations International Strategy for Disaster Reduction. (2009). *UNISDR terminology on disaster risk reduction*. United Nations.

World Health Organization. (2017). *Flooding and communicable diseases fact sheet*. WHO.

World Health Organization. (2023). *Health emergency and disaster risk management framework*. WHO.

Profil Penulis



Dr. Maryuni, Amd.Keb., S.KM., M.KM. lahir di Pacitan pada 17 Maret 1980. Ia menempuh pendidikan DIII Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Jakarta 1, kemudian melanjutkan pendidikan S1, S2, dan S3 di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia. Penulis memiliki pengalaman panjang di bidang pendidikan, penelitian, dan pengembangan akademik. Selain aktif sebagai dosen, penulis juga pernah menjabat sebagai Ketua Program Studi Kebidanan Universitas Binawan pada periode 2010–2018. Pada tahun 2019–2024, penulis mendapat amanah sebagai Ketua Lembaga Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat Universitas Binawan. Saat ini, penulis menjabat sebagai Direktur Pembelajaran dan Kemahasiswaan Universitas Binawan sejak tahun 2025.

Berbagai pengalaman tersebut memperkuat kompetensi penulis dalam pengembangan pendidikan, penelitian, serta pengabdian kepada masyarakat. Penulis juga aktif melakukan publikasi ilmiah, baik pada jurnal nasional maupun internasional. Melalui buku ini, penulis berharap semoga karya ini dapat menjadi sarana ilmu dan kebermanfaatan, khususnya bagi kelompok ibu rumah tangga, terutama yang berada di daerah rawan banjir, agar dapat mempersiapkan kesiapsiagaan keluarga apabila sewaktu-waktu terjadi bencana banjir. Penulis aktif melakukan publikasi ilmiah baik pada jurnal nasional maupun internasional. Fokus research penulis di bidang publich health, maternal and child health, community empowerment. Penulis juga aktif menjadi reviewer beberapa jurnal. Email penulis; maryuni80@gmail.com



Dr. Uci Sulandari, S.Si., M.Si. lahir di Palembang 26 Desember 1979 merupakan lulusan S3 dari Pengelolaan Sumber Daya Alam dan Lingkungan IPB University pada tahun 2022; Lulusan Program Magister Pengelolaan Sumber Daya Alam dan Lingkungan IPB University pada tahun 2025 dan merupakan lulusan sarjana MIPA Biologi Universitas Sriwijaya pada tahun 1998. Disamping itu penulis aktif dalam organisasi profesi seperti Indonesia ISO Expert Association, Center of System, Persatuan Ahli Sistem Indonesia Ketua Bidang Dewan Pimpinan Pusat Lingkungan GEMA Mathlaul Anwar, Pengurus Pusat Dosen Doktor Indonesia, Pengurus Pusat dan Dewan Pimpinan Nasional Himpunan Kerukunan Tani Indonesia . Pada saat sekarang penulis merupakan dosen tetap di Universitas Binawan Jakarta jurusan Kesehatan dan Keselamatan Kerja, dengan mengampu mata kuliah Aplikasi Manajemen Lingkungan dan

Laboratorium Lingkungan. Ketertarikan penulis terhadap lingkungan sudah dimulai sejak menempuh kuliah S1 di Universitas Sriwijaya dengan mendirikan NGO Wahana Bumi Hijau. Selain itu penulis aktif dalam pergerakan mahasiswa di Himpunan Mahasiswa Islam dan Badan Eksekutif Mahasiswa. Selanjutnya secara profesional penulis mendirikan PT Green Enviro Resources yang konsen terhadap pemanfaatan Sumber Daya Alam dan Lingkungan. Penulis juga aktif sebagai konsultan pada beberapa Lembaga pemerintah dan BUMN seperti diantaranya PT Rekaya Industri, Pertamina Geothermal Energy, PT Puspetindo, KPU, PUPR, BPJPH dan Bapenas. Pemberdayaan Masyarakat terhadap pemanfatan Sumber Daya alam telah berhasil menghantarkan penulis untuk mendapat kan dua dana hibah Dana Padanan (Matching Fund) pada tahun 2023 dan 2024. Kekonsistenan penulis terhadap lingkungan dan pemberdayaan Masyarakat terrbukti dengan bergabungnya penulis di Lembaga Riset Internasional (LRI) Pusat Studi Pembangunan Pertanian dan Pedesaan IPB University. Melalui buku ini,

penulis ingin berbagi pemikiran dan pengalaman tentang pentingnya pendekatan teknis dan strategis dalam analisis keberlanjutan pengelolaan sumber daya alam dan lingkungan. Semoga karya ini bermanfaat dan memberi inspirasi, dengan niat tulus semata karena ridha Allah SWT.

Email Penulis: uci.sulandari@binawan.ac.id



Uut Hanafi Rochman, S.ST., Sp.P.S.B. lahir di Purworejo pada tanggal 5 April 1990. Penulis merupakan seorang akademisi dan praktisi di bidang Kesejahteraan sosial serta aktif dalam pengembangan layanan kesejahteraan sosial khususnya praktik Pekerjaan Sosial, layanan psikososial konseling, serta pengembangan sumber daya manusia kesejahteraan sosial. Penulis menempuh Pendidikan Program Pasca Sarjana Spesialis-1 Pekerjaan Sosial pada tahun 2017 di Politeknik Kesejahteraan Sosial Bandung. Saat ini penulis berprofesi sebagai dosen di Universitas Binawan serta aktif sebagai Tenaga Ahli (TA) Layanan Psikososial Konseling di PSBD Dinas Sosial Provinsi DKI Jakarta sejak tahun 2025. Pada tahun yang sama, penulis turut terlibat dalam penyusunan ProBis SDM Penyelenggara Kesejahteraan Sosial Dinas Sosial Provinsi DKI Jakarta. Pada tahun 2024 penulis aktif sebagai Fasilitator *Life Skill Class* di PSBR Taruna Jaya 1 Provinsi DKI Jakarta. Selain itu

Penulis juga merupakan pendiri Lembaga Konsultasi Kesejahteraan Sosial “Dwipa Provinsi” yang berfokus pada pengembangan layanan konsultasi dan penguatan praktik kesejahteraan sosial di masyarakat. Melalui karya ini, penulis berharap masyarakat dapat memiliki kesadaran, akan kesiapsiagaan dan kemampuan dalam penanggulangan bencana. mengingat masyarakat merupakan garda terdepan yang memiliki peranan penting dalam mengenali potensi, sumber daya serta permasalahan lingkungan sehingga mampu mewujudkan keberfungsian sosial dan ketahanan masyarakat secara berkelanjutan.

Lampiran

Lampiran 1 — Checklist Kesiapsiagaan Rumah Tangga

☑ Tas siaga banjir

☑ Dokumen penting

☑ Air bersih

☑ Obat-obatan

☑ Makanan siap saji

☑ Nomor darurat

☑ Senter

☑ Power bank

☑ Jalur evakuasi

Lampiran 2 — Daftar Isi Tas Siaga Banjir

Perlengkapan Dasar

- Air minum
- Makanan siap saji
- Obat-obatan
- Senter
- Jas hujan

Dokumen Penting

- KTP
- KK
- BPJS
- Akta kelahiran

Kebutuhan Khusus

- Susu bayi
- Obat rutin
- Tongkat bantu jalan

Lampiran 3 — Lembar Rencana Evakuasi Keluarga

Nama Kepala Keluarga :

_____

Alamat : _____

Nomor Telepon : _____

Titik Kumpul Keluarga :

_____

Lokasi Pengungsian :

_____

Kontak Darurat : _____

Lampiran 4 -Poster Mini Edukasi Banjir

INGAT 3 LANGKAH SIAGA BANJIR

1. SIAPKAN TAS RUMAH TANGGA SIAGA
2. AMANKAN KELUARGA
3. EVAKUASI KE TEMPAT AMAN

Jangan panik saat banjir terjadi. Utamakan keselamatan keluarga.

PT Cipta Digital Edukasi

Buku referensi yang berjudul Rumah Tangga Siaga Banjir membahas langkah-langkah praktis yang dapat dilakukan keluarga untuk menghadapi dan mengurangi risiko banjir. Buku ini menekankan pentingnya kesiapsiagaan, perencanaan darurat, dan tindakan preventif agar keluarga tetap aman dan terlindungi saat terjadi bencana banjir.

Disusun dengan bahasa yang jelas dan mudah dipahami, buku ini membahas mulai dari identifikasi risiko di rumah, persiapan perlengkapan darurat, evakuasi, hingga strategi pemulihan pasca-banjir. Dilengkapi ilustrasi, panduan langkah demi langkah, dan tips praktis, buku ini menjadi referensi penting bagi masyarakat umum, orang tua, dan keluarga yang ingin memastikan keselamatan dan ketahanan rumah tangga saat menghadapi banjir.



ISBN 978-634-7777-72-0 (PDF)