

Studi Sarankan Penyintas Serangan Jantung Rutin Minum Kopi

Minum kopi atau teh hijau disinyalir membantu melindungi dari penyakit jantung.

JAKARTA (IM) - Sebuah studi yang digagas oleh American Heart Association menyarankan penyintas serangan jantung untuk rutin minum kopi.

Minum kopi atau teh hijau disinyalir membantu melindungi dari penyakit tambahan dan risiko kematian.

Penyakit jantung (termasuk serangan jantung dan stroke) menjadi penyebab utama kematian di seluruh dunia.

Studi berusaha menyelidiki apakah minum kopi dan teh hijau dapat menawarkan manfaat bagi orang-orang yang pernah mengidap kedua penyakit itu.

Studi menganalisis data 46 ribu orang berusia 40 hingga 79 tahun. Mereka

berpartisipasi dalam studi kohort kolaboratif Jepang untuk evaluasi risiko kanker.

Peserta dibagi tiga kelompok; pernah mengidap serangan jantung, pernah mengidap stroke, dan tanpa riwayat medis keduanya.

Di antara data yang dianalisis adalah informasi tentang berapa cangkir teh hijau dan kopi yang dikonsumsi orang-orang tersebut.

Hasilnya menemukan hubungan antara minum kopi setiap hari dengan sekitar 22 persen penur-

unan risiko kematian di antara penyintas serangan jantung.

Penurunan tersebut jika dibandingkan dengan penyintas yang tidak minum kopi secara teratur.

Selain itu, penelitian menemukan penyintas stroke yang minum setidaknya tujuh cangkir teh hijau setiap hari mengalami penurunan risiko 62 persen untuk semua penyebab kematian, dibanding dengan yang tidak terbiasa minum teh hijau.

Para peneliti mencatat bahwa karena data berasal dari orang dewasa di Jepang,

penting untuk memperhatikan bagaimana minuman-minuman ini sering dikonsumsi oleh para peserta.

Akan tetapi, mengonsumsi kedua minuman itu secara umum memang berkhasiat.

Kedua minuman itu sebelumnya telah dikaitkan dengan kesehatan jantung pada orang yang tidak menderita penyakit jantung.

Kopi kadang-kadang diminum dengan susu dan gula, sedangkan teh hijau sering dikonsumsi tanpa gula, dikutip dari laman Slashgear, Kemarin. ● tom

SAMBUNGAN

positif dalam satu RT selama tujuh hari terakhir. Maka skenario pengendalian

Dilarang Berkerumun Lebih dari 3 Orang...

adalah menemukan kasus suspek dan pelacakan kontak erat.

Lalu melakukan isolasi mandiri untuk pasien positif dan kontak erat dengan pengawasan ketat.

c. Zona oranye dengan kriteria jika terdapat 6 sampai dengan 10 rumah dengan kasus konfirmasi positif dalam satu RT selama tujuh hari terakhir.

Maka skenario pengendalian adalah menemukan kasus suspek dan pelacakan kontak erat.

Lalu melakukan isolasi mandiri untuk pasien positif dan kontak erat dengan pengawasan ketat.

Serta menutup rumah ibadah, tempat bermain anak dan tempat umum lainnya kecuali sektor esensial.

d. Zona merah dengan kriteria jika terdapat lebih dari 10 rumah dengan kasus konfirmasi positif dalam satu RT selama tujuh hari terakhir.

Maka skenario pengendalian adalah pemberlakuan PPKM tingkat RT yang mencakup:

1. Menemukan kasus

suspek dan pelacakan kontak erat

2. Melakukan isolasi mandiri/terpusat dengan pengawasan ketat

3. Menutup rumah ibadah, tempat bermain anak dan tempat umum lainnya kecuali sektor esensial

4. Melarang kerumunan lebih dari 3 orang

5. Membatasi keluar masuk wilayah RT maksimal hingga Pukul 20.00

6. Meniadakan kegiatan sosial masyarakat di lingkungan RT yang menimbulkan kerumunan dan berpotensi menimbulkan penularan

Dimana pengaturannya lebih lanjut hal-hal sebagaimana dimaksud pada huruf d akan diatur oleh Satgas Penanganan Covid-19 Nasional.

“PPKM Mikro dilakukan melalui koordinasi antara seluruh unsur yang terlibat.

Mulai dari Ketua RT/RW, Kepala Desa/Lurah, Satlinmas, Babinsa, Bhabinkamtibmas, Satpol PP, PKK, Posyandu, Da-

DARI HAL 1

sawisma, Tokoh Masyarakat, Tokoh Agama, Tokoh Adat, Tokoh Pemuda, Penyuluh, Pendamping, Tenaga Kesehatan, dan Karang Taruna serta relawan lainnya,” demikian kutipan diktum ke-3 Instruksi Mendagri No.3/2021.

Dita angga Menur Dirjen Bina Administrasi Kewilayahan Kemendagri Syafrizal penda baru dapat memperoleh instruksi.

Dia mengatakan bahwa pemerintah akan melakukan pengawasan berjenjang untuk mengawasi PPKM mikro yang menyentuh tingkatan RT.

“Secara berjenjang kita monitor mulai RT dan RW.

Jika sebelumnya kita hanya melihat angka besar provinsi dan kabupaten/kota namun sekarang pemerintahan mikro ikut terlibat.

Ini kita harapkan seluruh lapisan masyarakat ikut berkolaborasi,” tuturnya. ● mar

Ridho Rhoma Kembali Tersandung...

Selatan bersama dua rekannya pada 4 Februari 2021.

Saat dilakukan pengeledahan, polisi menemukan tiga butir ekstasi di kantong celana Ridho.

“Pada pada saat dilakukan pengeledahan, di dalam kantong celananya ditemukan ada tiga butir ekstasi,” ujar Yusri.

Saat dilakukan tes urine, Ridho dinyatakan positif menggunakan ekstasi, sedangkan dua rekannya negatif.

“Untuk saudara MR atau RR positif, hasil tes urine positif mengandung

metamfetamin dan amfetamin dengan barang bukti yang ditemukan,” lanjut Yusri.

Ridho dikenai Pasal 112 ayat 1 sub Pasal 127 ayat 1 Undang-Undang Nomor 35 Tahun 2009 tentang Narkotika dengan pidana penjara paling singkat empat tahun dan paling lama 12 tahun.

Empat tahun lalu, tepatnya Sabtu (25/3/2017) dini hari, Ridho Roma ditangkap tim Satuan Narkoba Polres Metro Jakarta Barat di hotel kawasan Tanjung Duren, Jakarta Barat.

Ia ditangkap bersama

temannya berinisial S.

Ridho ditangkap saat baru turun dari mobil dan berjalan menuju lift hotel.

Ketika melakukan pengeledahan, polisi menemukan sabu seberat 0,7 gram di dalam papperbag warna cokelat yang disimpan di jok depan kiri mobil Honda Civic yang ditumpang Ridho.

Selain itu, ditemukan pula alat isap jenis bong.

Putusan kasasi Mahkamah Agung (MA) memberatkan hukuman Ridho menjadi 18 bulan penjara. ● mar

100 Tenda Khusus Disiapkan bagi...

100 tenda untuk penanganan Covid,” tambah Anies.

Badan Penanggulangan Bencana Daerah (BPBD) DKI Jakarta sebelumnya mengabarkan, tingginya curah hujan di hulu menyebabkan Kali Sunter dan Kali Ciliwung di Ibu Kota meluap. Kondisi itu menyebabkan banjir di permukiman yang berada di pinggir dua kali tersebut.

Pelaksana Tugas (Plt) Kepala BPBD DKI Jakarta Sabdo Kurnianto mengatakan, berdasarkan data

BPBD hingga Senin pukul 12.00 WIB, ada 150 RT di 42 RW yang terdampak banjir di Ibu Kota.

Titik banjir tersebar di Jakarta Timur dan Jakarta Selatan. S

abdo menambahkan, di Jakarta Selatan banjir menggenangi tujuh kelurahan di empat kecamatan, tepatnya di 38 RT di 17 RW, dengan ketinggian air antara 40-190 sentimeter.

Jumlah pengungsi yang tercatat sebanyak 30 kepala keluarga (KK) dengan total

304 jiwa.

Di Jakarta Timur, banjir melanda 112 RT di 25 RW dengan ketinggian antara 40-125 sentimeter. Jumlah pengungsi dari wilayah itu sebanyak 193 KK dengan total 725 jiwa. Dengan demikian, ada 1.029 warga yang mengungsi.

Untuk menampung pengungsi, sebanyak 14 lokasi pengungsian telah digunakan. BPBD DKI Jakarta menyatakan tidak ada korban jiwa dalam banjir yang terjadi. ● mar

Terbukti Terima Suap, Jaksa Pinangki...

terdakwa dinilai menutup-nutupi keterlibatan pihak lain dalam perkara ini.

Selain itu, majelis hakim juga menilai terdakwa berbelit-belit dalam memberikan keterangan, tidak mengakui kesalahannya, serta telah menikmati hasil tindak pidana.

Terakhir, Pinangki dinilai tidak mendukung pemerintah dalam rangka penyelenggaraan negara yang bebas korupsi, kolusi, dan nepotisme.

Namun, ada pula yang dinilai meringankan Pinangki menurut majelis hakim.

“Terdakwa bersikap sopan di persidangan, terdakwa adalah tulang punggung keluarga, mempunyai tanggungan seorang anak yang masih kecil berusia 4 tahun. Terdakwa belum pernah dihukum,” ucap hakim.

Sebelumnya, JPU meyakini Pinangki menerima uang 500.000 dollar AS dari terpidana JST sebagai uang muka terkait pengurusan fatwa.

Fatwa itu menjadi upaya agar JST dapat kembali ke Indonesia tanpa menjalani vonis dua tahun penjara di kasus korupsi pengalihan

hak tagih (cessie) Bank Bali.

Sementara itu, Pinangki juga diyakini melakukan tindak pidana pencucian uang sebesar 450.000 dolar dengan membeli mobil BMW X5, membayar dokter kecantikan di AS, hingga membayar tagihan kartu kredit.

Terakhir, JPU meyakini Pinangki melakukan pemufakatan jahat bersama terdakwa Djoko Tjandra dan Andi Irfan Jaya untuk menjangkau uang 10 juta dolar AS kepada pejabat Keajugung dan MA demi mendapatkan fatwa. ● mar

Vaksin AstraZeneca Diklaim Efektif Lawan Virus Covid-19

LONDON (IM) - Vaksin Oxford-AstraZeneca disebut efektif melawan varian virus korona yang menyebar dengan cepat berasal dari Inggris.

Tetapi vaksin itu kemungkinan kurang efektif melawan strain Covid-19 dari Afrika Selatan.

Penelitian terbaru menemukan bahwa jab melawan “varian Kent” yang menyebabkan lonjakan kasus Covid-19 baru akhir tahun lalu.

Data juga mengungkapkan tanda-tanda lebih lanjut bahwa vaksin dapat bekerja untuk mengurangi penularan.

“Vaksin ini bekerja dengan baik melawan strain Inggris dan juga melawan versi awal virus, yang berarti elemen sistem kekebalan lainnya mungkin memainkan peran penting dalam melindungi dari penyakit,” kata kepala peneliti dalam uji coba vaksin Oxford Prof Andrew Pollard dilansir dari Arab News pada Senin (8/2).

Sementara itu, kepala penelitian dan pengembangan AstraZeneca, Mene Pangalos mengatakan, kemungkinan vaksin tersebut akan kurang efektif dalam mencegah gejala ringan dan sedang dari varian Afrika Selatan.

Di sisi lain, June Raine selaku CEO dari regulator

medis Inggris, mengatakan bahwa hasil vaksin Oxford-AstraZeneca sangat meyakinkan.

Kemudian sebuah laporan baru dari regulator menemukan manfaat vaksinasi virus corona jauh lebih besar daripada risiko kecil yang terlibat.

Laporan itu mengatakan kemungkinan efek samping hanya ringan, seperti nyeri lengan karena jarum, sakit kepala ringan, menggigil atau demam.

Tingkat pelaporan untuk efek samping adalah sekitar tiga per 1.000 dosis - tingkat yang mirip dengan suntikan flu tahunan yang umum.

Tetapi karena beberapa penerima vaksin gagal melaporkan efek samping, regulator percaya bahwa sekitar satu dari 10 orang harus diharapkan efek samping yang ringan.

Studi lain dari Oxford menemukan bahwa orang yang telah menerima vaksin dan kemudian terinfeksi menunjukkan jumlah virus yang lebih rendah di dalam tubuh.

Prof Andrew Pollard turut menanggapi temuan tersebut.

“Asumsi yang masuk akal bahwa vaksin dapat diterjemahkan ke dalam penurunan penularan yang substansial,” ujar Pollard. ● tom

Target Vaksinasi Covid-19 Diyakini Selesai pada 2022

JAKARTA (IM) - Pemerintah menargetkan akan menyelesaikan proses vaksinasi kepada sekitar 181,5 juta penduduk Indonesia dalam jangka waktu 15 bulan. Proses vaksinasi itu sendiri dilakukan secara bertahap terhingga sejak Januari 2021 hingga Maret 2022.

Anggota Komisi IX DPR M Yahya Zaini, mengingatkan, untuk mencapai target tersebut sangat tergantung kecepatan penyediaan vaksin dan pelaksanaan seluruh proses vaksinasi.

“Saya optimis target tersebut bisa dicapai. Kalau pun meleset, lebih-lebih sedikit. Apalagi pemerintah sudah dapat komitmen pembelian vaksin untuk memenuhi kebutuhan sekitar 400 juta lebih vaksin,” kata Yahya Zaini, di Jakarta, Senin (8/2).

Terkait vaksinasi kepada tenaga kesehatan yang sempat terlambat, dirinya meyakini persoalan tersebut muncul lantaran adanya data Kementerian Kesehatan yang kurang valid.

“Tapi sudah diatasi dengan cara manual. Sekarang pergerakannya sudah lumayan lancar. Sampai sekarang sudah sekitar 650 ribu tenaga kesehatan yang divaksin dengan rata-rata harian sekitar 50 ribu orang. Yang divaksin dua kali sudah 71 ribu orang dengan

rata-rata harian 19 ribu orang,” ungkapnya.

Dirinya juga meyakini jika vaksinasi berjalan lancar dan sesuai target maka akan terjadi herd immunity di tengah masyarakat.

Dengan demikian pada tahun 2022 secara barungsur Covid-19 akan berakhir di Indonesia.

Menurutnya, langkah percepatan vaksinasi untuk mencapai target bebas Covid-19 kuncinya juga ada di pendataan.

Jika data yang dimiliki valid, maka pelaksanaannya akan lebih lebih cepat.

Juru Bicara Vaksinasi Covid-19 dari PT Bio Farma, Bambang Heriyanto juga meyakini target vaksinasi 181 juta penduduk Indonesia pada 2022 akan dapat terpenuhi.

Asalkan ada komitmen untuk menyediakan kebutuhan vaksin dan ketepatan pelaksanaannya.

Tugas Biofarma sendiri menyiapkan kebutuhan vaksin di Indonesia. Ditargetkan pada tahun 2021 ini ada 429 juta dosis yang akan dipergunakan untuk mensukseskan program vaksinasi nasional.

“Kita semua harus optimis. Untuk setahun ini target kita ada 429 juta dosis. Bio Farma nanti siap dalam rangka mempercepat vaksinasi,” kata Bambang. ● tom

InternationalMedia

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), **BALIKPAPAN** dan **SAMARINDA** (Cv Gama Abadi, Alan/Tatang), **MAKASSAR** dan **MANADO** (Jefri/Meike, Jemmy), **TARAKAN 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).
BIRO JAMBI : Ratumas Sabar Riah, Rts Zuchriah.
HARGA ECERAN : Rp 2.500./leks (di luar kota Rp 3.000./leks), 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).

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

Kakek 70 Tahun Seberangi...



yang menghancurkan hati dari orang-orang yang memiliki pengalaman serupa dengan saya, dengan Roger,” terangnya.

Dalam perjalanan Frank Rothwell harus menghadapi gelombang laut setinggi 1,6 meter.

Perahu berbobot setengah ton dengan perbekalan dan makanan, sering kali didorong kembali mundur oleh angin dengan kecepatan 25 meter per jam.

“Anda tidak dapat mendayung melawan angin dengan perahu tunggal karena Anda terkadang harus berhenti tidur, dan ketika Anda menghentikannya, Anda akan terjengkal,” terangnya.

Ia pun menceritakan bagaimana asaat perahunya dikelilingi 300-an lumba-lumba dan juga diserang oleh ikan terbang kamikaze.

“Mereka terus menabrak atau mendarat di atas kapal. Awalnya saya tidak yakin suara apa yang terjadi di malam hari, tetapi saya akan sering mendengar gema yang keras,” lanjutnya.

Namun tantangan ter-

besarnya adalah merindukan istrinya yang telah dinikahinya selama 50 tahun, Judith, 71. Sang istri pun hadir di sana saat menyambungnya di Antigua.

“Kami adalah kekasih masa kecil. Dan dia adalah teman terbaik saya,” katanya.

Sementara itu, Yayasan Amal Makanan Islandia telah berjanji untuk menggandakan donasi pertama sebesar 500.000 poundsterling (Rp9,6 miliar).

“Saya telah mengenal Frank selama bertahun-tahun dan melihat dukungan yang diterimanya sungguh luar biasa,” terang Sir Malcolm Walker, pendiri firma tersebut.

Adapun Kepala Eksekutif Alzheimer’s Research UK Hilary Evans mengaku sangat tersentuh oleh tekad Frank.

Frank, dari Oldham, yang memiliki perusahaan penyimpanan dan kontainer Manchester Cabins, diketahui telah melakukan operasi lutut pada 2019 dan juga telah sembuh dari kanker prostat.

Pada 2017, petualang tersebut muncul di program survival Channel 4, “The Island with Bear Grylls”. ● osm

Bertambah 8.242 Kasus Positif...

Wiku Adisasmito meminta pimpinan di kementerian, lembaga pemerintahan dan perusahaan untuk melarang jajarannya bepergian selama masa libur panjang atau libur keagamaan.

Hal itu disampaikan Wiku terkait diperpanjangnya pelaksanaan pembatasan kegiatan masyarakat (PPKM) pada 9 Februari 2021.

“Kami memohon kepada pimpinan Kementerian, lembaga, TNI, Polri, BUMN, BUMD Pemda dan perusahaan untuk meminta pegawai, prajurit TNI, anggota Polri, untuk menunda perjalanan selama libur panjang atau libur keagamaan,” kata Wiku dalam konferensi persnya, Senin (8/2).

Wiku sebelumnya memaparkan, dalam perpanjangan PPKM aturan terkait keharusan melakukan pemeriksaan Covid-19 masih sama seperti sebelumnya. Namun, dalam rangka Tahun Baru

Imlek masyarakat yang ingin bepergian menggunakan moda transportasi kereta api di Pulau Jawa dan sekitarnya harus melakukan pemeriksaan tes Covid-19.

Pemeriksaan tersebut harus dilakukan paling tidak satu kali 24 jam jelang keberangkatan.

“Contohnya adalah liburan Imlek pada minggu ini, untuk angkutan darat jarak jauh dan kereta api, ini menggunakan RT PCR, antigen atau genus,” terang Wiku.

Untuk perjalanan di Pulau Jawa dan Luar Pulau Jawa khususnya untuk kereta api antar kota dan bukan di hari libur keagamaan, harus harus menyertakan hasil pemeriksaan RT-PCR atau antigen tiga kali 24 jam sebelum keberangkatan.

Masyarakat Jawa bisa menggunakan pemeriksaan menggunakan GeNose sebagai opsi jika tidak ingin melakukan pemeriksaan RT-PCR dan antigen. ● mar

Diselimuti Pasir Gurun Sahara...

berbondong-bondong ke Twitter untuk memposting gambar langit, dengan beberapa bidikan paling menakutkan yang menampilkan aura gurun di atas lanskap bersalju. Video bahkan menunjukkan bahwa beberapa lereng ski telah berubah menjadi “lanskap Mars” saat pasir menutupi es dan salju.

Foto juga menunjukkan beberapa bagian Swiss yang

terkena pasir. Ahli meteorologi Paul Marquis mengatakan kepada France Bleu bahwa kedatangan sirocco di awal Februari, bukan April, adalah “bukti” perubahan iklim.

Tetapi, outlet itu melaporkan bahwa angin berpasir juga membawa dampak positif, termasuk “menyehatkan tanah” dan baik untuk “kebumah sawur.” ● osm