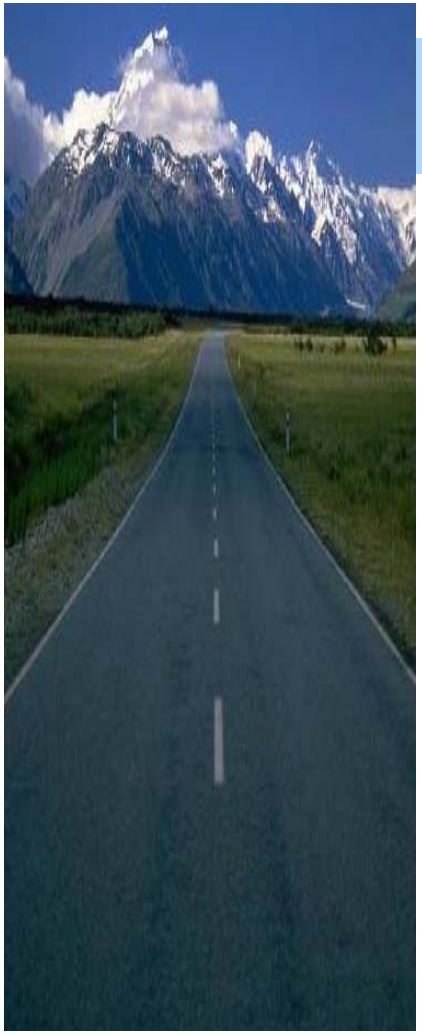


DEPARTEMEN PERHUBUNGAN R.I

DITJEN PERHUBUNGAN DARAT

BUKU PETUNJUK

TATA CARA BERSEPEDA MOTOR

DI INDONESIA

BAB 1 – SEBELUM ANDA BERKENDARA

Tujuan dari buku panduan ini adalah agar dapat membantu anda menjadi pengendara sepeda motor yang lebih baik. Buku panduan ini ditujukan untuk mereka yang :

- Mendapatkan belajar sepeda motor di Indonesia.
- Mendapatkan Surat Izin Mengemudi di Indonesia.

Bagaimanapun juga berkendara sepeda motor membawa keuntungan rendah biaya, dapat berpergian secara mandiri, selaku pengendara yang memiliki izin anda harus berbagi jalan dengan pengguna lain dan mematuhi hukum lalu lintas yang berlaku di Indonesia.

Berkendara dengan aman sangatlah penting bagi semua pengguna jalan, tetapi lebih penting lagi bagi pengendara sepeda motor karena dalam kecelakaan mereka kerentanan yang lebih besar daripada pengendara kendaraan lainnya. Kecelakaan yang melibatkan sepedamotor Indonesia pada 2004, pengendara sepeda motor terlibat 54,8%.

Mengendarai sepeda motor membutuhkan ketrampilan yang memerlukan latihan selama bertahun-tahun dan praktek dengan menggunakan teknik berkendara yang tepat. Pengendara pemula memiliki peluang tiga kali lebih besar dalam terlibat kecelakaan daripada pengendara yang telah mahir. Lebih dari 27,1% kecelakaan pada tahun 2004 melibatkan anak muda dan pengendara pemula dengan usia antara 16-25 tahun.

SURAT IZIN MENGEMUDI (SIM) SEPEDA MOTOR

Untuk dapat mengemudikan kendaraan bermotor di jalan, Anda harus memiliki SIM yang syah untuk golongan kendaraan yang akan digunakan. SIM yang harus dimiliki oleh pengendara sepeda motor adalah SIM C atau D, yang dapat diperoleh apabila anda telah berumur 16 tahun.

Cara memperoleh SIM :

- Menyerahkan permohonan tertulis kepada petugas POLRI.
- Dapat membaca dan menulis huruf latin.
- Sehat Jasmani dan Rohani.
- Memiliki ketrampilan mengemudikan kendaraan bermotor.
- Lulus ujian Teori dan Praktek.
- Memiliki pengetahuan yang cukup mengenai Peraturan Lalu Lintas dan Angkutan Jalan dan teknik dasar kendaraan bermotor.
-

Pengunaan SIM :

- SIM berlaku 5 tahun.
- SIM berlaku di seluruh Indonesia.
- SIM C untuk mengemudi sepeda motor kecepatan lebih dari 40 km/jam
- SIM D untuk mengemudi sepeda motor kecepatan kurang dari lebih dari 40 km/jam

Anda lebih baik baik bersiap untuk mendapatkan izin berkendara sepeda motor jika anda telah mengikuti kursus/pelatihan berkendara. Pelatihan akan mengembangkan ketrampilan anda dan menyiapkan anda untuk menghadapi tes mendapatkan SIM sepeda motor. Pelatihan dapat meningkatkan keselamatan karena anda akan dilatih pentingnya ketrampilan mengerem, membelok,

berkendara di sekitar lingkaran dan berbagai kondisi jalan.

BAGAIMANA PENGGUNAAN BUKU PANDUAN INI

Buku panduan ini memberi anda saran dalam berkendara sepeda motor yang berdasar pada pendekatan umum yang dikenal sebagai *defensive riding*. Melalui buku panduan ini istilah “pengendara” merujuk pada pengendara sepeda motor dan istilah “sepeda motor” merujuk pada kendaraan dengan roda dua.

Buku panduan ini dibagi ke dalam empat bagian, masing-masing dengan nomor pada tiap babnya. Tiap bab dimuai dengan garis besar yang memuat informasi yang disajikan. Pada akhir tiap bab dicantumkan “Tes Pengetahuan Anda”. Pertanyaan ini membuat anda :

- Mengetahui poin penting dari tiap bab.
- Mengulas kembali informasi dalam buku panduan ini.

BAB 2 – KETENTUAN HUKUM UNTUK PENGENDARA SEPEDA MOTOR

Pengendara harus mematuhi hukum yang sama dengan pengemudi mobil. Hukum jalan raya tercantum Undang-undang No.14 tentang Llu Lintas dan Angkutan Jalan. Anda harus mengetahui kententuan dalan undang-undang tersebut antara lain adalah:

- Setiap pengendara sepeda motor di jalan harus memiliki Surat Izin Mengemudi untuk sepeda motor yang mampu mengemudikan kendaraannya dengan wajar.
- Pengendara sepeda motor wajib mengutamakan keselamatan pejalan kaki.
- Mengetahui tata cara berlalu lintas di jalan.
- Sepeda motor hanya diperuntukkan hanya untuk dua orang.
- Sepeda motor yang digunakan dijalan memenuhi persyaratan teknis dan laik jalan.
- Pengemudi dan penumpang wajib menggunakan helm yang telah direkomendasikan keselamatannya dan terpasang dengan benar.

BEBERAPA SANKSI HUKUM TERHADAP PELANGGARAN MENGUMUDI SEPADA MOTOR

- Sepeda motor yang tidak memenuhi persyaratan teknis dan laik jalan dipidana dengan pidana kurungan 3 bulan atu denda setinggi-tingginya Rp.3.000.000.
- Pengemudi sepeda motor yang tidak dapat menunjukkan SIM dipidana dengan pidana kurungan paling lama 2 bulan atau denda setinggi-tingginya Rp.2.000.000 dam.apabila pengemudi tidak memiliki SIM dipidana dengan pidana kurungan paling lama 6 bulan atau denda setinggi-tingginya Rp.6.000.000

- Pengemudi dan penumpang sepeda motor tidak memakai helm pada saat mengendarai dipidana dengan pidana kurungan paling lama 1 bulan atau denda setinggi-tingginya Rp.1.000.000

BAB 3 – TETAP PRIMA SAAT BERKENDARA

Berkendara sepeda motor lebih banyak tuntutannya daripada mengemudi mobil. Tiga faktor penting yang dapat menghambat berkendara dengan aman antara lain :

- Alkohol
- Obat-obatan lain
- Kelelahan

ALKOHOL

Alkohol memainkan peran penting dalam kecelakaan yang menyebabkan cedera serius. Dari sekian banyak pengendara yang tewas dalam kecelakaan sebesar di Victoria Australia 20% disebabkan kandungan kadar alkohol dalam darah sebesar 0.5. Pengendara sepeda motor tidak boleh memiliki kandungan alkohol dalam darah mereka melebihi dari ambang batas pada saat mereka berkendara. Ingatlah, efek dari alkohol ini bertahan lama dalam tubuh anda. Jika anda habis minum alkohol pada malam hari, anda masih memiliki kandungan alkohol dalam darah anda pada keesokan paginya.

Alkohol dan berkendara merupakan kombinasi yang sangat fatal. Beberapa hal yang harus anda sadari antara lain :

- *Alkohol mempengaruhi penilaian anda.*
  Anda akan mengalami kesulitan dalam menilai jarak aman, kecepatan anda dan kecepatan kendaraan lain.
- *Alkohol mempengaruhi keseimbangan anda.*

Bahkan dalam jumlah yang sedikit sekalipun dapat membuat anda sulit untuk menjaga keseimbangan anda.

- *Alkohol memberi anda rasa percaya diri semu.*
  Anda mungkin tidak menyadari seberapa besar alkohol mempengaruhi anda dalam berkendara dan seberapa besar resiko yang akan anda hadapi.

- *Alkohol membuat anda sulit melakukan lebih dari satu hal dalam saat yang sama.*
  Anda harus dapat berkonsentrasi ketika berkendara sepeda motor dan mengetahui posisi pengguna jalan lainnya. Jika anda baru saja mengkonsumsi minuman beralkohol, anda mungkin saja mampu mengendarai sepeda motor tetapi tidak dapat memperhatikan hal penting lainnya seperti *traffic light*, mobil dari samping jalan atau pejalan kaki yang sedang menyeberang.

- *Alkohol dapat membuat anda lelah.*
  Alkohol akan membuat raksi anda menjadi lambat dan dapat membuat celaka.

OBAT-OBATAN LAIN

Obat-obatan dan narkoba akan membuat anda lemah, pusing atau mengantuk. Periksakan ke dokter atau ahli farmasi jika obat yang anda konsumsi mempengaruhi kemampuan anda berkendara.

Ganja merupakan salah satu jenis narkoba yang dapat mempengaruhi kemampuan anda dalam berkendara, karena mempengaruhi perhatian anda dan mengurangi kemampuan anda dalam memproses informasi yang diterima.

Mengkombinasi obat-obatan dengan alkohol atau obat-obatan lain juga akan mempengaruhi anda dalam berkendara. Berhati-hatilah dan periksakan kepada dokter anda atau ahli farmasi anda. Jika anda tidak yakin, jangan berkendara.

Catatan :

Jika anda memiliki kondisi kesehatan yang dapat mempengaruhi kemampuan anda dalam berkendara, sebaiknya anda mencari tahu apakah anda dapat memiliki izin berkendara.

KELELAHAN

Mengendarai sepeda motor lebih membutuhkan stamina yang lebih baik dibanding mengendarai mobil. Kelelahan akan mengurangi kemampuan anda untuk dapat mengambil keputusan cepat dan membuat anda sulit berkonsentrasi. Keseimbangan anda dan pandangan anda akan terpengaruhi pula.

Untuk mencegah kelelahan :

- Lindungi diri anda dari cuaca. Angin dan hujan membuat anda cepat lelah, gunakanlah pakaian yang dapat membuat anda hangat dalam kondisi tsb. Bahkan dalam kondisi hangat anda tetap memerlukan pakaian yang dapat melindungi anda. Matahari, angin dan dehidrasi dapat membuat anda cepat lelah pula.
- Batasi jarak tempuh anda. Jarak tempuh dekat sangat baik untuk pengendara pemula.
- Hindari alkohol dan obat-obatan.
- Rencanakan perjalanan anda.
- Cukup beristirahat sebelum anda memulai perjalanan.
- Berkendara pada jam saat anda beraktivitas.
- Hindari mengakhiri perjalanan pada tengah malam.
- Berhenti, beristirahat, makan, dan minum sesuatu secara beraturan.

TES PENGETAHUAN ANDA

1. Anda akan melakukan perjalanan, tetapi anda sedang sakit flu. Anda harus harus :
   A. meminum obat agar anda merasa lebih baik.
   B. Tanyakan pada dokter anda atau pada ahli farmasi apakah obat flu dapat membuat anda mengantuk.
   C. Pergi ke tempat yang anda tuju secepat mungkin agar anda dapat beristirahat ketika anda tiba.

2. Anda akan menuju ke tempat yang memiliki kondisi cuaca hangat dengan temperatur sekita 25 derajat. Anda akan :
   A. Tiba di tempat tujuan dalam waktu enam jam karena kondisi sedang baik.
   B. Tiba di tempat tujuan dengan satu kali berhenti karena kondisi sedang baik.
   C. Berhenti secara teratur untuk beristirahat dan minum.

3. Berikut adalah tiga tipe dari obat-obatan yang sering dipakai : alkohol, obat yang diberikan oleh dokter dan obat yang dijual bebas. Obat-obatan mana yang akan mempengaruhi anda dalam berkendara:
   A. hanya alkohol.
   B. Hanya obat yang diberikan oleh dokter anda
   C. Ketiga obat-obatan.

Jawaban : 1)B 2)C 3)C

BAB 4 - BERSIAP BERKENDARA , PERLENGKAPAN YANG TEPAT DAN SEPEDA MOTOR YANG TEPAT

KESELAMATAN UNTUK PENGENDARA

Menggunakan pakaian yang tepat sangatlah penting untuk keselamatan anda karena akan melindungi anda dan membantu anda dapat terlihat oleh pengguna jalan lain. Pakaian yang tepat meliputi :

- Helm
- Pelindung mata dan wajah
- Pakaian pelindung
- Sepeda motor yang tepat sesuai tujuannya

HELM

Berdasarkan hukum yang berlaku, setiap pengendara dan penumpang harus menggunakan helm yang sesuai standar yang berlaku dan harus terpasang erat di kepala. Helm merupakan bagian yang penting dari perlengkapan yang penting bagi semua pengendara sepeda motor. Helm akan membantu mengurangi luka serius yang mungkin timbul ketika anda terjatuh dari sepeda motor anda.

Periksaan alat perlindungan kepala

Helm anda harus :

- Dalam kondisi baik. Bahkan helm yang baik sekalipun didesain untuk melindungi satu benturan. Hal ini termasuk ketika dijatuhkan pada permukaan yang keras. Sebab itu, anda **jangan membeli**

helm bekas, karena anda tidak tahu kondisi helm tersebut.

- Periksa helm anda secara berkala. Masa pakai helm dapat berkurang setiap anda memakainya. Anda harus memeriksanya apakah terdapat retak, kondisi lapisan dalam helm, bahan material yang terlepas, hal ini merupakan tanda bahwa anda harus membeli helm baru.
- Ikat helm dengan benar ketika anda menggunakannya. Helm yang longgar sama bahayanya dengan anda tidak memakainya sama sekali.
- Dapat mudah terlihat. Pertimbangkan warna putih, merah, kuning atau jingga.
- Bersihkan dengan air dan sabun yang lembut. Jangan gunakan bensin, atau bahan kimia lainnya karena dapat merusak helm. Untuk alasan yang sama, jangan mengecat atau memasang stiker pada helm anda. (pihak produsen wajib merekomendasikan cara membersihkan helm anda.)

PELINDUNG MATA DAN WAJAH

Mata dan wajah anda membutuhkan perlindungan dari angin, debu, hujan, binatang kecil dan bebatuan, pelindung wajah dapat memberi perlindungan dari hal tersebut.

Pemeriksaan alat perlindungan mata dan wajah yang baik
Pelindung wajah harus :

- Memenuhi persyaratan standar yang berlaku. Periksalah hal ini sebelum anda membeli pelindung mata.
- Tidak ada goresan.
- Tidak membatasi pandangan anda dari berbagai arah.
- Dapat diikat erat sehingga tidak mudah bergeser.

Jika anda memakai kacamata pastikan kacamata tersebut cocok untuk berkendara sepeda motor dan tahan terhadap benturan.

Catatan :

Kacamata berwarna tidak boleh digunakan pada malam hari karena dapat mengurangi jumlah cahaya yang menuju mata anda hingga membuat anda sulit melihat.

PAKAIAN PELINDUNG

Pakaian yang tepat membantu melindungi anda dari cedera, membantu anda mudah dilihat pengguna jalan lain dan membuat anda nyaman selama berkendara. Pengendara sepeda motor cenderung terserang berbagai macam kondisi cuaca. Berkendara pada cuaca dingin dapat menyebabkan demam dan kelelahan. Bahkan pada cuaca cerah tanpa perlindungan yang tepat, angin dapat menyebabkan temperatur tubuh anda menurun. Hal ini berakibat pada konsentrasi anda dan menurunkan refleks anda.

Pakaian yang tepat saat berkendara melindungi anda dari kedinginan, kondisi dingin dan dehidrasi, angin dan matahari. Pakaian yang didesain untuk berkendara sepeda motor adalah yang paling baik. Hal ini sangatlah penting ketika berkendara di kondisi dingin. Pakaian lain yang tidak cocok dapat sobek, dan membuat pakaian menggelembung karena udara yang masuk saat anda berkendara. Pakaian tersebut juga mengurangi perlindungan saat terjadi kecelakaan.

Berbagai sepeda motor untuk berbagai tujuan

- **Sepeda motor harian.** Sepeda motor ini didesain untuk berjalan di jalan raya. Bannya dibuat agar mampu menapak dengan baik di jalan raya.
- **Sepeda motor trail.** Sepeda motor ini biasanya digunakan untuk berkendara di jalan aspal dan non aspal. Sepeda motor ini dilengkapi dengan lampu sehingga dapat digunakan di jalan raya.
- **Sepeda motor off-road.** Sepeda motor ini didesain untuk kegiatan rekreasi seperti motokros, dan bertualang. Jenis ini tidak dapat digunakan ji jalan raya. Jenis ini juga biasanya tidak dilengkapi dengan surat dan lampu serta indikator.
- **Sepeda motor roda tiga.** Jenis ini lebih kepada sepeda motor dengan tiga roda, tetapi bukan sepeda motor dengan tambahan kereta tempel di bagian sisinya.

Pemeriksaan pakaian anda

Jaket dan celana anda harus :

- Menutup seluruh lengan dan kaki anda, bahkan pada cuaca panas.
- Melekat erat pada leher, pergelangan tangan, pinggang anda saat anda berkendara.
- Membuat anda hangat dan tetap kering. Bahan jaket ari kulit melindungi anda dari gesekan, tetapi tidak cocok saat hujan dan cuaca dingin. Bahan katun yang dilapis lilin dan bahan sintetis yang di tujukan untuk berkendara sepeda motor merupakan pilihan yang baik pula.
- Gunakan warna cerah.

Sarung tangan anda harus :

- Didesain untuk berkendara sepeda motor.
- Terbuat dari kulit atau bahan sintetis berkulaitas lainnya.
- Melindungi tangan anda dan memberi anda kemampuan menggenggam setang motor dengan baik dan tetap mampu mengendalikan sepeda motor anda.

- Muat pada tangan anda dengan baik dan terdapat lubang sirkulasi.
- Memiliki ruang yang cukup untuk jari anda agar anda mudah menekuk tangan anda saat mengoperasikan sepeda motor anda.
- Melindungi tangan anda dari angin dan hujan.

Sepatu anda harus :

- Didesain untuk berkendara sepeda motor dan terbuat dari kulit atau bahan sintetis kuat lainnya.
- Melindungi pergelangan kaki.
- Memiliki alas sepatu yang mampu menapak dengan baik dan memiliki bagian yang diperkuat sebagai perlindungan tambahan.
- Tidak memiliki anting-anting, tali-tali atau sisi yang elastis. Hal tersebut dapat menimbulkan masalah bagi anda, dapat menyangkut pada motor atau pada saat anda kecelakaan. Hal ini akan membuat kaki anda tidak terlindungi.

SEPEDA MOTOR YANG TEPAT UNTUK TUJUAN YANG TEPAT

Memilih sepeda motor yang cocok/sesuai untuk anda dan kebutuhan anda adalah keputusan penting yang harus dipilih oleh seorang pengendara. Sepeda motor yang cocok akan memberi anda pengendalian yang baik.

Anda harus mempertimbangkan ukuran tubuh anda ketika memilih sepeda motor. Beberapa sepeda motor berukuran besar dan sangat berat. Hal ini dapat mempengaruhi kemampuan anda untuk menyeimbangkan dan mengendalikan sepeda motor tersebut. Pastikan bahwa kaki anda mampu berpijak ke tanah dengan baik ketika memilih sepeda motor.

Pemeriksaan sebelum berkendara
Anda harus memeriksa sepeda motor anda setiap anda akan berkendara
Alat Kendali

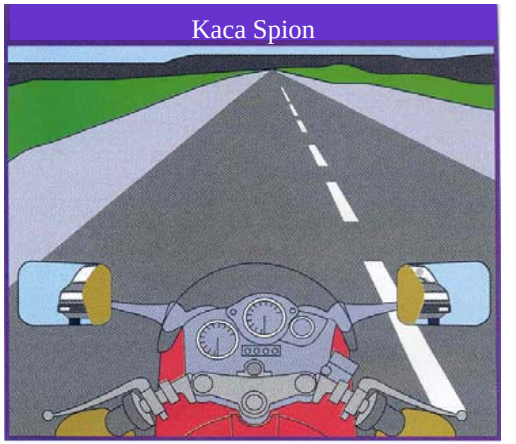
- **Rem –** periksa rem depan dan belakang pada saat bersamaan. Tiap rem harus dapat menghentikan kendaraan dengan baik saat melaju.
- **Kopling dan gas –** kedua alat harus dapat berfungsi dengan halus. Gas harus segera berbalik ketika anda telah melepasnya.
- **Kabel-kabel** – pastikan semua kabel dan tali dalam kondisi baik, berfungsi secara halus dan dan tidak terdapat kabel yang kusut dan dalam keadaan terurai.

Ban

- **Tekanan –** Periksa tekanan ban (khususnya saat ketika kondisi ban masih dingin) karena berpengaruh pada pengendalian. Hal ini tercantum dalam buku manual kebdaraan anda.
- **Tapak ban -** ban dengan permukaan yang tidak rata merupakan hal yang dapat membahayakan anda saat berkendara, khususnya pada saat melintas di jalan yang licin. Tapak ban harus memiliki alur kedalaman sedikitnya 1mm. Tiap ban memiliki indikator tapak ban. Sisi ban anda tidak boleh memiliki lebar lebih dari tapak ban anda. Jika ban anda mulai tidak rata, anda harus lebih hati-hati dalam berkendara.
- **Kerusakan -** periksalah apakah terdapat pecahan pada tapak ban anda, paku, ataupun potongan benda tajam lainnya. Bahkan sebuah lubang kecil sangatlah berbahaya bagi anda.

Lampu dan sein
Pastikan bahwa semua lampu utama dan sein dalam keadaan bersih dan dapat bekerja dengan baik.

- **Indikator –** periksa semua lampu sein dan pastikan bahwa sein dapat berkedip dan cuku terang sehinga dapat terlihat dengan baik.
- **Lampu utama -** periksalah lampu utama anda dengan menaruh tangan anda di depan lampu utama saat lampu dalam keadaan menyala untuk memastikan bahwa lampu bekerja dengan baik, pada malam hari periksa lampu dim, untuk memastikan bahwa lampu jauh dan dekat dapat bekerja dengan baik pula.
- **Lampu rem –** coba semua tuas rem anda dan pastikan bahwa semua rem dapat menyalakan lampu rem anda. Periksa nyala lampu rem dengan menaruh tangan anda di depan lampu rem atau dengan melihat pantulan cahanya pada dinding.
- **Klakson –** periksa klakson anda dan pastikan dapat bunyi dengan baik.



Spion

Bersihkan dan setel posisi spion sebelum anda mulai berkendara. Sangat berbahaya jika anda menyetel spion anda pada saat anda berkendara. Spion anda harus disetel agar anda dapat melihat area di belakang anda. Anda harus dapat melihat lajur di sebelah anda dan di belakang anda pada kaca spion.

Pengoparsian Teknis

Bahan bakar dan oli - periksa jumlah oli dan bahan bakar sebelum anda berkendara. Jangan berkendara saat bahan bakar sudah menggunakan cadangan, karena pada saat bahan bakar cadangan habis, dapat merepotkan anda. Kekurangan oli juga dapat menyebabkan kerusakan pada mesin anda dan dapat membuat mesin

berhenti mendadak dan menyebabkan anda kehilangan kendali.

Rantai – periksa rantai sepeda motor anda apakah telah dilumasi dan setelannya telah tepat. Baca buku manual kendaraan anda untuk mengetahui perawatan mengenai rantai. Sepeda motor anda harus dilengkapi dengan pelindung rantai agar pakaian anda tidak tersangkut pada rantai terkecuali rantai sudah tertutup oleh rangka.

Mengendarai sepeda motor pinjaman

Anda harus ekstra waspada ketika mengendarai sepeda motor pinjaman. Sangatlah penting untuk mencoba terlebih dahulu agar anda terbiasa sebelum anda berkendara.

Jika anda meminjam sepeda motor yang harus anda lakukan adalah :

- Periksa alat kendali yang ada apakah bekerja dengan baik, terutama indikator, klakson, lampu utama, penunjuk bahan bakar dan saklar mesin. Periksa handel gas, kopling dan rem dan bagaimana pola pengoperasian perseneling. Pastikan anda dapat mengoperasikannya tanpa perlu melihat.
- Lakukan pemeriksaan yang sama (ban, lampu utama, jumlah bahan bakar dan oli) seperti anda mengendarai sepeda motor anda sendiri.
- Berkendara lebih hati-hati. Membelok dengan pelan dan berhenti dengan jarak agak jauh.

TES PENGETAHUAN ANDA

1. Jimmy ingin membeli helm bekas yang masih terlihat baru dan dengan warna terang. Ia harus :
   A. Pilih yang paling bagus dengan warna terang.
   B. Jangan memilih helm bekas karena tidak tahu kerusakan yang mungkin ada.
   C. Pilih helm dengan penutup wajah.

2. Pelindung kaki yang terbaik untuk berkendara sepeda motor adalah :
   A. Sendal
   B. Sepatu kets
   C. Sepatu kulit yang didesain untuk berkendara sepeda motor

3. Alasan utama menggunakan pakaian yang didesain untuk berkendara adalah:
   A. Membuat anda hangat
   B. Melindungi anda saat terjatuh
   C. Kedua jawaban benar

4. Bobby baru saja mendapatkan izin belajar berkendara dan ingin meminjam sepeda motor milik temannya. Sebelum berkendara ia harus :
   A. Periksa jumlah bahan baker
   B. Periksa alat kendali, indikator dan kaca spion
   C. Minta dibonceng oleh pemilik sepeda motor tsb.

Jawaban : 1)B 2)C 3)C 4)B

BAB 5 – KENDALI KESELAMATAN PADA SEPEDA MOTOR ANDA

Agar dapat berkendara sepeda motor dengan selamat anda harus mampu menguasai kendali, kecepatan, dan keseimbangan sepeda motor anda. Berkendara sepeda motor dengan selamat membutuhkan banyak praktek dengan menggunakan teknik berkendara untuk :

- Posisi tubuh
- Membelok
- Posisi jalan
- Pengereman
- Pengoperasian transmisi
- Berkendara pada jalan menanjak

POSISI TUBUH

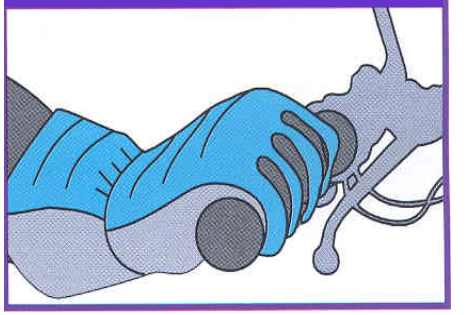
Posisi tubuh yang tepat sangatlah penting dalam mengendalikan sepeda motor anda dan berkendara dengan aman. Hal ini membutuhkan posisi tubuh yang tepat, posisi pada jok, posisi tangan, siku, dan kaki.

Posisi tubuh. Posisi tubuh yang tepat haruslah nyaman. Kepala anda harus tegap ke depan dengan pandangan lurus ke depan pula. Tangan anda harus mampu mengendalikan sepeda motor, bukan untuk menopang tubuh anda.

Jok. Duduklah dekat dengan setang agar mudah menjangkaunya. Anda harus dapat membelokkan setang tanpa kesulitan.

Posisi Tangan. Untuk mengendalikan handel gas, tahan handel dengan kuat biarkan pergelangan tangan anda di bawah dengan bagian jari anda berada di atas. Posisi ini akan membantu pengendalian sepeda motor di berbagai kondisi.

Posisi Pergelangan Tangan



Siku. Posisi siku yang tepat akan memberikan pengendalian yang baik pula. Agar dapat menjaga posisi tubuh yang baik saat mengerem dan untuk menahan guncangan dari roda depan, usahakan agar siku anda tetap menekuk.

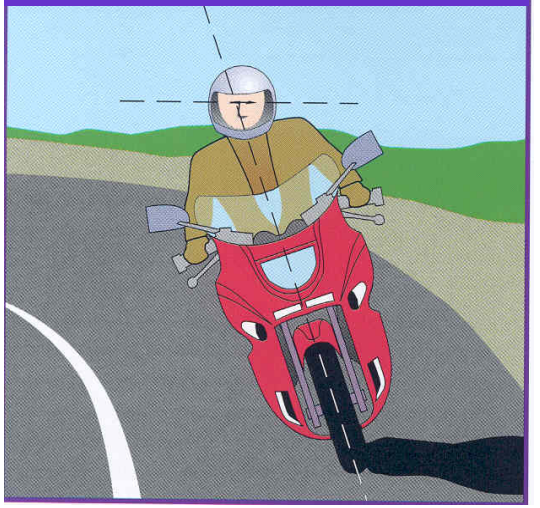
Posisi lutut. Untuk menyeimbangkan dan menjaga kendali ketika membelok, berjalan pelan atau berakselerasi, eratkan lutut anda pada tangki bahan bakar.

Posisi Kaki. Ketika anda berjalan, pastikan kaki anda berada di atas pijakan kaki dan dekat dengan pedal rem dan persneling agar anda dapat cepat menggunakannya sewaktu-waktu. Jangan biarkan kaki anda terseret di atas jalan. Anda dapat kehilangan kendali atau bahkan mengalami cedera.

MEMBELOK

Sangatlah penting bagi anda untuk melatih gerakan membelok dengan menggunakan metode yang tepat. Untuk melakukan ini, anda harus menempatkan sepeda motor anda dalam posisi aman, pelan dan membaringkan sepeda motor anda saar membelok.

Posisi yang tepat untuk membelok



Saat membelok batasi kecepatan anda dan mendekat ke belokan dengan hati-hati. Berjalan perlahan dan jika diperlukan, turunkan posisi gigi sebelum membelok. Lalu, atur pengoperasian gas saat keluar tikungan dan posisi kendaraan sudah tegak.

Anda harus merebahkan sepeda motor anda ketika membelok. Semakin tajam tikungan atau semakin kencang anda berjalan anda harus semakin rebah juga. Saat anda merebahkan kendaraan, jaga posisi tubuh anda dengan posisi kepala tegak dan pandangan mengarah ke depan/arah jalan. Lihat ke arah yang anda tuju. Posisi kepala dan arah pandangan yang tepat merupaka unsur vital dalam membelok.

POSISI JALAN

Sangatlah penting untuk memposisikan kendaraan anda untuk melihat situasi jalan yang lebih baik dan agar dapat terlihat oleh pengguna jalan lain.

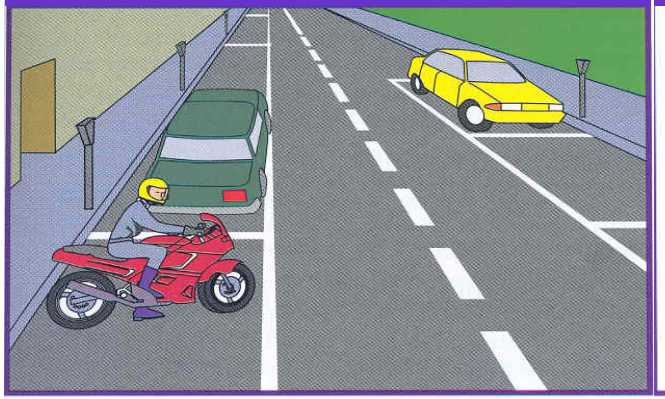
- Pada sebuah tikungan, arahkan kendaraan pada lajur yang dituju agar anda dapat melihat dengan jelas saat melintasi sebuah tikungan.

- Pada pinggir jalan, belokkan motor dari kerb hingga anda dapat melihat kedua arah arus lalu lintas. Hal ini merupakan keuntungan ketika melakukan balik arah.

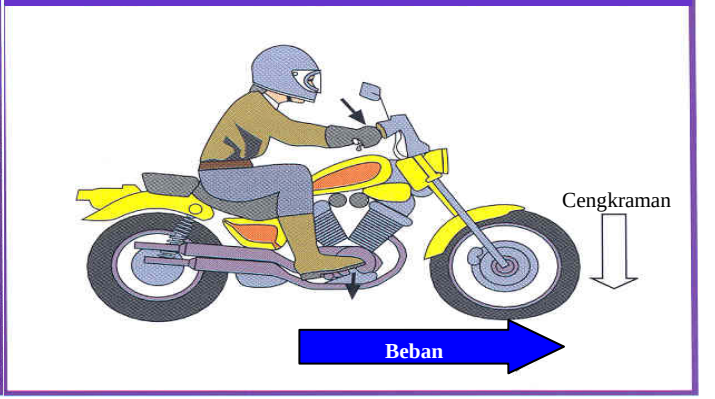
- Pada perempatan sebuah kendaraan mungkin saja masuk ke dalam lajur anda. Melajulah ke perempatan dengan pelan. Ketika pengendara lain mengerem secara mendadak, anda memiliki kesempatan berhenti atau membelok yang baik. Jaga jarak anda dengan kendaraan lain saat di perempatan dan berganti arahlah dengan hati-hati. Berjalanlah sejauh mungkin dari kendaraan lain selama kondisi jalan dan arus lalu lintas memungkinkan.

MENGEREM

Memposisikan Sepeda Motor Anda



Teknik Mengerem Yang Tepat



Sepeda motor anda memiliki rem depan dan belakang. Anda harus menggunakan keduanya untuk berhenti atau menurunkan kecepatan anda. Rem depan merupakan rem yang paling handal. Rem depan dapat membantu pengereman anda hingga 90% saat anda berhenti mendadak.
Teknik pengereman yang tepat merupakan hal penting untuk keselamatan anda dan membutuhkan

latihan yang rutin. Saat anda berkendara pada kecepatan konstan, berat kendaraan tersebar rata antara roda depan dan belakang. Saat anda mengerem, berat kendaraan bergerak dari roda belakang ke roda depan. Semakin keras anda mengerem, semakin berat juga perpindahan beban sepeda motor ke roda depan.perpindahan berat ini membuat roda depan menapak dengan baik (dan roda belakang kurang menapak).

- Pengereman yang tepat merupakan perpaduan antara menutup handel gas dan melakukan pengereman pada kedua roda pada saat yang sama, ketika menurunkan posisi transmisi sebelum anda berhenti. Hal ini cukup sering terjadi pada saat yang sama tetapi tanpa membuat roda mengunci.

- Anda harus mengerem dengan halus sebelum memasuki tikungan lebih baik sebelum berada di dalam tikungan.

- Gunakan keempat jari anda untuk meraih tuas rem depan anda ketika berkendara. Hal ini untuk mencegah jari anda terjepit di antara handel gas dan tuas rem.

- Ingatlah untuk selalu menjaga keseimbangan anda ketika mengerem. Tegakkan kepala anda, lihat ke arah yang dituju dan jaga posisi tubuh yang tepat untuk meredam guncangan jalan ketika mengerem.

- Ban akan kekurangan kemampuan menapak pada jalan basah atau permukaan yang licin. Jangan mengerem dengan keras dan mendadak karena akan membutuhkan waktu untuk perpindahan berat kendaraan. Hal ini akan menyebabkan roda depan mengunci. Jika roda depan mengunci segera lepas tuas rem dan lakukan lagi dengan halus.

PENGOPERASIAN TRANSMISI

Perpindahan perseneling dengan halus dan tepat dapat meningkatkan kendali anda atas sepeda motor anda. Memilih posisi persenelingyang tepat pada kecepatan yang tepat sangat penting saat anda ingin cepat dalam berakselerasi.

Saat anda ingin berjalan pelan, kurangi kecepatan lalu turunkan posisi perseneling pada posisi yang sesuai. Pada situasi pengereman normal anda harus memposisikan perseneling pada posisi satu. Jika anda berjalan sangat kencang ketika anda pindahkan perseneling ke posisi rendah, sepeda motor akan bergerak liar dan roda akan selip.

Penurunan perseneling pada tikungan – Sangat penting untuk merubah posisi perseneling sebelum memasuki tikungan atau setelah keluar tikungan. Hindari mengganti perseneling baik lebih tinggi atau rendah saat membelok kecuali memungkinkan dan diperlukan. Perpindahan posisi perseneling mendadak dapat mengurangi kendali anda dalam berkendara dan akan membuat anda tergelincir.

BERKENDARA PADA JALAN MENANJAK

Sangatlah sulit berkendara pada jalan menanjak daripada jalan yang rata. Akan selalu ada kemungkinan sepeda motor anda akan mundur.

Untuk mulai berkendara pada jalan menanjak anda harus gunakan rem depan untuk menahan sepeda motor. Nyalakan mesin dan mulai pada posisi perseneling satu. Lalu ganti dengan rem belakang untuk menahan kendaraan. Lepaskan rem depann agar anda dapat menggunakan handel gas dengan tangan kanan anda.

UJI PENGETAHUAN ANDA

1). Maliq sedang mengendarai sepeda motor pada lajur kanan pada jalan terbuka dan akan menghadapi tikungan ke kanan yang tajam. Ia harus :

A. memelankan sepeda motornya sebelum tikungan, dan gunakan handel gas dengan hati-hati saat keluar tikungan.
B. Jaga kecepatan yang sesuai dan mendekat ke tikungan, gunakan rem dengan halus setelah mulai membelok.
C. Jaga kecepatan yang sesuai di sekitar tikungan dan langsung membelok pada lajur jika diperlukan.

2). Anna sedang menunjukkan pada adiknya bagaimana duduk di atas sepeda motor dengan posisi yang baik. Ia harus duduk :

A. pada belakang jok dengan posisi tangan lurus hingga ia mudah membelok.
B. Mendekat pada setang hingga bisa membungkukkan badan dan dapat melihat jalan lebih jelas.
C. Cukup dekat ke setang agar mudah diraih dengan tangan menekuk hingga ia dapat membelok tanpa harus meregang.

3). Saat anda membelok, sangatlah penting untuk :

A. menempatkan kaki anda pada pedal dekat tuas operasional.
B. Gunakan kaki anda untuk menjaga keseimbangan dalam tikungan dengan kaki menapak sedikit-sedikit pada jalan.
C. Gunakan kaki anda untuk menjaga keseimbangan dengan menempatkan tumit anda pada jalan saat anda masuk tikungan.

4). Tom ingin berhenti dengan normal pada *traffic light*. Ia harus :

A. gunakan rem belakang sebelum menggunakan rem depan.
B. Hanya gunakan rem belakang.
C. Gunakan rem depan dan belakang.

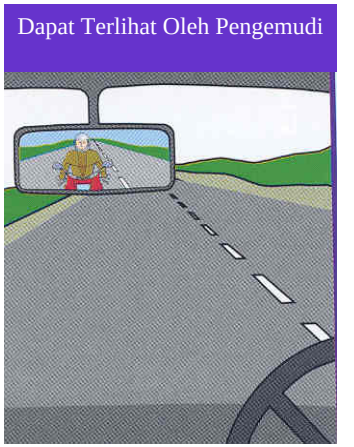
5). Saat ingin berhenti dengan normal anda harus :

A. kurangi kecepatan dan turunkan posisi gigi hingga posisi satu.
B. Rem dengan keras dan pindahkan pada posisi gigi rendah.
C. Pindahkan pada posisi terrendah secepatnya agar anda berhenti dengan cepat pula.

Jawaban : 1)a, 2)c, 3)a, 4)c, 5)a

BAB 6 – MEMPOSISIKAN AGAR TERLIHAT OLEH PENGGUNA JALAN LAINNYA

Agar selamat di jalan sangatlah penting untuk terlihat dan posisi yang tepat. Jangan beranggapan pengendara lain dapat melihat anda. Sebagai seorang pengendara sepeda motor anda harus melakukan banyak hal untuk memastikan bahwa anda terlihat. Hal yang membantu anda agar terlihat :



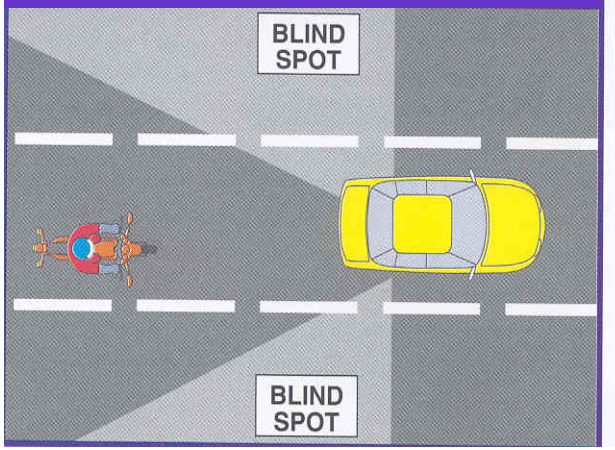
- Posisi jalan
- Lampu utama
- Lampu indicator
- Menggunakan klakson
- Pakaian berkendara yang mampu melindungi
- Menggunakan sepeda motor besar.

POSISI JALAN

Gunakan posisi anda pada jalan untuk membantu anda agar pengguna jalan lain melihat anda. Ketika berjalan di sisi kanan jalan anda dapat terlihat oleh pengguna jalan lain baik dari kaca spion belakang maupun kaca spion samping mobil di depan anda. Anda harus dapat terlihat oleh kendaraan oleh kendaraan dari arah depan anda, sejelas anda melihat kendaraan tersebut. Permukaan jalan akan lebih aman dari sisi tersebut dan anda akan dapat menghindari lubang maupun benda lain di sisi jalan dan tapak bekas oli di yang berada tengah lajur.

Pengemudi biasanya lupa untuk mengecek sisi samping (melihat di sisi bahunya) untuk memeriksa

Menghindari Berkendara Dalam Posisi Blind Spot



keadaan jalan di belakang. Untuk memastikan bahwa anda dapat terlihat, berkendaralah di mana pengemudi/pengguna jalan lain dapat melihat anda.

Ketika berkendara di jalan dengan banyak lajur, seperti jalan raya, anda harus :

- Menghindari berjalan di lajur tengah karena anda harus melihat arus lalu lintas di kedua sisi anda.
- Berjalan di sisi kanan kendaraan di depan anda, ketika berjalan di lajur kiri.
- Berjalan di sisi kiri kendaraan di depan anda, ketika berjalan di lajur kanan.

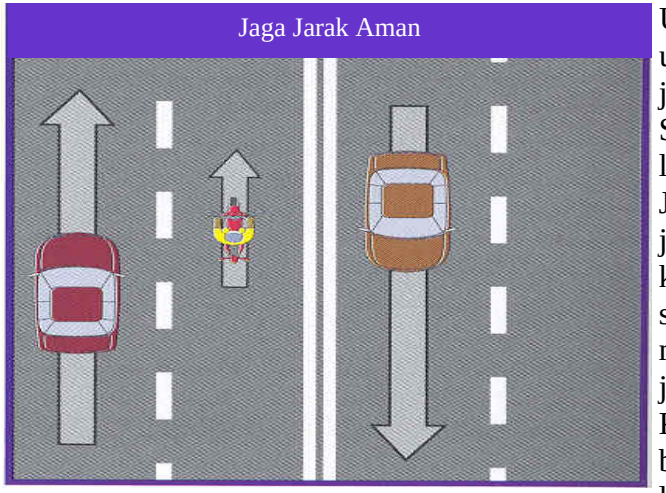
Jika tidak ada kendaraan lain di depan anda berjalanlah di lajur yang semestinya.

Dengan berkendara pada posisi ini anda akan membuat pengemudi lain sulit/ragu-ragu untuk berbagi lajur dengan anda dan menghindar terdorong/terbawa ke lajur berlawanan atau ke luar lajur.

Hati-hatilah pada perempatan di mana pengendara sering terlibat kecelakaan. Pilih posisi lajur yang akan membuat anda dapat melihat dan terlihat oleh kendaraan lain. Berjalan perlahan bila ada mobil yang berhenti pada perempatan karena pandangan pengemudi lain mungkin saja terhalang.
Cobalah untuk menatap/kontak mata ke pengemudi dari arah depan anda, khususnya jika mereka terlihat akan melintas/memotong lajur anda. Bagaimanapun juga, jangan bergantung pada hal ini dan

selalu siap untuk bertindak menghindari tabrakan.

LAMPU UTAMA



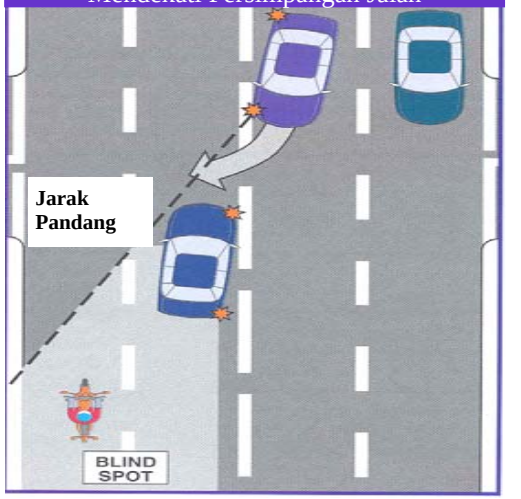
Untuk membantu anda agar terlihat, nyalakan lampu utama anda saat anda berkendara di siang hari, tapi jangan hanya bergantung pada lampu utama saja. Sangat baik untuk menggunakan lampu dekat karena lampu jauh dapat membuat pengendara lain silau. Jika anda berkendara dengan menyalakan lampu jauh, anda harus mengganti dengan lampu dekat ketika kendaraan di depan anda sudah berjarak sekitar 200 meter, atau saat pengendara lain menyalakan lampu dip (agar anda mengganti lampu jauh anda dengan lampu dekat) sesegera mungkin. Ketika berkendara 200 meter atau kurang di belakang kendaraan lain anda harus menyalakan lampu dip.

LAMPU INDIKATOR

Lampu indikator dan lampu belakang anda dapat memberi tahu pengguna jalan lain di belakang anda mengenai arah yang anda tuju dan dapat membuat anda terlihat oleh mereka.

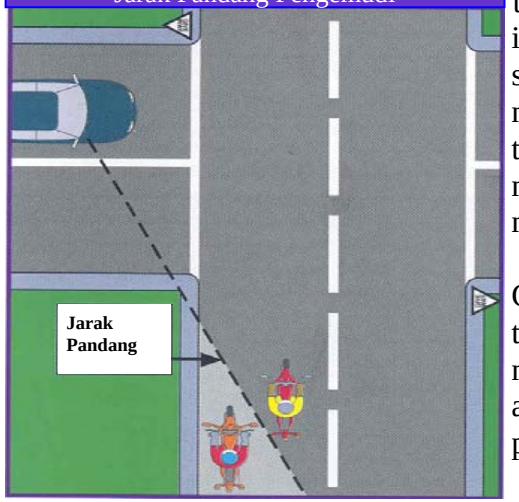
Sebelum anda memasuki jalan yang bercabang atau berpindah jalur, nyalakan lampu sein agak lama agar dapat memberi tanda peringatan yang cukup. Selalu pergunakan lampu indikator (sein) anda ketika akan berpindah jalur. Anda harus lakukan ini meskipun anda mengetahui posisi kendaraan lain di sekitar anda maupun tidak. Lampu indikator anda sangatlah penting dalam membantu ketika anda tidak melihat kendaraan lain.

Mendekati Persimpangan Jalan

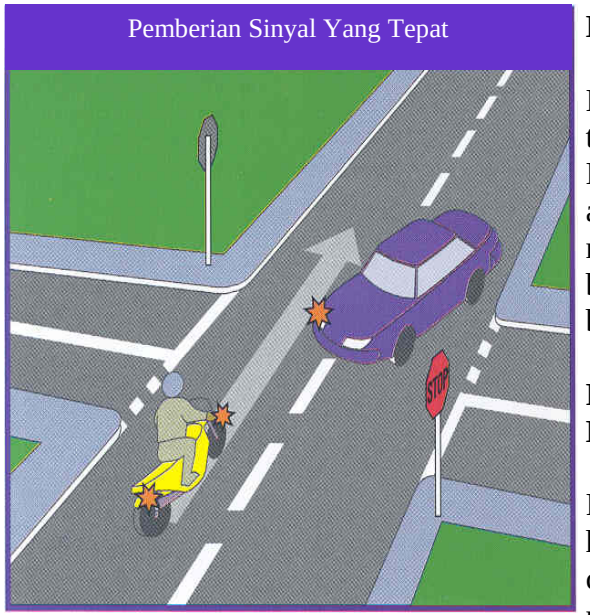


Berikan pesan yang akurat/tepat kepada pengendara lain mengenai arah yang anda tuju. Matikan lampu indikator ketika anda sudah tidak membutuhkannya. Jika tidak, pengemudi mungkin berpikir anda akan membelok dan mungkin akan membahayakan anda.

Jarak Pandang Pengemudi



Gunakan lampu rem belakang anda agar anda semakin mundah terlihat. Injak pedal rem anda dengan lembut sebelum anda memelankan kendaraan anda. Anda dapat lakukan ini ketika anda berjalan pelan atau membelok atau ke arah manapun yang pengemudi lain mungkin tidak mengiranya.



MENGGUNAKAN KLAKSON

Bersiaplah menggunakan klakson anda sebagai tanda/peringatan dari kemungkinan keadaan berbahaya. Hal ini untuk mengingatkan pengguna jalan lain bahwa anda sudah dekat mereka dan untuk berjaga-jaga jika mereka tidak melihat anda. Bagaimanapun juga, jangan beranggapan bahwa klakson anda telah terdengar karena banyak mobil yang memiliki peredam suara yang baik.

PAKAIAN BERKENDARA YANG MAMPU MELINDUNGI

Pertimbangkan menggunakan pakaian berwarna terang, helm dengan warna terang/yang mampu memantulkan cahaya/warna. Kuning, putih, oranye dan merah merupakan warna yang mudah terlihat. Menempelkan lakban/plester yang mampu memantulkan cahaya pada pakaian anda dapat membatu anda terlihat oleh pengguna jalan lain. Pada malam hari pakaian yang dapat memantulkan cahaya/warna dapat lebih terlihat oleh pengguna jalan lain di belakang anda daripada lampu rem anda.

UJI PENGETAHUAN ANDA

1). Tiga hal yang membuat anda dapat lebih terlihat antara lain :

A. berkendara dengan menyalakan lampu anda, berkendara dengan posisi yang mudah terlihat dan menggunakan pakaian berwarna cerah/terang.

B. Nyalakan klakson anda, tetap berjalan di sebelah kanan dan nyalakan sesekali lampu anda.

C. Semuanya benar.

2). Pada persimpangan anda harus :

A. Langsung jalan secepat mungkin.

B. Pilih lajur yang memungkinkan pengguna jalan lain melihat anda.

C. Nyalakan klakson anda lalu jalan secepat mungkin.

Jawaban :

1)A 2)B

BAB 7 – BERJALAN PADA JARAK AMAN

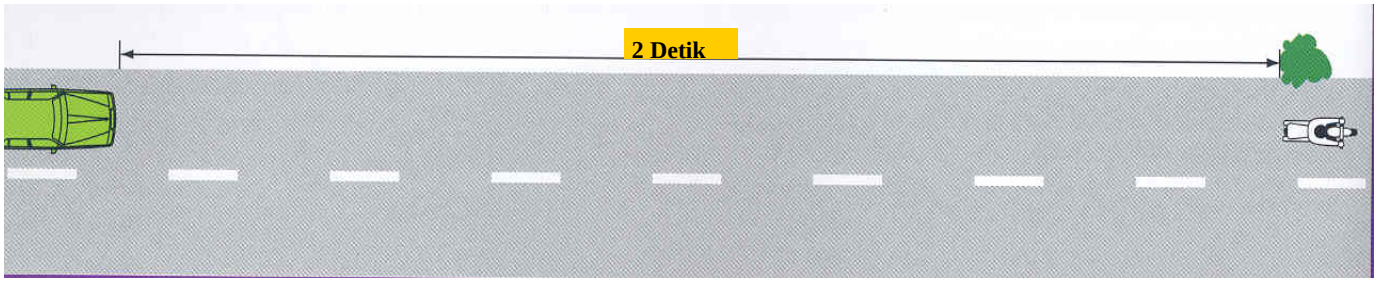
Menjaga jarak yang aman merupakan tanggung jawab anda. Tiga hal yang dapat membantu anda menghindari masalah antara lain :

- **Menjaga jarak aman**
- **Memperhatikan sekitar**
- **Berrencana**

MENJAGA JARAK AMAN

Perlindungan terbaik yang anda miliki adalah jarak – antara anda dan pengguna jalan lainnya. Jika seseorang melakukan kesalahan, jarak yang aman memberikan anda waktu untuk bereaksi dan melihat peluang kemana anda akan menghindar. Inilah yang disebut dengan jarak aman. Anda harus memenuhi unsur :

- **Aman dengan kendaraan di depan**
- **Aman dengan kendaraan di samping**
- **Aman dengan kendaraan di belakang**



Aman dengan kendaraan di depan

Jarak dengan kendaraan di depan anda merupakan hal yang harus anda perhatikan dengan benar. Jarak aman dengan kendaraan di depan memberi anda waktu yang cukup untuk mengurangi kecepatan anda dan ruang yang cukup untuk mengerem dengan aman atau menghindari rintangan yang ada di depan.

Sebagai panduan umum, jarak aman minimum selama dua detik dengan kendaraan di depan sangat penting untuk diperhatikan karena :

- Anda dapat melihat lebih banyak apa yang terjadi di jalan melalui kendaraan di depan pada bagian atas dan sekitar kendaraan tersebut.
- Isyarat lalu lintas, tanda jalan dan tanda bahaya tidak terhalang oleh kendaraan di depan anda.
- Anda memiliki waktu yang cukup untuk merencanakan aksi berkendara anda.

Semakin cepat kendaraan anda, semakin besar juga jarak yang anda butuhkan antara anda dan kendaraan di depan anda.

Semakin dekat anda dengan kendaraan di depan anda, semakin besar pula kemungkinan anda melakukan pengereman dan beresiko kehilangan kendali sepeda motor anda. Berkendara pada jarak yang tidak aman memberikan resiko anda terlibat kecelakaan menabrak kendaraan di depan atau tertabrak kendaraan di belakang anda.

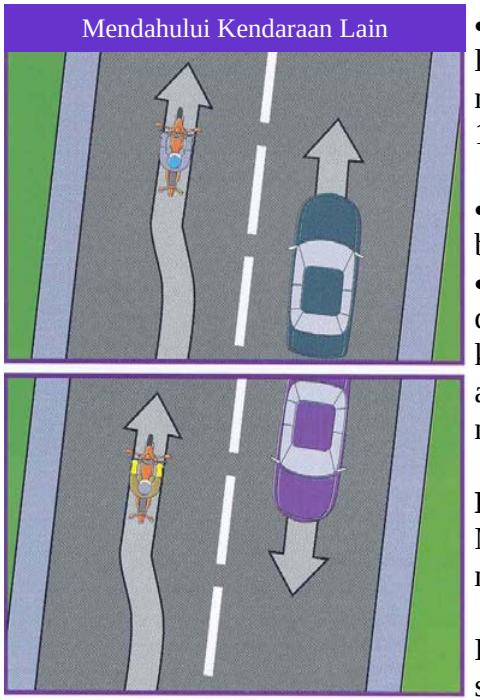
Jika anda terlalu dekat dengan kendaraan di depan anda memerlukan lebih banyak konsentrasi pada memperhatikan gerakan kendaraan di depan anda daripada memperhatikan adanya tanda bahay di depan anda. Anda juga tidak memiliki waktu yang cukup untuk melihat sisi samping kendaraan dan pastikan anda tidak membahayakan keselamatan pengguna jalan lain (contohnya pejalan kaki dan pengendara sepeda).

Terkadang anda perlu meningkatkan jarak waktu anda dengan kendaraan di depan dan tetap berada lebih dari dua detik di belakangnya.
Waktu dan jarak aman yang lebih lama / jauh diperlukan saat :

- Kondisi cuaca yang buruk dan kemampuan pandangan anda berkurang, seperti saat malam hari atau saat turun hujan atau saat berkabut.

- Kondisi jalan yang basah atau licin.

- Kondisi jalan dalam perbaikan.



- Anda berkendara pada jalan bebas hambatan di mana kecepatan lalu lintasnya cukup tinggi (40% kecelakaan lalu lintas yang melibatkan pengendara sepeda motor terjadi saat batas kecepatan 100 km/jam).

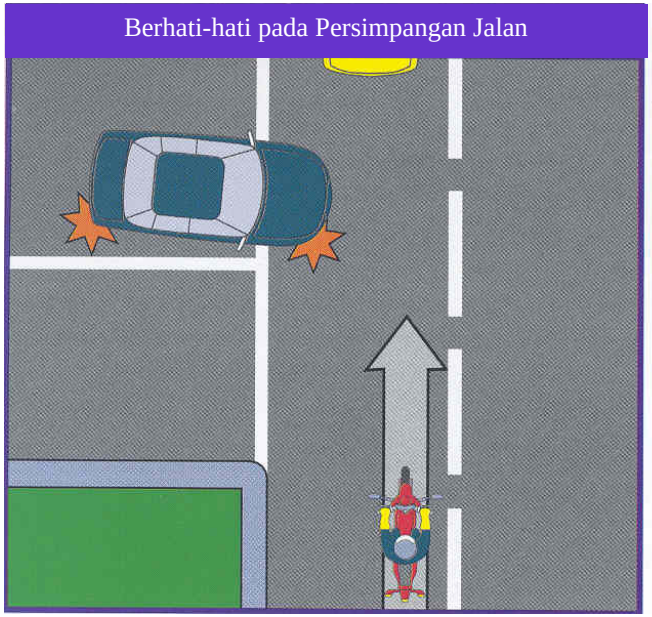
- Ketika anda mulai merasa lelah dan kemungkinan tidak dapat bereaksi dengan cepat.
- Anda berada di belakang kendaraan besar seperti truk atau bus di mana anda sulit untuk melihat keadaan di depan anda. Banyak kendaraan van dan kendaraan roda 4 lainnya terlalu tinggi untuk anda melihat keadaan di depannya melalui kaca kendaraan mereka.

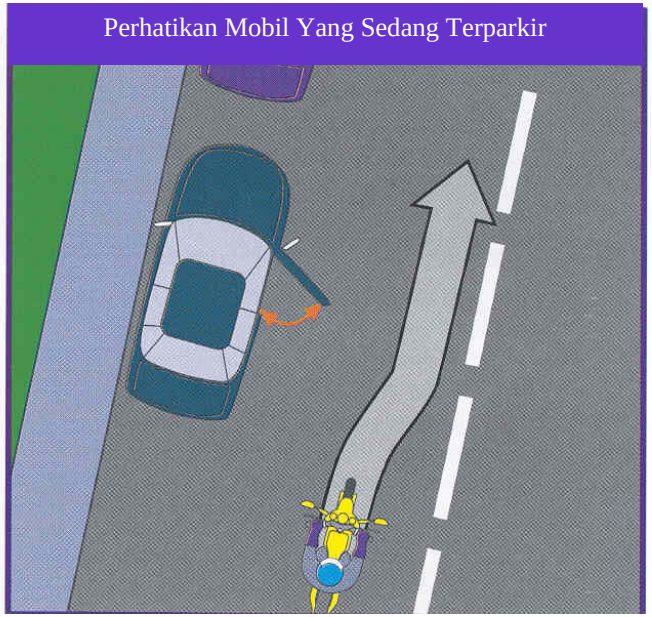
Bagaimana mengukur jarak kendaraan di depan anda
Mengukur jarak aman dengan kendaraan di depan anda sangatlah mudah.

Ketika kendaraan di depan anda melewati sebuah objek, seperti sebuah pohon, pada sisi jalan, mulailah menghitung ”seribu satu, seribu dua”.

Jika anda meleawti objek tersebut sebelum anda selesai menghitung *berarti anda terlalu dekat*.

Setelah sejenak anda akan terbiasa dalam menilai seberapa jauh dengan kendaraan di depan anda agar

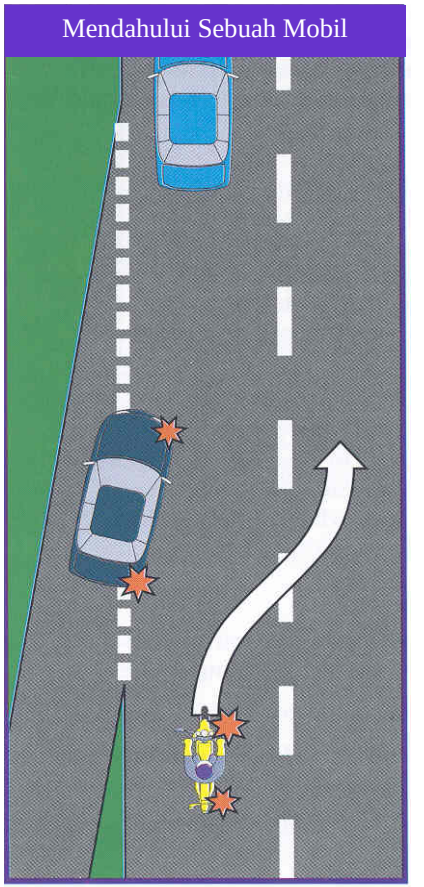




dapat anda dapat berada dalam jarak ”dua detik”. Lalu anda hanya menghitung sesekali saja untuk memastikan anda tetap dalam jarak aman.

Ketika anda berhenti jaga jarak sekitar dua buah sepeda motor dengan kendaraan di depan anda. Hal ini dilakukan agar anda mudah menepi jika kendaraan di belakang anda tidak dapat berhenti pada saat yang sama.

Jarak dengan sisi kendaraan anda



Seorang pengendara motor dapat melakukan satu hal yang tidak dapat dilakukan oleh pengemudi mobil – seorang pengendara dapat berpindah dari satu lajur ke lajur lain untuk menambah jarak aman dari kendaraan lain. Seorang pengendara yang berpengalaman berpindah lajur saat kondisi lalu lintas berganti. Ingatlah untuk selalu memeriksa kaca spion anda dan periksa kondisi di samping anda sebelum anda berubah arah/lajur.

Pertimbangkan untuk merubah lajur anda saat :

- Lajur anda diambil alih dari belakang atau didahului oleh kendaraan yang datang. Anda harus berpindah lajur ke tengah lajur anda. Sebanyak 24% tabrakan terjadi antara sepeda motor dan kendaraan lain melibatkan kendaraan yang datang dari arah berlawanan, kebanyakan (73%) merupakan kecelakaan saat membelok ke kanan.
- Anda dekat dengan truk besar. Mereka terkadang memberikan efek / hembusan angin yang akan mempengaruhi pengendalian anda.
- Anda berada pada persimpangan jalan. Sebesar 76% tabrakan antara sepeda motor dan kendaraan lain terjadi pada persimpangan. Berkendara menuju persimpangan dengan hati-hati, tetap menjaga jarak aman dengan kendaraan lain di depan anda, samping kendaraan dan belakang anda. Tetap perhatikan

dengan seksama hingga akhirnya anda melewati persimpangan tersebut. Perhatikan bila ada situasi yang dapat membahayakan anda, seperti mobil yang tiba-tiba membelok di depan arah yang anda tuju atau yang baru masuk ke dalam lajur anda. Jika sebuah mobil dapat memasuki lajur anda, berasumsilah bahwa hal itu akan terjadi.

Anda juga harus mempertimbangkan merubah posisi lajur anda ketika :

- Pandangan anda terhalang kendaraan yang terparkir atau kendaraan yang akan membelok. Anda perlu memelankan kecepatan agar anda memiliki waktu untuk bereaksi.
- Anda melewati mobil yang terparkir. Dengan tetap berada di bagian kanan lajur anda, anda dapat menghindari masalah yang mungkin timbul seperti pintu yang terbuka, pengemudi yang keluar kendaraan atau pejalan kaki yang berjalan diantara mobil.
- Pengemudi mengeluarkan kendaraannya dari kerb. Mereka terkadang menengok ke belakang mereka sebentar dan tidak memperhatikan sepeda motor.
- Pengemudi yang akan berbalik arah. Ketika pengemudi keluar dari kerb, pengendara memelankan sepeda motor atau merubah lajur mereka. Bagaimanapun juga, mobil dapat membelok di jalan dan menutup lajur yang menyebabkan terhalangnya pandangan anda. Hal ini menyebabkan pengendara sepeda motor tidak tahu harus bergerak ke arah mana. Jika anda melihat sebuah mobil keluar, lalui dengan penuh hati-hati. Siap-siap untuk berhenti. Bersiap juga untuk menyalakan klakson anda.
- Anda berbagi lajur. Mobil dan sepeda motor masing-masing membutuhkan lajur penuh untuk berjalan dengan aman. Pengendara sepeda motor jangan pernah berkendara di antara mobil yang berjalan. Bahkan ketika kendaraan tersebut berhenti, tetap saja banyak kemungkinan yang dapat membahayakan pengendara saat berjalan di antara mobil. Contoh, pintu yang terbuka, pejalan kaki yang berjalan diantara kendaraan, atau mobil yang tiba-tiba berubah lajur. Untuk mencegah

kendaraan lain masuk ke dalam lajur anda, jangan berkendara yang dapat membahayakan anda.

- Ketika kendaraan bergabung dalam satu lajur. Contoh, mobil yang memasuki jalan bebas hambatan kemungkinan mengalami kesulitan dalam melihat sepeda motor yang sudah berada dalam jalan bebas hambatan tersebut. Jangan beranggapan bahwa pengemudi yang baru masuk ke dalam lajur bebas hambatan dapat melihat anda. Saat mobil baru masuk ke jalan bebas hambatan anda mungkin perlu merubah lajur anda atau memberi jarak agar mereka dapat masuk. Anda juga perlu menyesuaikan kecepatan anda untuk membiarkan kendaraan tersebut masuk ke dalam lajur anda.
- Adanya kendaraan di sepanjang jalan. Jangan berkendara bersebelahan dengan kendaraan lain jika tidak terpaksa. Sebuah mobil di lajur sebelah anda bisa saja masuk ke dalam lajurv anda kapan saja, tanpa meberi anda tanda terlebih dahulu. Mobil di lajur sebelah anda mungkin saja menghalangi arah anda untuk menghindar bila terjadi hal yang membahayakan.

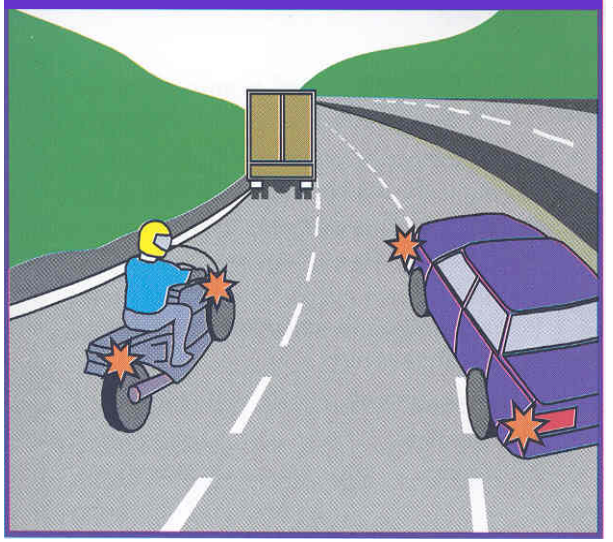
Jarak di belakang anda

Pengemudi di belakang anda memiliki keleluasaan penuh dalam mengatur jarak di belakang anda daripada anda sendiri. Banyak pengemudi mengeluhkan tentang pengemudi yang berjalan terlalu dekat di belakang mereka. Tabrakan dari arah belakang sering terjadi oleh sebab itu pengendara sepeda motor harus menghindari situasi dimana pengendara sepeda motor berada di belakang pengendara lainnya terlalu dekat.

Bila seorang pengendara berada di belakang terlalu dekat, maka jika memungkinkan anda dapat berpindah jalur agar pengendara yang ada di belakang dapat menyalip. Anda juga dapat memperlambat laju kendaraan sehingga jarak kedua kendaraan yang semula adalah 2 detik menjadi 4 detik. Keadaan ini akan memberi anda dan kendaraan yang ada di belakang anda kesempatan untuk bereaksi jika

terjadi sesuatu dalam keadaan darurat. Perlambatlah laju kendaraan saat jalan aman bagi kedaraan lain untuk mendahuliu anda.

Waspada oleh arah lalu lintas lain



Waspada

Waspada berarti anda harus memberi perhatian penuh terhadap apa yang terjadi di jalan secara terus menerus.

- Di depan – baik yang dekat maupun dengan anda.
- Di samping – ini termasuk pembatas jalan dan lajur.
- Belakang – lurus di belakang, disebelah kiri/kanan anda.

- Pengemudi yang berpengalaman tahu bagaimana cara menghindari masalah dengan cara selalu waspada untuk tidak membahayakan orang / kendaraan lain. Dengan selalu waspada membantu anda untuk selalu mernggunakan mata anda. Anda tidak perlu terlalu mengamati pergerakan atau perubahan.

- Dengan selalu waspada membuat anda melihat keadaan jalan. Melihat ke depan dan ke samping dengan menggunakan kedua mata anda. Terkadang, pengendara tidak terlalu memperhatikan keadaan sekitar karena terlalu fokus melihat lurus ke depan.

- Gunakan kedua ujung mata anda untuk mengetahui keadaan sekitar jalan, apakah ada pejalan kaki atau binatang yang mencoba melintasi jalan. Anda juga harus memperhatikan kendaraan lain yang mungkin berhenti di pinggir jalan atau kendaraan lain yang ingin mendahului anda.
- Pada sepeda motor anda dapat memanfaatkan keuntungan dari tinggi badan anda untuk melihat keadaan sekitar secara waspada. Perhatikan kendaraan di depan atau yang berhenti atau membelok secara tiba-tiba. Jangan hanya memperhatikan kendaraan yang ada di depan anda.

  Periksa kaca spion adalah hal yang penting dari bersikap waspada, terlebih jika anda ingin memperlambat kendaraan, berhenti secara tiba-tiba atau akan berpindah lajur. Dengan melihat kaca spion anda akan mengetahui akan adanya jarak yang cukup untuk melakukan perpindahan. Kita harus melihat kaca spion setiap tiga s/d lima detik. Hal ini dapat membantu anda untuk mengetahui posisi anda dan keadaan sekitar jika anda harus mengambil keputusan mendadak dalam keadaan darurat. Periksa kaca spion anda walaupun anda dalam keadaan berhenti untuk melihat kendaraan lain yang berada di belakang anda.

  Ketika masuk ke dalam lajur, berubah lajur atau mendahului selalu memeriksa keadaan di sekeliling anda terlebih dahulu. Di jalan yang terdapat banyak lajur, perhatikan lajur terjauh dari kendaraan anda, karena kemungkinan kendaraan yang berada di lajur itu juga ingin menuju lajur yang sama dengan anda.

Selalu melakukan pemeriksaan akhir sebelum bergerak.

Hal ini sangat penting untuk mengetahui kondisi jalan. Ini termasuk dengan memeriksa permukaan jalan yang mungkin licin, jalan berlubang, jalan bertanah, jalur kereta, atau pentup saluran air atau objek lain yang mungkin ada di jalan.

PERENCANAAN

Lihat ke depan untuk mengetahui adanya kondisi berbahaya sehingga anda memiliki waktu yang cukup untuk merencanakan bagaimana cara menghindari masalah. Perencanaan membantu anda menghindari masalah. Hal ini juga dapat membantu anda untuk tidak berhenti atau berputar secara mendadak.
Pengendara yang berpengalaman mengetahui bahwa manusia dapat melakukan kesalahan, oleh karena itu rencanakan sebelumnya untuk menghindari kesalahan yang mungkin timbul.

BAB 8 – MENGATASI PERMUKAAN JALAN YANG SULIT

Sebuah sepeda motor dibuat seimbang dengan dua ban. Agar tidak jatuh,kedua ban tersebut harus dapat menempel dengan baik pad permukaan jalan. Oleh karena itu, keadaan permukaan jalan dapat mempengaruhi keseimbangan kendaraan tersebut. Permukaan jalan yang sulit terdiri dari :

- Permukaan jalan yang licin
- Permukaan jalan yang tidak rata
- Permukaan jalan yang bergelombang
- Permukaan jalan yang miring

PERMUKAAN JALAN YANG LICIN

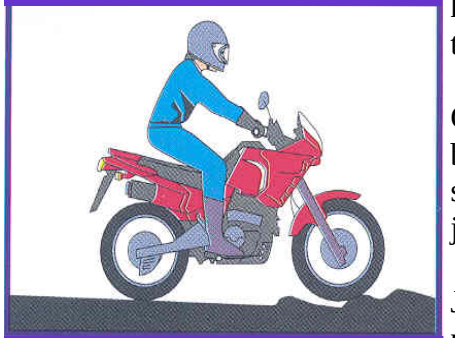
Contoh dari permukaan jalan yang licin yang harus diperhatikan adalah :

- Jalan yang basah, baik akibat dari hujan atau oli yang tumpah.
- Jalan yang belum jadi atau jalan tanah, ini bisa juga keadaan di mana jalan tertutup oleh tanah.
- Lumpur, salju dan es.
- Marka jalan yang menggunakan cat, permukaan dari besi atau rel kereta. Benda ini sangat berbahaya saat kondisi jalan yang basah.
- Tumpahan oli di jalan.

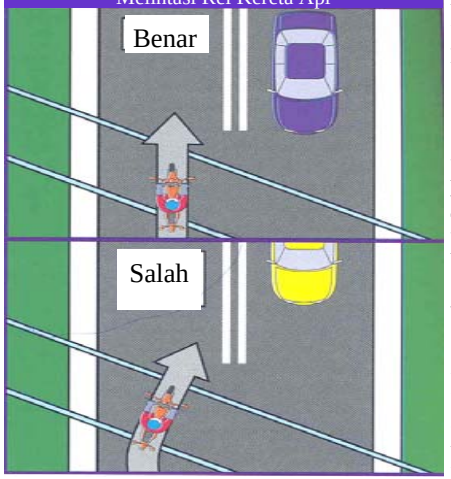
Ada beberapa hal yang harus anda lakukan untuk berkendara secara aman di permukaan jalan yang licin.

Anda harus mengurangi kecepatan. Jika jalan nya licin, kendaraan akan sulit dihentikan. Sehingga

Berjalan Pada Jalan Bergelombang



Melintasi Rel Kereta Api



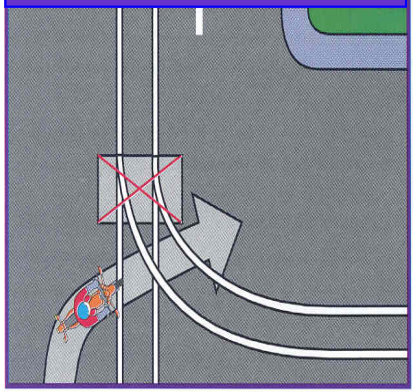
dapat menyebabkan kendaraan anda meluncur tak terkendali. Anda harus berkendara dalam keadaan kecepatan rendah terutama bila terdapat lobang di jalan.

Gunakan kedua rem. Rem depan lebih efektif dibandingkan rem belakang bahkan pada jalan dengan permukaan yang licin. Satu-satunya saat di mana rem depan tidak boleh digunakan adalah saat jalan ditu ditutupi oleh es.

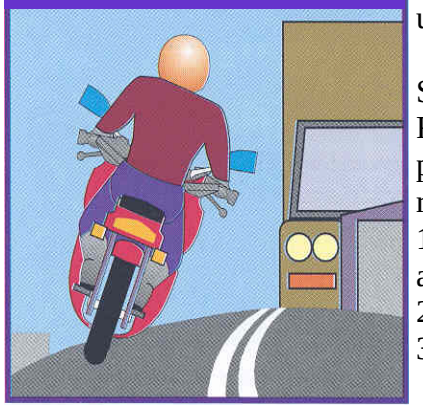
Jangan melakukan pergerakan mendadak. Segala macam perubahan secara mendadak akan menyebabkan anda kehilangan kendali jika permukaan jalan tersebut licin. Jika anda ingin membelok, berhenti atau mengubah posisi transmisi, lakukanlah secara halus berurutan.
Cobalah umtuk menghindar jalan yang licin. Coba untuk mencari permukaan teraman yang dapat dilalui. Berjalanlah pada jejak jalan yang telah ”dibuat” oleh kendaraan di depan anda. Hal ini sangat penting saat mendekati persimpangan di mana tetesan oli cenderung tercecer di tengah lajur. Ingatlah, merubah posisi lajur untuk menyesuaikan kondisi jalan.

Perhatikan jika ada titik oli ketika anda berhenti atau parkir. Jika anda menapak pada tetesan oli tersebut, anda akan kehilangan kendali bahkan terjatuh.

Melintasi Rel Trem



Membelok Ke Kanan



Menjauhlah dari ujung jalan ketika anda membelok dengan tajam atau ingin memasuki atau keluar dari jalan bebas hambatan dalam kecepatan tinggi. Hal ini dikarenakan kotoran atau lumpur biasanya terdapat di pinggiran jalan.

JALAN DENGAN PERMUKAAN TIDAK RATA

Perhatikan permukaan jalan yang tidak rata seperti polisi tidur, pekerjaan jalan, permukaan jalan yang rusak dan rel kereta api yang melintasi jalan. Hal-hal tersebut di atas dapat mempengaruhi kontrol sepeda motor anda. Saat anda melewati jalan dengan permukaan tidak rata, kurangilah kecepatan sepeda motor anda, sebelum terjadi masalah. Juga, berdirilah sebisa mungkin dengan lutut menjepit tangki untuk meredam guncangan yang timbul.

Selalu coba menghindar berkendara pada jalan yang terdapat rel kereta. Rel kereta dapat menyebabkan bahaya karena ban dapat tersangkut pada tengah rel tersebut. Saat menyeberangi rel kereta atau melintasi rel yang melintang, ada 4 hal penting yang harus diingat :

1. Perhatikan kemana anda ingin pergi daripada berkonsentrasi pada arah/pola rel itu.
2. Jika memungkinkan, belok \lah sebelum melintasi rel tersebut.
3. Jika anda harus melintasi rel, lewatilah dengan satu arah. Sepeda

motor anda harus dalam posisi tegak.

4. Jagalah posisi gas secara stabil dan hindari mengurangi kecepatan atau mengerem saat melintasi rel kereta.

PERMUKAAN JALAN YANG BERGELOMBANG

Ketika anda melewati permukaan jalan yang bergelombang, sepeda motor cenderung untuk mengikuti jalan tersebut. Saat melewati permukaan jalan ini anda akan merasa tidak nyaman tetapi secara umum tidak membahayakan. Oleh karena itu hal yang terbaik yang perlu anda lakukan adalah berkendara secara normal.

PERMUKAAN JALAN YANG NAIK TURUN

Jalan dengan kondisi naik turun adalah kondisi jalan di mana tengah jalan tersebut lebih tinggi daripada samping kanan dan kirinya. Tidak diperlukan keahlian khusus untuk mengatasi masalah ini jika jalan tersebut lurus atau berbelok ke kiri.

Ketika jalan ini berbelok ke arah kanan, seorang pengendara motor bisa mendapat masalah. Keadaan jalan ini menyebabkan pengendara motor kesulitan berbelok. Keadaan ini memungkinkan sepeda motor tergelincir hingga ke tepi jalan.

Cara paling aman untuk mengatasi permukaan jalan yang seperti ini adalah mengurangi kecepatan sebelum berbelok. Dengan mengurangi kecepatan anda dapat lebih mengendalikan sepeda motor anda sehingga dapat mengontrol agar tidak tergelincir ke luar dari jalan.

BAB 9 – MENGENDARA MOTOR SAAT MALAM HARI

Pada malam hari terdapat banyak kendaraan di jalan, bagaimanapun pada tahun 1997, 25% dari sepeda motor mengalami kecelakaan antara jan 6 sore sampai jam 6 pagi. Pada malam hari pengendara mengalami kesulitan melihat atau dilihat (oleh pengendara lain) dengan jelas. Bahkan dengan bantuan lampu depan sekalipun, pengendara mengalami kesulitan untuk mengetahui kondisi jalan ataupun sesuatu yang ada di jalan. Pengendara lainnya mungkin juga mengalami kesulitan melihat lampu depan dan lampu belakang anda karena terhalang oleh kendaraan lainnya.

Saat anda mengendara motor pada malam hari anda harus :

- Mengurangi kecepatan
- Dapat terlihat
- Tingkatkan penglihatan anda

MENGURANGI KECEPATAN

Sangatlah penting bagi pengendara untuk mengurangi kecepatan kendaraannya pada malam hari, terlebih ketika anda tidak begitu mengenal jalan. Anda harus dapat berhenti pada jarak pandang yang sesuai dengan penglihatan. Lampu belakang mobil dapat membantu anda untuk melihat arah jalan yang akan anda lalui. Ketika lampu mobil itu terlihat bergerak naik turun, maka anda harus bersiap bahwa kondisi jalan di depan tidak rata.

Saat malam hari jarak antar satu kendaraan dengan kendaraan lainnya harus lebih jauh. Karena sangat sulit untuk memperkirakan jarak pad malam hari. Beri ruang di depan dan samping anda untuk memungkinkan kendaraaan lain mendahului anda dengan aman.

DAPAT TERLIHAT

Ingatlah poin yang dibuat tentang baju dan perlengkapan. Hal tersebut sangat penting saat berkendara pada malam hari.

Anda harus mempertimbangkan untuk memakai rompi yang dapat memantulkan cahaya atau merekatkan stiker yang dapat memantulkan cahaya pada baju anda. Anda juga disarankan untuk merekatkan stiker tersebut di samping motor anda agar dapat terlihat. Anda juga harus memastikan bahwa lampu motor dan kaca spion dalam keadaan baik.

Indikator juga sama pentingnya saat berkendara pada malam hari,untuk itu pastikan bahwa indikator tersebut bekerja dan dapat terlihat dengan jelas.

TINGKATKAN PENGLIHATAN ANDA

Dapat melihat dengan baik merupakan hal yang penting dalam berkendara pada malam hari. Jangan pernah memakai helm yang kaca tergores, karena hal itu dapat membuat pandangan anda menjadi buram bila terkena cahaya.

Gunakan lampu jauh anda untuk membantu melihat jarak jauh. Ingatlah untuk tidak mengunakan lampu jauh anda saat kondisi berkabut karena cahaya akan memantul kembali ke arah anda sehingga dapat menghalangi pandangan.

BAB 10 – MEMBONCENGI PENUMPANG DAN MENGANGKUT BARANG

Anda diharapkan untuk tidak memboncengi orrang lain ataupun mengangkut barang bila anda bukan seorang pengendara motor yang berpegalaman. Bila seseorang memboncengi penumpang atau mengangkut barang pada 12 bulan pertama setelah orang tersebut mendapat izin mengemudi, maka hal ini dianggap ilegal. Resiko kecelakaan akan meningkat secara signifikan jika anda menboncengi penumpang.

Berat dari seorang penumpang atau barang yang diangkut dapat merubah kemampuan sepeda motor. Hal ini mengubah keseimbangan motor tersebut, saat berbelok, saat meningkatkan kecepatan atau menurunkan kecepatan.

Bab ini berisi tentang petunjuk bagaimanacara membonceng atau mengangkut

- Penumpang
- Barang

PENUMPANG

Untuk dapat membongcengi penumpang anda membutuhkan disain tempat duduk yang sesuai baik untuk anda dan orang yang akan duduk di belakang anda sehingga tidak saling mendesak. Anda tidak boleh duduk lebih maju ke depan daripada biasanya bila tidak memboncengi penumpang. Orang yang duduk di belakang anda juga diwajibkan untuk memakai perlengkapan yang aman dan dapat melindunginya.

Memberi instruksi bagi Penumpang

Orang yang anda boncengi dapat mempengaruhi keselamatan anda dan keamanan anda berkendara. Oleh karena itu beri instruksi yang jelas sebelum anda mulai berkendara.

Pakaian Untuk Penumpang Sepeda Mo-

Penumpang harus :

- Duduk senyaman mungkin tanap mengganggu pengendara motor.
- Berpegangan erat pada pinggang,pinggul atau pegangan tangan yang tersedia bagi penumpang dengan erat.
- Tetap tumpukan kedua kaki pada pijakan kaki yang tersedia walaupun kendaraan sedang berhenti.
- Duduk sejajar dengan anda, ikut membungkuk bila anda membungkuk.
- Hindari pergerakan tau pembicaraan yang tidak penting.

Berkendara dengan Penumpang

Sebelum anda berkendara denga penumpang anda harus memerika kondisi motor anda.

- Periksalah bila anda perlu menambah angin pad ban anda. Hal ini mungkin penting mengingat akan adanya tambahan berat.
- Mintalah penumpang untuk duduk di belakang anda saat anda memeriksa kaca spion.
- Peringati penumpang anda saat anda sebelum mulai berjalan.

- Berbicaralah secukupnya. Saat berbicara, anda harus menoleh ke belakang agar dapat terdengar dan hal ini dapat membahayakan keselamantan. Anda hanya perlu berbicara bila ingin memperingati.
- Akhirnya, ingatlah bahwa saat membocengi penumpang laju motor anda akan melambat. Begitu juga bila ingin berbelok, semakin berat penumpang anda atau semakin ringan sepeda motor anda maka akan semalin memperlambat lajunya.

Saat kondisi motor anda berbeda karena lebih berat dan lebih pelan, anda harus memberi jarak yang lebih jauh dengan kendaraan lainnya sehingga memungkinkan anda untuk menyebrangi jalan, atau bergabung dengan kendaraan-kendaraan lainnya di jalan.

BARANG

Sepeda motor tidak di disain untuk emngangkut barang yang terlalu besar,walaupun dapat mengangukut barang yang cukup besar jika diletakkan dan diikat dengan baik. Perhatikan anjuran untuk mengangkut barang.

Anda harus :

- Bawa barang yang tidak tinggi – taruhlah barang pada tempat duduk belakang tau letakkan barang tersebut di sisi motor (agar tidak mengganggu penglihatan anda).
- Taruh barang pada posisi ke maju,
- Letakkan barang secara seimbang – jika anda akan membawa barang pada sisi sepeda motor, pastikan bahwa masing-masing sisi mempunyai berat yang sama. Jika tidak seimbang, akan membahayakan anda. Usahakan untuk tidak mengangkut barang yang terlalu berat.

- Pastikan barang tersebut aman – ikatkan barang tersebut dengan menggunakan tali seret mungkin. Jika tali tersebut terlepas, maka bisa tersangkut di ban atau rantai. Hal ini dapat menyebabkan sepeda motor berhenti secara mendadak dan kemudian terjatuh.
- Periksa barang tersebut – setiap kali anda berhenti jangan lupa untuk memeriksa kondisi barang tersebut. Pastikan barang tersebut tidak bergerak atau terlepas.

BAB 11 – BERKENDARA DALAM GRUP

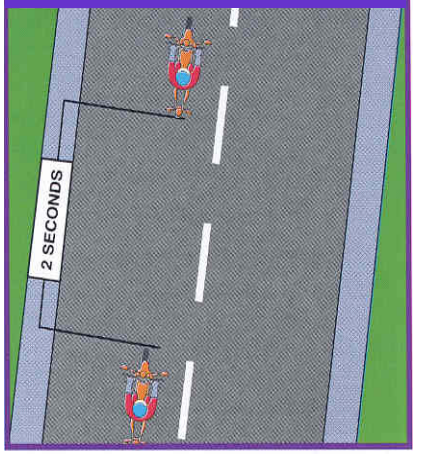
Jika anda ingin berkendara dengan orang lain, anda harus melakukannya dengan cara aman yang tidak membahayakan pengendara lain atau tidak menyebabkan kemacetan.
Jika ingin berkendara dalam grup anda harus :

- Berkendara dengan grup kecil
- Perhatikan jarak dengan kendaraan lain

BERKENDARA DENGAN GRUP KECIL

Hidari berkendara dalam grup yang besar. Satu sisi jalan yang dipenuhi sepeda motor menyulitkan kendaraan lain untuk berputar balik. Pertahankan grup anda hanya dengan tiga sampai empat orang,jika terdapat lebih banyak orang,anda harus membagi-bagi grup anda menjadi beberapa grup kecil.

Berjalan Dalam Kelompok



Dalam suatu keadaan dimana pengendara tidak begitu mengenali kondisi jalan, atu para pengendara tidak berpengalaman, maka akan sangat baik bila dalam setiap grup terdapat satu orang yang berpengalaman.

Untuk melakukan ini :

- Rencanakan terlebih dahulu. Jika anda mengendara di depan,

lihatlah ke deapn jika ada perubahan. Jika anda berniat pindah jalur, anda harus memulai sedini mungkin agar pengendara-pengendara lain dapat mengikuti anda. Pastikan anda memberi sinyal bahwa anda akan berubah sejak awal.

- Jika anda mengatur sebuah perjalanan grup, pastikan bahwa anda telah mempertimbangkan kemampuan dan pengalaman dari pengendara-pengendara lainnya. Hindari situasi yangdapat membuat mereka tertekan.
- Jika anda adalah pengendar yang tidak berpengalaman, pastikan bahwa anda berkendara pad posisi yang dapat membuat anda merasa aman.
- Mengetahui rute perjalanan. Pastikan bahwa setiap orang dalam grup anda mengetahui tujuan perjalanan. Jadi, bila ada seseorang yang tertinggal, maka orang terseubt dapat mengejar ketertinggalannya tanpa harus merasa takut akan salah arah.

PERHATIKAN JARAK DENGAN KENDARAAN LAIN

Sangatlah penting untuk mempertahankan jarak yang sesuai dengan pengendara lainnya.

- Selalu mengendara di posisi teraman bagi anda. Walaupun anda mengendara sepeda motor dengan grup atau teman-teman,pastikan bahwa anda mengendara dengan aman.
- Selalu gunakan panduan cara berkendara dengan aman yang ada di buku ini.
- Pastikan bahwa anda mempertahankan jarak 2 detik antara motor yan g satu dengan motor lainnya dalam grup anda.
- Jangan mengendara motor di samping teman anda, karena hal ini sangat berbahaya. Jika anda harus menghindari mobil atausesuatu di jalan anda tidak bisa pergi kemana-mana.
- Tunggulah smapai anda berhenti jika anda ingin berbicara dengan pengendara lainnya.

BAB 12 – Merawat Sepeda Motor Anda

Sangalah penting untuk memastikan bahawa sepeda motor anda selalu dalam kondisi yang baik. Hal ini penting bagi keselamatan anda dan juga bagi kenyamanan anda.

Kunci untuk hal ini adalah :

- Perawatan
- Pemeriksaan sebelum berkendara
- Pemeriksaan mingguan

PERAWATAN

Sebelum anda pberkendara, pastikan bahawa motor anda dalam kondisi yang baik dengan cara memeriksanya secara teliti. Saat yang paling tepat untuk melakukan ini adalah saat anda membersihkan sepeda motor anda. Bacalah buku petunjuk dari perusahaan sepeda motor anda tentang perawatan. Jika ada keraguan, mintalah masihat dari bengkel terdekat. Jika anda meneukan masalah, segeralah betulkan sepeda motor anda.

PEMERIKSAAN SEBELUM BERKENDARA

Lihat pada BAB 4

PEMERIKSAAN MINGGUAN

Ban – periksalah jenis ban yang anda gunakan. Pastikan juga udara dalam ban tersebut cukup, jika ban tersebut kempes, anda perlu untuk menggantinya. Pastikan juga bahwa ban anda robek atau tergores.
Roda – Periksa roda sepeda motor anda apakah terdapat kerusakan. Perhatikan velg apakah terdapat retakan. Angkat roda sepeda motor anda dan putarlah. Lihat apakah putaran roda anda lurus dan tidak mengeluarkan suara. Juga periksa apakah roda anda bergoyang ke kanan atau kiri.

Kendalai – periksa alat kendali sepeda motor anda untuk memastikan mereka bekerja dengan baik. Bacalah buku petunjuk manual sepeda motor anda agar pemeriksaan sesuai dengan prosedur. Periksalah apakah terdapat kerusakan pada kabel di sepeda motor anda.

Rantai dan gir – Periksa kerenggangan rantai anda, setel dan berikan pelumasan secara berkala.

Peredam kejut – bacalah buku petunjuk manual anda untuk melakukan setelan. Hal ini perlu diperhatikan saat anda membawa barang ataupun penumpang.

Pengencangan – periksa apakah terdapat baut maupun mur yang mulai mengendur. Hal ini mudah dilakukan jika sepeda motor anda selalu dalam kondisi bersih.

Rem – setel dan rawatlah rem pada sepeda motor anda seperti yang tertera pada buku manual. Jika anda ragu, tanyakan pada bengkel terdekat.

BAB 13 – MENGHADAPI MASALAH

Akan ada masa saat bahkan seorang pengendara berpengalaman sekalipun akan menghadapi masalah. Jika anda mengalami masalah, anda harus mengetahui langkah yang perlu dilakukan.

Jika anda mempraktekkan di jalan yang sepi/kosong anda akan mendapatkan ketrampilan dan kepercayaan diri untuk menangani kesulitan pada sepeda motor anda.

Pada bab ini mencontohkan masalahj yang mungkin timbul serta bagaimana menangani masalah tersebut.

- Pengereman
- Membelok
- Hilang kendali
- Berkendara di atas sebuah objek
- Masalah ringan
- Masalah mekanis
- Menepikan sepeda motor anda

Pengereman

Pengereman tercepat yang bisa dilakukan oileh sepeda motor adalah saat berjalan lurus.

Untuk melakukan pengereman cepat anda harus :

- Menutup grip gas.
- melakukan dengan kedua rem. pindahkan posisi gigi sebelum anda berhenti.

Tiga hal ini perlu dilakukan di saat yang bersamaan. Ingatlah untuk tidak mengunci roda anda karena akan membuat anda kehilangan kendali, menabrak kendaraan lain atau mungkin terjatuh.

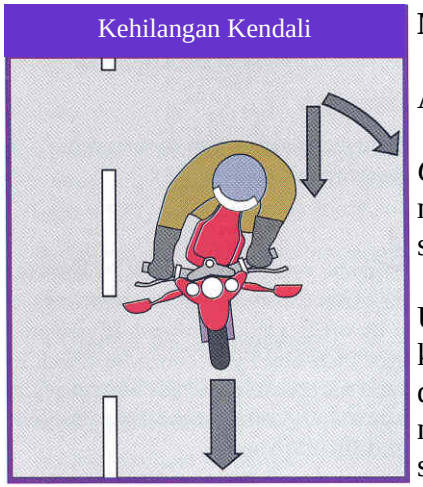
Melakukan pengereman pada tikungan memerlukan kewaspadaan karena sepeda motor dalam keadaan menikung. Traksi yang cukup diperlukan dalam membelok, traksi yang kurang cocok untuk melakukan pengereman.

Hal terbaik untuk mencegah masalah saat membelok adalah untuk mengurangi kecepatan anda, melakukan pengereman menggunakan kedua rem dan menyesuaikan posisi gir dengan kecepatan anda sebelum anda memasuki tikungan.

Jika anda harus melakukan pengereman saat di tikungan, ada dua teknik yang dapat anda lakukan. Kedua teknik ini tergantung dari keadaaan yang terjadi.

Saat darurat, teknik terbaik adalah adalah dengan membiarkan sepeda motor berjalan tegak lurus. Lalu mulai megerem seperti yang anda lakukan saat darurat di jalan lurus.

Teknik kedua adalah dengan tetap membiarkan motor berjalan menyelesaikan tikungan yang ada sekaligus anda melakukan pengereman. Dalam hal ini, anda tidak disarankan mengerem dengan kekuatan pengereman yang sama saat berjalan di jalan lurus.



Membelok

Ada saat di mana anda perlu membelok secara tiba-tiba.

Countersteering adalah cara yang tepat untuk dilakukan. Hal tersebut merupakan yang terbaik untuk membelok dengan cepat di sekitar sebuah objek.

Untuk membelok ke kanan dengan cepat, tolehkan kepala anda ke kanan selagi anda juga melakukan penekanan pada setang kanan. Roda depan akan membelok ke kiri, sedangkan sepeda motor anda akan membelok ke kanan.
saat anda telah lalui rintangan, tekan setang kiri lalu sepeda motor akan kembali tegak.
bila memingkinkan, tetaplah pada lajur anda saat terjadi masalah. Merubah lajur hanya akan membuat anda beresiko tabrakan. Rubahlah lajur anda bila anda sudah yakin tidak ada kendaraan lain di lajur yang akan anda tuju.

Sangatlah penting agar anda tidak mengeerem dan membelok di saat yang sama.

Kendali saat berjalan

Hilang kendali tidak terjadi begitu saja. Hal ini terjadi saat sepeda motor tidak dikendarai dengan semestinya. Saat sepeda motor hilang kendali dapat terjadi tiba-tiba dan sangat berbahaya. Ada beberapa hal yang harus anda ingat.

Mengunci satu atau kedua roda adalah hal yang sering terjadi sebagai penyebab hilangnya kendali.
Roda depan hilang kendali karena beban yang ada atau karena anda melakukan pengereman mendadak. Jika roda depan hilang kendali, lakukan pengereman roda belakang dengan hati-hati.
Hilang kendali pada roda belakang karena akselerasi yang berlebihan, mengerem saat membelok, pengereman mendadak atau penekanan pada pedal rem yang berlebihan. Jika roda belakang kehilangan kendali, arahkan ke arah sepeda motor dan lakukan pengereman saat sepeda motor sudah tegak.
Akselerasi yang berlebihan dapat menyebabkan roda belakang kehilangan kendali. Untuk mengatasinya, kendurkan kecepatan.
Saat kehilangan kendali, pastikan kedua kaki anda berada di atas pedal. Hal ini untuk mengendalikan keseimbangan sepeda motor anda.

Berkendara di atas sebuah objek

Terkadang anda tidak memiliki pilihan selain menlindas sebuah objek yang melintang di atas lajur yang anda tuju. Objek tersebut sangat dekat jika anda menghindarinya. Melindas sebuah objek sama seperti anda berjalan di atas permukaan yang tidak rata. Anda harus :

jika memungkinkan, lakukan pengereman sebelum anda mendekati objek tersebut.
pegang erat setang anda agar anda tidak hilang kendali saat anda melinda objek tersebut.
berjalan lurus. Hal ini membuat sepeda motor tetap lurus dan mengurangi resiko anda terjatuh.
bila ada guncangan, jaga kecepatan anda atau berakselerasi dengan kaki tetap pada pedal. Hal ini agar lengan dan kaki anda sebagai peredam guncangan dan membantu anda tidak terjatuh.
berhenti dan periksa apakah terdapat kerusakan setelah anda melintas.

Masalah ringan

Ada beberapa masalah yang sering dijumpai saat berkendara.

Benda yang berterbangan

Ketika anda berkendara anda bisa terserang oleh serangga, burung kecil, puntung rokok yang keluar dari mobil di depan anda, atau lemparan kerikil dari arah depan. Jika anda tidak menggunakan kaca pelindung wajah, anda bisa terserang pada mata, wajah dan mulut. Bahkan meskipun anda menggunakan pelindung wajah, kaca pelindung tersebut bisa buram atau retak hingga anda sulit melihat.

Jika kemampuan pandang anda berkurang, jangan biarkan hal tersebut mempengaruhi pengenadilan anda. Segeralah menepi dan periksa akan kerusakan yang timbul.

Binatang

Anda harus berusaha agar tidak menabrak binatang. Bagaimanapun juga jangan membelokkan sepeda motor anda keluar lajur untuk menghindari binatang. Anda memiliki kesempatan untuk menghindarinya daripada anda membelok dengan resiko tabrakan dari arah depan karena anda keluar lajur anda.

Jangan menendang seekor anjing bahkan jika ia mengejar anda. Anda dapat kehilangan kendali sepeda motor anda. Berjalan pelanlah dan hindari binatang itu dengan hati-hati. Saat mendekati, segeralah

- melakukan dengan kedua rem.
- pindahkan posisi gigi sebelum anda berhenti.

Tiga hal ini perlu dilakukan di saat yang bersamaan. Ingatlah untuk tidak mengunci roda anda karena akan membuat anda kehilangan kendali, menabrak kendaraan lain atau mungkin terjatuh.

Melakukan pengereman pada tikungan memerlukan kewaspadaan karena sepeda motor dalam keadaan menikung. Traksi yang cukup diperlukan dalam membelok, traksi yang kurang cocok untuk melakukan pengereman.

Hal terbaik untuk mencegah masalah saat membelok adalah untuk mengurangi kecepatan anda, melakukan pengereman menggunakan kedua rem dan menyesuaikan posisi gir dengan kecepatan anda sebelum anda memasuki tikungan.

Jika anda harus melakukan pengereman saat di tikungan, ada dua teknik yang dapat anda lakukan. Kedua teknik ini tergantung dari keadaaan yang terjadi.

Saat darurat, teknik terbaik adalah adalah dengan membiarkan sepeda motor berjalan tegak lurus. Lalu mulai megerem seperti yang anda lakukan saat darurat di jalan lurus.

Teknik kedua adalah dengan tetap membiarkan motor berjalan menyelesaikan tikungan yang ada sekaligus anda melakukan pengereman. Dalam hal ini, anda tidak disarankan mengerem dengan kekuatan pengereman yang sama saat berjalan di jalan lurus.

Membelok

Ada saat di mana anda perlu membelok secara tiba-tiba.

Countersteering adalah cara yang tepat untuk dilakukan. Hal tersebut merupakan yang terbaik untuk membelok dengan cepat di sekitar sebuah objek.

- Untuk membelok ke kanan dengan cepat, tolehkan kepala anda ke kanan selagi anda juga melakukan penekanan pada setang kanan. Roda depan akan membelok ke kiri, sedangkan sepeda motor anda akan membelok ke kanan.
- saat anda telah lalui rintangan, tekan setang kiri lalu sepeda motor akan kembali tegak.
- bila memingkinkan, tetaplah pada lajur anda saat terjadi masalah. Merubah lajur hanya akan membuat anda beresiko tabrakan. Rubahlah lajur anda bila anda sudah yakin tidak ada kendaraan lain di lajur yang akan anda tuju.

Sangatlah penting agar anda tidak mengeerem dan membelok di saat yang sama.

Kendali saat berjalan

Hilang kendali tidak terjadi begitu saja. Hal ini terjadi saat sepeda motor tidak dikendarai dengan semestinya. Saat sepeda motor hilang kendali dapat terjadi tiba-tiba dan sangat berbahaya. Ada beberapa hal yang harus anda ingat.

- Mengunci satu atau kedua roda adalah hal yang sering terjadi sebagai penyebab hilangnya kendali.

- Roda depan hilang kendali karena beban yang ada atau karena anda melakukan pengereman mendadak. Jika roda depan hilang kendali, lakukan pengereman roda belakang dengan hati-hati.
- Hilang kendali pada roda belakang karena akselerasi yang berlebihan, mengerem saat membelok, pengereman mendadak atau penekanan pada pedal rem yang berlebihan. Jika roda belakang kehilangan kendali, arahkan ke arah sepeda motor dan lakukan pengereman saat sepeda motor sudah tegak.
- Akselerasi yang berlebihan dapat menyebabkan roda belakang kehilangan kendali. Untuk mengatasinya, kendurkan kecepatan.
- Saat kehilangan kendali, pastikan kedua kaki anda berada di atas pedal. Hal ini untuk mengendalikan keseimbangan sepeda motor anda.

Berkendara di atas sebuah objek

Terkadang anda tidak memiliki pilihan selain menlindas sebuah objek yang melintang di atas lajur yang anda tuju. Objek tersebut sangat dekat jika anda menghindarinya. Melindas sebuah objek sama seperti anda berjalan di atas permukaan yang tidak rata. Anda harus :

- jika memungkinkan, lakukan pengereman sebelum anda mendekati objek tersebut.
- pegang erat setang anda agar anda tidak hilang kendali saat anda melinda objek tersebut.
- berjalan lurus. Hal ini membuat sepeda motor tetap lurus dan mengurangi resiko anda terjatuh.
- bila ada guncangan, jaga kecepatan anda atau berakselerasi dengan kaki tetap pada pedal. Hal ini agar lengan dan kaki anda sebagai peredam guncangan dan membantu anda tidak terjatuh.
- berhenti dan periksa apakah terdapat kerusakan setelah anda melintas.

Masalah ringan
Ada beberapa masalah yang sering dijumpai saat berkendara.

Benda yang berterbangan

Ketika anda berkendara anda bisa terserang oleh serangga, burung kecil, puntung rokok yang keluar dari mobil di depan anda, atau lemparan kerikil dari arah depan. Jika anda tidak menggunakan kaca pelindung wajah, anda bisa terserang pada mata, wajah dan mulut. Bahkan meskipun anda menggunakan pelindung wajah, kaca pelindung tersebut bisa buram atau retak hingga anda sulit melihat.

Jika kemampuan pandang anda berkurang, jangan biarkan hal tersebut mempengaruhi pengenadilan anda. Segeralah menepi dan periksa akan kerusakan yang timbul.

Binatang

Anda harus berusaha agar tidak menabrak binatang. Bagaimanapun juga jangan membelokkan sepeda motor anda keluar lajur untuk menghindari binatang. Anda memiliki kesempatan untuk menghindarinya daripada anda membelok dengan resiko tabrakan dari arah depan karena anda keluar lajur anda.

Jangan menendang seekor anjing bahkan jika ia mengejar anda. Anda dapat kehilangan kendali sepeda motor anda. Berjalan pelanlah dan hindari binatang itu dengan hati-hati. Saat mendekati, segeralah menjauh.

MASALAH MEKANIS

Keadaan sulit bisa juga disebabkan adanya kerusakan mekanis dengan sepeda motor anda.

Handel Gas Yang tertahan

Ketika anda mengetahui bahwa handel gas anda tertahan, anda harus bereaksi cepat.

1. Kendurkan pegangan anda pada handel gas lalu injak rem. Hal ini akan memisahkan antara tenaga mesin dari roda belakang dan akan membantu anda dalam mengurangi kecepatan. Jangan pindahkan posisi perseneling sampai anda benar berhenti dan matikan mesin. Jika sepeda motor anda berjenis transmisi matik, pindahkan ke posisi netral.
2. gunakan pemati mesin untuk mematikan mesin sepeda motor anda. Jika sepeda motor anda tidak memiliki pemati mesin, atau jika posisi kunci kontak berada di samping, tunggu hingga anda menepi lalu matikan mesin. setelah anda berhenti, tarik-ulur handel gas anda beberapa kali. Jika kabel gas tersangkut, hal ini dapat membantu melepaskannya. Pastikan handel gas dapat bekerja dengan baik sebelum anda melanjutkan perjalanan.

Putus Rantai

Rantai yang terrawat dengan bail, disetel dengan baik dan diberi pelumas dengan baik jarang mengalami masalah/putus. Rantai yang putus biasanya disebabkan karena kurangnya perawatan. Rantai yang tidak sesuai dengan gir dapat juga membuatnya putus. Jika rantai putus, anda akan kehilangan kendali pada roda belakang, dan sepeda motor anda akan bertambah kencang. Rantai yang putus dapat mengunci roda belakang sepeda motor anda dan dapat menyebabkan anda tergelincir.

Jika rantai putus :
1. Tutup handel gas.
2. turunkan posisi perseneling.
3. injak rem.

MENEPIKAN SEPEDA MOTOR ANDA

Jika anda ingin menepi untuk memeriksa kondisi sepeda motor anda, ingatlah untuk :

- periksa kondisi jalan dan lalu lintas. Pastikan bahwa permukaan jalan cukup halus untuk dilalui. Jika permukaan jalan merupakan rumput yang lembut atau pasir, berjalan pelanlah sebelum anda menepi.
- periksa kaca spion anda, nyalakan lampu sein agar pengemudi / pengendara lain tahu apa yang akan anda lakukan. Mereka mungkin tidak mengetahui bahwa anda akan menepi.
- menepilah ke pinggir jalan yang aman. Menjauhlah dari jalan sebisa mungkin. Sepeda motor yang menepi di pinggir jalan sangatlah sulit untuk dilihat. Anda tentu tidak ingin pengendara lain menepi di tempat yang sama seperti yang anda tuju.