

# Bahaya Sampah Plastik bagi Kesehatan

Ashafiqah Khairunnisa, 8S.

Tidak hanya lingkungan, sampah plastik juga dapat mempengaruhi kondisi kesehatan. Bahan plastik dapat dengan mudah ditemukan di banyak produk seperti kemasan makanan dan minuman, Ketika tidak lagi digunakan produk bahan plastik itu dapat menumpuk dan menjadi sampah dimana mana.

Dibandingkan sampah lainnya, proses penguraian sampah plastik memakan waktu yang jauh lebih lama karena membutuhkan radiasi sinar UV. Proses penguraian sampah plastik bisa memakan waktu 20-500 tahun lamanya, Bila tidak terurai dengan benar akan menghasilkan partikel kecil atau mikroplastik, senyawa kimia, dan logam berat yang lebih berbahaya dan beracun juga bisa mengganggu kondisi kesehatan.

Dampaknya bagi manusia akan menyebabkan kanker, kerusakan organ, dan gangguan pertumbuhan janin dan anak. Dampaknya bagi hewan akan menyebabkan kematian akibat tertelan sampah plastik, terjerat, dan keracunan akibat mikroplastik yang masuk kedalam rantai makanan . Sedangkan dampaknya bagi tumbuhan akan terjadi pencemaran tanah, menghambat penyerapan air dan nutrisi, mengganggu pertumbuhan dan kesuburan tanaman.

Cara mengurangi dampak sampah plastik bagi kesehatan, menggunakan peralatan makan dari kaca atau keramik, mengurangi pembelian botol minuman plastik lebih baik membawa botol sendiri, menghentikan pembuangan sampah plastik ke sungai atau lautan, hindari plastik sekali pakai, menerapkan prinsip 3R (Reduce, Reuse, Recycle).

Kesimpulannya sampah plastik tidak hanya merusak lingkungan, tetapi juga memberikan dampak bagi kesehatan manusia, hewan, dan tumbuhan. Plastik membutuhkan waktu sangat lama untuk terurai dan dalam prosesnya dapat menghasilkan mikroplastik serta zat berbahaya yang beracun serta mengganggu kesehatan. Dampak yang

ditimbulkan antara lain penyakit kanker, kerusakan organ, gangguan pertumbuhan janin pada manusia, kematian dan keracunan pada hewan, serta gangguan kesuburan dan pertumbuhan tanaman. Oleh karena itu, memerlukan upaya bersama untuk mengurangi penggunaan plastik dengan menghindari plastik sekali pakai, menerapkan prinsip 3R (Reduce, Reuse, Recycle), serta menggunakan alternatif yang lebih ramah lingkungan demi menjaga kesehatan dan kelestarian lingkungan.

Sumber:

<https://www.alodokter.com/dampak-sampah-plastik-bagi-lingkungan-dan-kesehatan-manusia>