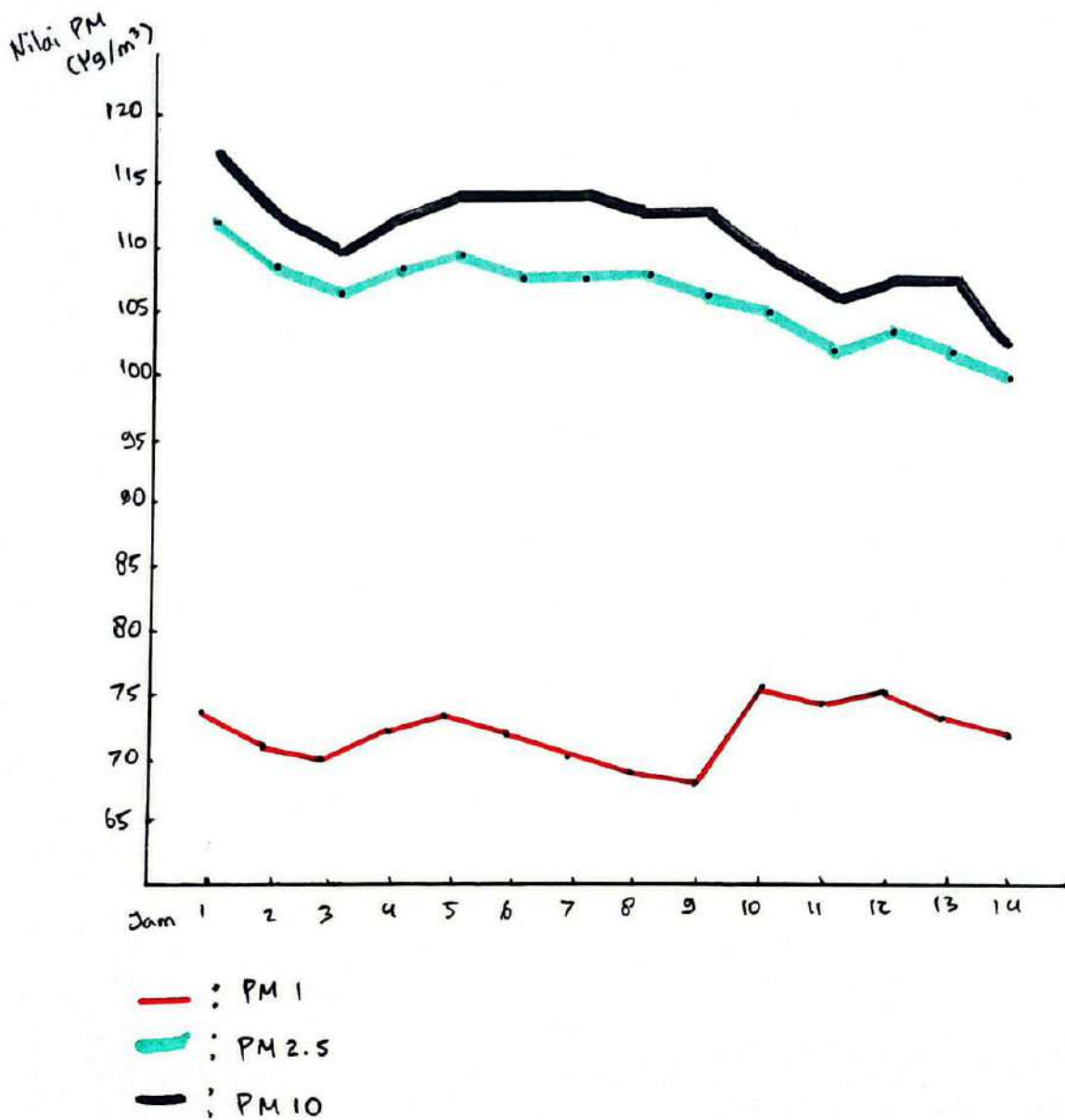


TABLE HUBUNGAN LAMANYA PAPARAN DENGAN KELUHAN

| Durasi Paparan (Jam) | Tingkat PM | PM ₁ (µg/m ³) | PM _{2.5} (µg/m ³) | PM ₁₀ (µg/m ³) | Keluhan Utama | Risiko Keluhan (%) | Rekomendasi |
|----------------------|------------|--------------------------------------|--|---------------------------------------|---------------------|--------------------|----------------------------|
| 1 | Rendah | 74 | 113 | 117 | Iritasi mata ringan | 10 | Gunakan kacamata |
| 2 | Rendah | 72 | 109 | 113 | Tidak ada keluhan | 5 | Pantau udara |
| 3 | Sedang | 71 | 106 | 109 | Batuk ringan | 15 | Minum air banyak |
| 4 | Sedang | 73 | 108 | 111 | Sesak napas ringan | 20 | Hindari olahraga luar |
| 5 | Sedang | 74 | 109 | 113 | Iritasi kulit | 25 | Gunakan pelembab |
| 6 | Tinggi | 73 | 107 | 113 | Batuk kronis | 35 | Konsultasi dokter |
| 7 | Tinggi | 72 | 107 | 113 | Sesak napas sedang | 40 | Gunakan purifier |
| 8 | Tinggi | 71 | 107 | 112 | Sakit kepala | 45 | Istirahat |
| 9 | Rendah | 71 | 105 | 112 | Tidak ada keluhan | 8 | Lanjutkan aktivitas normal |
| 10 | Sedang | 79 | 104 | 109 | Iritasi tenggorokan | 30 | Minum air hangat |
| 11 | Sedang | 78 | 101 | 104 | Batuk berdarah | 32 | Hindari asap rokok |
| 12 | Tinggi | 79 | 103 | 107 | Sesak napas berat | 50 | Pergi ke rumah sakit |
| 13 | Tinggi | 77 | 101 | 107 | Alergi kulit | 48 | Gunakan antihistamin |
| 14 | Rendah | 76 | 99 | 102 | Iritasi mata | 12 | Gunakan kacamata |

GRAFIK PERBANDINGAN PM 1, PM2.5, PM10



GRAFIK LAMANYA PAPARAN DENGAN KELOHAN

