# Sudah Divaksin, Masyarakat Tetap Harus Taati Protokol Kesehatan

Saat vaksinasi dimulai, tindakan pencegahan Covid-19 berupa 3M yang dianjurkan pemerintah, yakni mencuci tangan, menjaga jarak dan memakai masker, tidak boleh dihentikan dengan cepat.

JAKARTA(IM) - Pelaksanaan vaksinasi Covid-19 akan dilakukan secara bertahap. Mereka yang telah terdaftar pada tahap pertama, terhitung mulai 31 Desember 2020 akan menerima SMS dari Kementerian Kesehatan secara serentak. Adapun sasaran penerima SMS, adalah mereka yang namanya telah terdaftar dalam Sistem Informasi Satu Data Vaksinasi korona Virus Disease 2019.

Secara bertahap dengan menerapkan prinsip kehatihatian. Proses vaksinasi sendiri diharapkan dapat mulai dilaksanakan setelah dikeluarkannya Emergency Use Authorization (EUA) oleh Badan Pengawas Obat dan Makanan

Namun, para ahli telah memperingatkan bahwa bahkan saat vaksinasi dimulai, tindakan pencegahan Covid-19 berupa 3M yang dianjurkan pemerintah, yakni mencuci tangan, menjaga jarak dan memakai masker, tidak boleh dihentikan dengan cepat. Masyarakat harus menerapkan protokol kesehatan ini dan akan bertahan lebih lama.

Seperti dilansir Times Now News, Selasa (12/1), para ahli juga menyarankan bahwa meskipun orang yang divaksinasi mungkin tidak sakit parah karena virus, kemungkinan besar mereka dapat menyebarkannya, dan menyebabkan infeksi pada orang yang belum divaksinasi. Oleh karena itu, penting untuk tetap menerapkan protokol kesehatan seperti memakai masker dan menjaga

Dalam hal kebersihan tangan, satu hal yang pasti, orang menjadi lebih memperhatikan apa yang mereka sentuh, seberapa sering mereka menyentuh wajah mereka, dan seberapa bersih tangan mereka sebenarnya. Covid-19 telah mengajari orang-orang pentingnya kebersihan tangan dan harus menjadi kunci utama bagi mereka dari pandemi ini.

Tangan menjadi pembawa berbagai kuman dan penyakit, bukan hanya virus corona baru. Oleh karena itu, meskipun pandemi Covid-19 pada akhirnya berhenti, berkat vaksin, penting untuk terus mempraktikkan kebersihan tangan seperti mencuci tangan atau menggunakan hand sanitizer berbahan dasar alkohol.

Sebagai salah satu upaya vaksinasi terbesar di dunia berlangsung di Inggris. Sesuai laporan Daily Mail, sebuah makalah telah disajikan kepada SAGE dan diterbitkan baru-

Para peneliti menyoroti bahwa bukti tidak langsung dari survei yang dilakukan selama pandemi saat ini serta dari kampanye vaksinasi sebelumnya menunjukkan, jika tidak ada kebijakan mitigasi, beberapa dari mereka yang telah divaksinasi akan menunjukkan penurunan dalam perilaku perlindungan pribadi.

Perilaku ini berkaitan dengan kebersihan tangan dan permukaan, penggunaan tisu dan masker, jarak fisik, dan ruang ventilasi. Kepatuhan mungkin menurun jika orang merasa kurang membutuhkan perlindungan, atau aturan dan pedoman tampak kurang penting bagi mereka karena perhatian lebih terfokus pada

Sementara makalah tersebut mengatakan bahwa konsekuensi dari kegagalan untuk mematuhi aturan tidak diketahui sekarang, tetapi hal itu dapat menyebabkan lonjakan kasus di antara orang-orang yang belum divaksinasi, meningkatkan risiko penyakit parah dan bahkan kematian.

## Ini Kata Bio Farma Tentang Pfizer

JAKARTA (IM) - Direktur Utama Bio Farma Honesti Basyir mengatakan sampai saat ini pemerintah Indonesia belum mendapat komitmen pembelian vaksin korona (covid) -19) buatan Pfizer-BioNTech.

Pasalnya, kata Honesti, pihak Pfizer-BioNTech meminta dibebaskan atau dilepaskan dari tuntutan hukum apabila terjadi masalah dalam proses vaksinasi, sehingga sampai saat ini masih dalam proses negosiasi.

"Mereka menginginkan adanya agreements antara Pfizer global dengan Pemerintah Indonesia, karena memang ada beberapa klausul yang mereka diminta untuk diberikan semacam kebebasan atau pun dilepaskan dari klaim tuntutan hukum kalau seandainya ada

masalah dalam program vaksinasi," kata Honesti dalam rapat terbuka Komisi IX DPR RI bersama Kementerian Kesehatan, Selasa (12/1).

"Ini masih kita diskusikan, karena kita juga tidak mau mendapatkan semacam cek kosong saja, tapi kita juga melihat nanti bagaimana klausa bisa kitanegosiasikan dengan Pfizer-BioNTech," tambahnya.

Diketahui, sebelumnya Indonesia berencana memesan vaksin korona buatan Pfizer-BioNTech sebanyak 50 juta dosis dengan opsi penambahan 50 juta dosis lagi. Namun, ini masih dalam tahap finalisasi.

Vaksin ini pun sudah mendapat izin penggunaan darurat dari Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Diinformasikan, vaksin korona PfizerBioNTech memiliki tingkat efektivitas mencapai 90 persen.

Meski begitu, vaksin tersebut harus disimpan dalam suhu dingin minus 70 derajat celsius. Hal ini menyebabkan vaksin korona Pfizer-BioNTech membutuhkan perhatian khusus dalam proses pendistribusiannya, terutama di negara tropis seperti Indonesia. • ans

## Kejengkelan Jokowi Saat Ungkit...

lapangannya apa. Teknologi apa yang kurang. Karena ini akan jadi contoh," jelasnya.

**SAMBUNGAN** 

Sebagai informasi, saat ini pupuk subsidi kembali langka. Sementara itu, petani di Kabupaten Indramayu, Jawa Barat, pada musim tanam kali ini kembali merasakan sulit untuk mendapatkan pupuk subsidi, meskipun mereka telah mempunyai kartu tani.

"Sekarang pupuk susah

didapatkan, padahal tanaman kami harus diberikan pupuk," kata Wakil Ketua Kontak Tani Nelayan Andalan (KTNA) Kabupaten Indramayu Sutatang di Indramayu.

Sutatang mengatakan sulitnya petani mendapatkan pupuk subsidi ini karena masalah alokasi yang tak kunjung dibenahi oleh pemerintah. Sehingga setiap kali masuk musim tanam kelangkaan pupuk subsidi terus

Selain itu elektronik Rencana Definitif Kebutuhan Kelompok (e-RDKK) pupuk subsidi juga sampai saat ini belum maksimal dan menyebabkan alokasi pupuk yang tidak mencukupi kebutuhan para petani. "Alokasi pupuk subsidi saat ini menggunakan e-RDKK vang diisi oleh petani dan penyeluh. Namun ini tidak bisa mencakup semua petani, karena ada beberapa petani yang tidak didaftarkan dalam e-RDKK," katanya.

Sehingga setiap kali masuk musim tanam, permasalahan pupuk subsidi di Kabupaten Îndramayu, terus terjadi dan itu harus segera dibenahi. Sebab Kabupaten Indramavu termasuk lumbung padi nasional dan apabila permasalahan itu tidak segera diselesaikan, maka produksi petani dipastikan

DARI HAL 1 menurun.

Dia menambahkan para petani yang mempunyai kartu tani pun saat ini tidak bisa digunakan, apalagi untuk dapat mendapatkan pupuk subsidi.

"Ada yang punya kartu tani, tapi tidak bisa dilayani kios, padahal mereka kan yang berhak mendapatkan pupuk subsidi. Kios beralasan tidak ada di e-RDKK," tutur Sutatang. • mar

#### Pagi ini Presiden Jokowi Disuntik...

"Besok saat penyuntikan perdana tersebut juga akan disiarkan secara live streaming. Jadi proses nya seperti apa, bisa dilihat langsung besok," jelasnya.

Sementara itu mengenai tempat pelaksanaan vaksinasi Presiden akan diinfokan selanjutnya.

Presiden Jokowi dalam beberapa kesempatan telah menyatakan kesediaannya menjadi orang pertama di Tanah Air yang menerima vaksinasi Copid-19 setelah fatwa kehalalan dari MUI terbit.

Kasus Aktif Naik 122%

Ketua Satuan Tugas (Satgas) Penanganan Covid-19 Doni Monardo mengingatkan bahwa kasus aktif Covid-19 mengalami peningkatan signifikan dalam 2,5 bulan terakhir. Pada awal minggu kedua November 2020, kasus aktif Covid-19 di Indonesia berada pada posisi terendah yakni 12,12 persen atau 54.000 kasus. Sementara saat ini kasus aktif sudah mencapai sekitar 123.000 kasus.

"Artinya telah terjadi penizin EUA dari BPOM dan ingkatan lebih dari dua kali lipat tepatnya sekitar 122 persen," kata Doni, seusai memantau

kedatangan 15 juta dosis vaksin kan penambahan kapasitas Doni, upaya ini saja tidak cu-Sinovac di Bandara Soekarno-Hatta, Tangerang, Banten, Selasa (12/1).

Kasus aktif adalah pasien positif Covid-19 yang sedang menjalani perawatan di rumah sakit. Jumlahnya diketahui dari pengurangan jumlah total pasien terinfeksi Covid-19 dengan jumlah total pasien sembuh dan meninggal dunia.

Untuk mengantisipasi kenaikan kasus aktif tersebut, ada sejumlah langkah yang telah ditempuh pemerintah. Sebagaimana arahan Presiden Jokowi dan Menteri Kesehatan Budi Gunadi Sadikin, dilaku-

rumah sakit untuk pasien Covid-19, meliputi ruang isolasi dan ICU. Doni mengaku telah me-

minta jajarannya untuk menyiapkan posko-posko penanganan Covid-19 mulai dari tingkat provinsi, kabupaten/ kota, sampai dengan desa dan kelurahan. "Untuk bisa mengetahui

perkembangan yang terjadi di seluruh daerah dan melakukan langkah-langkah pencegahan sebagaimana yang telah ditetapkan kan oleh pemerintah," ujarnya.

Namun demikian, kata

kup. Pengendalian penyebaran virus korona harus diimbangi dengan penerapan protokol kesehatan yang ketat. Ia meminta masyarakat tetap disiplin dalam memakai masker, mencuci tangan, dan menjaga jarak. Sekalipun vaksinasi Covid-19 akan segera dimulai, kata Doni, disiplin protokol kesehatan tak boleh mengendur. "Vaksin harus paralel dengan kepatuhan, dan kepatuhan serta disiplin ini tidak cukup hanya untuk diri sendiri, tetapi harus dikembangkan dan ditularkan kepada seluruh orang yang ada di sekitar kita," katanya. • mar

#### Selain Narkoba, Polisi Menyita Senpi...

narkoba Polres Jakarta Barat Ronaldo Maradona menam-

Untuk itu, pihaknya akan segera melimpahkan kasus kepemilikan senpi ini kepada Satuan Reserse dan Kriminal (Reskrim) Polres Jakarta Barat.

"Dari hasil pemeriksaan yang kami lakukan, senpi ini tak ada izinnya. Ranah penyelidikannya bukan di Resnarkoba tapi akan kami limpahkan ke Reskrim," lanjut Ronaldo. Diberitakan sebelumnya,

APH, suami penyanyi Nindy, ditangkap Polres Jakarta Barat karena kedapatan memiliki narkotika jenis happy 5 (H5), Kamis (7/1) malam, sekitar pukul 19.00 WIB.

"Pada sekitar kamis 7 januari sekitar pukul 19.00 WIB, Satnarkoba menangkap (seseorang) yang diduga pengguna narkotika, (yakni) saudara

APH," ujar Ady. Satu setengah butir H5 dan sebuah alat hisap

ditemukan di kediaman APH.

"Dari yang bersangkutan kami mendapatkan beberapa barang bukti, yaitu satu butir (narkotika jenis) happy5 atau H5. Juga kita dapatkan satu plastik kecil setengah butir jenis happy5 juga," lanjutnya.

Selain pil tersebut, ditemukan juga sebuah alat hisap narkoba. Selanjutnya, pihak Polres Jakarta Barat segera melakukan tes urine. Hasilnya, APH terbukti mengonsumsi amphetamine dan metham-

"Kepada yang bersangkutan kami coba tes urin dan hasilnya positif amphetamine dan methamphetamine," lan-

Ketika APH ditangkap, ia sedang berada dengan anakanaknya di rumah. Namun, istrinya tidak sedang berada di rumah kala itu.

"Hanya APH dan anakanaknya (yang berada di rumah). Kita belum lakukan pemeriksaan karena Nindy saat itu tidak di rumah. Kalau ada kita periksa," jelas Ronaldo.

Meski belum diperiksa hingga hari ini, Ronaldo menyatakan bahwa tidak menutup kemungkinan pihaknya juga akan memeriksa Nindy. • mar

## Black Box Sriwijaya Air SJ182 Ditemukan...

Diberitakan sebelumnya, Pesawat Sriwijaya Air bernomor register PK-CLC dengan nomor penerbangan SJ-182 rute Jakarta-Pontianak hilang kontak pada Sabtu 9 Januari 2021 pukul 14.40 WIB dan jatuh di antara Pulau Lancang dan Pulau Laki, Kepulauan Seribu, DKI Jakarta.

Pesawat jenis Boeing 737-500 itu hilang kontak pada posisi 11 nautical mile di utara Bandara Internasional Soekarno-Hatta, Tangerang setelah melewati ketinggian 11.000 kaki dan pada saat menambah ketinggian di

13.000 kaki.

Pesawat lepas landas dari Bandara Soekarno Hatta pukul 14.36 WIB. Jadwal tersebut mundur dari jadwal penerbangan sebelumnya 13.35 WIB. Penundaan keberangkatan karena faktor cuaca.

Berdasarkan data manifest, pesawat yang diproduksi tahun 1994 itu membawa 62 orang terdiri atas 50 penumpang dan 12 orang kru.

Dari jumlah tersebut, 40 orang dewasa, tujuh anak-anak, tiga bayi. Sedangkan 12 kru terdiri atas, enam kru aktif dan enam kru ekstra. • mar

#### 302 Pasien Korona Meninggal Dunia,...

mencapai 846.765. Dari jumlah total tersebut,

terdapat 695.807 orang yang

itu didapat dari penambahan pasien sembuh sebanyak 7.068

telah memberi dampak ke 510 dari 514 kabupaten/kota di seluruh provinsi di Indonesia.



## Ditemukan Kasus Covid-19...

sendiri dan dapat menyem-

"Ini satwa liar, dan mer- buhkan secara berbeda dari eka memiliki ketahanan yang kita lakukan," terang menyatakan keprihatinan terancam punah ini diketahui

Pakar satwa liar telah virus korona. Spesies yang tentang gorila yang terinfeksi memiliki 98,4 persen DNA

yang sama dengan manusia dan merupakan hewan sosial.

#### INTERNATIONAL MEDIA, RABU 13 JANUARI 2021

## **Imunisasi Mampu Mencegah** Pneumonia dan Kematian pada Anak

JAKARTA (IM) -

Pneumonia atau peradangan paru akibat infeksi masih menjadi ancaman serius bagi bayi dan balita di Indonesia. Ketua Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) Jawa Tengah Dr dr Fitri Hartanto mengatakan, pneumonia berbahaya karena menyerang saluran napas.

"Langkah pencegahannya tentu bisa dilakukan secara umum melalui ASI, makanan pendamping ASI dan perbaikan gizi, serta pencegahan spesifik lewat vaksin imunisasi," kata Fitri, dalam webinar berjudul "Edukasi Media dan Penyebaran Komunikasi Publik Peran Avah dan Pencegahan Pneumonia pada Anak dengan Imunisasi", Selasa (12/1).

Dikatakan, imunisasi pneumonia yang harus dilaksanakan sebanyak tiga kali dalam setahun, bisa menjadi pertahanan bagi anak-anak untuk terhindar dari serangan bakteri maupun virus yang membuat anak terpapar pneumonia. Selain imunisasi wajib, ada juga imunisasi pilihan yang dibutuhkan masyarakat. termasuk imunisasi pneu-

Menurut hasil survei Sosial Demografi Dampak Covid-19 di Provinsi Jawa Tengah pada 2020 oleh Badan Pusat Statistik (BPS) Jawa Tengah, tercatat sekitar 18,4% dari 10.570 responden warga di Jawa Tengah saat ini memiliki pendapatan rumah tangga di atas Rp 4,8 juta. Dengan kemampuan ekonomi tersebut, artinya imunisasi pilihan seperti pneumonia pelaksanaannya memungkinkan dilakukan secara

Diungkapkan, profil kesehatan Indonesia pada 2019 mencatat 468.172 kasus pneumonia balita, di mana 551 meninggal dunia. Namun balita yang terpapar risiko pneumonia diperkirakan berjumlah 885.551 atau 3,55 % dari jumlah balita di Indonesia.

Sementara untuk Provinsi Jawa Tengah sendiri mencatat 2.652.751 jumlah balita dan prevalensi pneumonia pada balita diperkirakan 3,61%. Realisasi penemuan penderita pneumonia pada 2019 sebanyak 50.263 balita.

Ketua Tim Pengerak PKK Provinsi Jawa Tengah Atikoh Suprianti Ganjar Pranowo mengatakan, di tengah pandemi Covid-19 saat ini, kesehatan menjadi anugerah yang harus terus dijaga. Atikoh menekankan pentingnya para orang tua mengenali gejala pneumonia pada anak dan jangan abai.

"Jangan sampai menunggu anak terkulai lemas untuk memastikan bahwa anak memang sakit," kata Atikoh Ganjar

Ditambahkan Psikolog dari Unika Soegijapranata Semarang Lita Widyo Hastuti, kesehatan menjadi kebutuhan utama pada kehidupan anak, sehingga menjadi prioritas bagi orang tua. Peran ayah sebagai bagian integral dalam perkembangan anak memiliki ruang lapang untuk terlibat dalam masalah-masalah kes-

Ia menambahkan, para ayah juga bisa terlibat dalam kesehatan anak dengan mendorong pola makan dan olahraga, memantau kesejahteraan dan perkembangan anak, dan memahami kebiasaankebiasaan anak sehingga tahu kapan anak sehat dan kapan anak sakit. • tom

### **Minum Teh Jahe Sebelum Tidur Bantu Turunkan Berat Badan**

JAKARTA (IM) - Memiliki berat badan ideal menjadi idaman bagi sebagian banyak orang. Alih-alih melakukan diet yang tidak sehat, ternyata ada cara sederhana yang bisa membantu menurunkan berat badan.

Ahli diet terdaftar Lisa Richards mengatakan bahwa mengonsumsi teh jahe hangat bagus untuk meningkatkan kualitas tidur. Tak hanya itu, teh jahe juga bisa meningkatkan kemampuan tubuh untuk membakar kalori dengan mempercepat kerja metabolisme.

"Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa jahe berpengaruh dalam mempercepat kemampuan pembakaran kalori dalam tubuh kita," kata Richards seperti dikutip dari laman She Finds beberapa waktu yang lalu.

Untuk mencapai berat badan ideal, kualitas tidur memang harus menjadi salah satu prioritas yang diperhatikan. Richards mengatakan bahwa ada korelasi yang besar antara tidur dan kinerja metabolisme. Selama tidur bagian REM, metabolisme bekerja lebih cepat sehingga tubuh mampu membakar

lebih banyak kalori.

"Proses ini dapat ditingkatkan dengan mengonsumsi nutrisi atau senyawa makanan tertentu sebelum tidur. Konsumsi minuman hangat adalah cara yang bagus untuk memasukkan bahan-bahan yang meningkatkan metabolisme ini sebelum tidur sambil juga membantu kita rileks ketika tidur," kata Richards.

Ketika kita memprioritaskan tidur, tubuh juga akan memiliki lebih banyak energi sehingga kita bisa berolahraga dengan maksimal. Sebuah penelitian yang memantau kinerja atletik pemain basket yang tidur 10 jam setiap malam, mengungkap bahwa peserta menjadi lebih atletis dan mengalami peningkatan energi setelah tidur dengan

Karena itulah jika di tahun 2021 nanti ingin menerapkan diet sehat yang simpel, kamu tinggal rutin mengonsumsi teh jahe hangat sebelum tidur. Tidak hanya mengandung banyak nutrisi dan antioksidan untuk meredakan peradangan, the jahe juga bisa meningkatkan pencernaan dan metabolisme, serta menyenyakkan tidur. • tom

#### International Media

PEMIMPIN REDAKSI: Osmar Siahaan PELAKSANA HARIAN: Lusi J, Prayan Purba. PENANGGUNG JAWAB: Bambang Suryo Sularso. KORDINATOR LIPUTAN/FOTO: Sukris Priatmo. **REDAKSI:** Frans G, Vitus DP, Berman LR,

Bambang Suryo Sularso. ARTISTIK: M Rifki, James Donald, Indra Saputra. SIRKULASI-PROMOSI: A Susanto, Nurbayin, A. Sumardi, Slamet, Ahyar, Ferry.

AGEN: JOGJA (Hidup Agency), PADANG (Karel Chandra), PALEMBANG (Angkasa), SOLO (ABC), BELITUNG (Naskafa Tjen). PANGKAL PINANG (Yuliani, John Tanzil), BALIK-PAPAN dan SAMARINDA (Cv Gama Abadi, Alan/Tatang), MAKASSAR dan MANADO (Jefri/Meike, Jemmy), TARA-KAN KALTIM (Ali), BALI (Swasti), PEKANBARU (Bob), LAMPUNG (Kartika), SURABAYA, MEDAN

dan PONTIANAK. KEUANGAN/IKLAN: Citta.

BIRO BOGOR: Subagiyo (Kepala Biro), Jaidarman BIRO TANGERANG: Johan (Kepala Biro), Soar Siringoringo. BIRO BEKASI: Madong Lubis (Kabiro),

Riston Pardamean Lubis, Kartoni Lubis. BIRO SEMARANG: Tri Untoro.

BIRO BANDUNG: Lyster Marpaung. BIRO BANTEN: Drs H Izul Jazuli (Kepala Biro), Stefano (Koordinator Berita Serang, Pandeglang dan Lebak). BIRO LEBAK: Nofi Agustina (Kabiro).

HARGA ECERAN: Rp 2.500,-/eks (di luar kota Rp 3.000,-/eks), Harga Langganan Rp 50.000,-/Bulan. PERCETAKAN: PT. International Media Web Printing **ALAMAT:** Jl. Kapuk Kamal Raya No. 40-A, Jakarta Barat. (isi di luar tanggung jawab percetakan).

BIRO JAMBI: Ratumas Sabar Riah, Rts Zuchriah.

Alamat Redaksi/Iklan: Gedung Guo Ji Ribao Lt 3 Jalan Gunung Sahari XI No. 291 Jakarta Pusat 10720 **Telp:** 021-6265566 pesawat 4000 Fax: 021-639.7652. Twitter: International Media @redaksi IM