

# Penyakit yang Perlu Diwaspadai Saat Musim Hujan

Manusia punya sekitar 30 juta antibodi unik yang bertugas mengenali bakteri tertentu.

**JAKARTA (IM)** - Masyarakat diminta mewaspadai beberapa penyakit yang berpotensi muncul saat musim penghujan.

Selain Covid-19, masyarakat hadapi ancaman penyakit DBD yang meningkat saat musim hujan tiba.

Epidemiolog UGM, dr Citra Indriani, mengatakan langkah 3M yakni menguras, menutup dan mengubur dipandang masih perlu diperhatikan masyarakat agar bisa mencegah DBD.

Juga diikuti langkah lain, misal memakai losion antinyamuk dan kelambu menghindari gigitan nyamuk Aedes Aegypti.

“Ada potensi peningkatan

kasus DBD saat musim hujan. Sebab, saat musim hujan terjadi peningkatan tempat perindukan nyamuk Aedes aegypti, sehingga penularannya juga semakin tinggi,” kata Citra pada Selasa (9/11).

Citra menyebutkan, leptospirosis juga penyakit yang banyak timbul saat musim penghujan, terutama di daerah yang banyak genangan.

Masyarakat perlu mewaspadai penyakit akibat bakteri leptospira yang disebarkan lewat air kencing tikus ini.

Bakteri leptospira dapat menginfeksi manusia lewat kulit, khususnya jika ada luka. Peneliti Pusat Kedokteran Tropis FKMK UGM tersebut mengingatkan agar masyarakat selalu menggunakan alas kaki

agar terhindari dari leptospirosis.

Masyarakat diimbau untuk selalu menjaga lingkungan sekitar agar tidak jadi sarang tikus.

Penting juga bagi masyarakat untuk membersihkan saluran-saluran air di sekitar rumah supaya tidak tersumbat dan menjadi genangan saat hujan.

Jika akan membersihkan saluran air diupayakan untuk menggunakan APD untuk mencegah terinfeksi bakteri leptosira.

Penyakit diare rentan mengalami peningkatan saat musim penghujan, terlebih di daerah terdampak banjir.

Banjir biasanya menyebabkan sistem sanitasi terganggu, sehingga potensial alami peningkatan kasus diare di daerah yang terkena banjir.

Penyakit malaria di beberapa daerah endemis biasanya akan meningkat saat musim

hujan datang.

“Lalu, penyakit lain yang biasanya muncul flu biasa,” ujar Citra.

Citra turut menjelaskan cara-cara yang dapat dilakukan untuk mencegah infeksi muncul saat musim hujan tiba.

Mulai dari menjaga imunitas, mengonsumsi makanan bergizi dan seimbang, serta menjalani pola hidup bersih dan sehat atau PIHBS.

Selain itu, Citra meminta masyarakat disiplin menjalankan protokol kesehatan guna mencegah penularan karena penyebaran covid belum berhenti.

Memakai masker, mencuci tangan, menjaga jarak, menghindari kerumunan dan membatasi mobilitas.

Cuaca dingin pada musim hujan bisa menjadi waktu yang menantang bagi sistem kekebalan tubuh, dengan banyaknya serangga yang berkeliaran dan suhu yang

lebih dingin berarti lebih banyak berada di dalam ruangan, sehingga memudahkan penyebaran kuman.

Ahli herbal medis, Euan MacLennan, mengatakan setiap hari, manusia menghirup lebih dari 100 juta bakteri yang berbeda.

“Untuk menghentikannya, kita memiliki sekitar 30 juta antibodi unik, masing-masing diprogram untuk mengenali satu bakteri yang diketahui,” kata dia dikutip dari laman Irish Examiner, beberapa waktu lalu.

Cara terbaik untuk menghentikan penyebaran serangga adalah dengan tetap melakukan hal-hal seperti mencuci tangan secara teratur dan meminimalisasi kontak dengan orang lain jika Anda atau mereka, tidak sehat.

Selain itu juga tetapi gaya hidup sehat dapat membantu mendukung sistem kekebalan juga. ● tom

## DARI HAL 1

## Serikat Pekerja Garuda Minta KPK Usut...

dan menyetujui ekspansi armada,” kata Tomy.

Sebelumnya, KPK menyambut baik adanya laporan dugaan korupsi yang dilaikan mantan Komisaris PT Garuda Indonesia (Persero), Peter Gontha. Pelaksana Tugas Juru Bicara KPK Ali Fikri memastikan, KPK akan mendalami setiap laporan yang masuk.

“Apabila dari hasil telaah dan kajian ditemukan adanya

indikasi peristiwa pidana, maka tidak menutup kemungkinan KPK akan melakukan langkah-langkah berikutnya sebagaimana hukum yang berlaku,” ujar Ali, melalui keterangan tertulis, Selasa (2/11) lalu.

KPK, ujar dia, juga mengajak masyarakat, siapa pun dan apa pun profesinya, yang mengetahui adanya dugaan tindak pidana korupsi untuk menyampaikannya.

Menurut Ali, tidak sedikit

penanganan perkara di KPK bermula dari laporan masyarakat.

“Kami sadar betul, bahwa keberhasilan KPK selama ini dalam mengungkap berbagai modus TPK, tak lepas dari peran aktif masyarakat,” ucapnya.

Namun, Ali meminta masyarakat yang melaporkan dugaan adanya tindak pidana korupsi untuk melaporkan dengan disertai data awal

yang dimiliki melalui saluran pengaduan KPK.

“KPK akan menganalisis dan memverifikasi terhadap data dan informasi yang diterima. Selanjutnya KPK akan melakukan telaah dan kajian terhadap data dan informasi tersebut,” katanya.

Peter Gontha menyangkit biaya sewa pesawat yang dilakukan perusahaan pelat merah tersebut terlalu mahal.

La pun mengaku telah melaporkan hal tersebut ke KPK serta Kementerian Hukum dan HAM (Kemenkumham).

Melalui akun Instagram miliknya, Peter Gontha menyebutkan, harga sewa pesawat Garuda kelewat mahal.

Dia memcontohkan harga Boeing 777 yang harga pasarnya 750.000 dollar AS per bulan malah disewa Garuda dengan tarif 1,4 juta dollar AS. ● mar

## 111 Ton Besi Proyek Kereta Cepat...

mengikuti dan menghormati proses investigasi, sementara ikuti itu dulu,” kata Koordinator Corporate Communication PT Wika Fekum Ariesbowo saat dihubungi, Selasa (9/11).

Fekum juga belum bisa memberikan keterangan ihwal keterlibatan pegawai PT Wika dalam pencurian itu. Ketika hasil investigasi dari polisi sudah jelas, maka PT Wika akan memberikan keterangan.

“Kalau investigasi sudah clear, baru kami sampaikan,” ujar Fekum.

Sebagai informasi, sebanyak 111 ton besi proyek Kereta Api Cepat Indonesia China (KCIC) atau yang dikenal atau Kereta Cepat Jakarta-Bandung

di wilayah Cipinang Melayu, Makasar, Jakarta Timur dicuri. Ini cukup mencengangkan.

Lima tersangka pelaku ditangkap yaitu SA, SU, AR, LR dan DR. Sementara tujuh tersangka lainnya, yakni GN, FR, G, IB, RM, DR dan HA masih dalam daftar pencarian orang (DPO).

“Dari jumlah (besi) yang diambil dan sudah dijual itu sekitar 111.081 kilogram. Ini cukup mencengangkan dengan berbagai jenis besi,” kata Kapres Jakarta Timur, Komisaris Besar Erwin Kurniawan, saat konferensi pers, Senin (8/11).

Erwin mengatakan, besi-besi yang diambil merupakan penyokong cor-coran milik PT

Wijaya Karya (Wika). Tersangka dijerat dengan Pasal 363 Kitab Undang-Undang Hukum Pidana (KUHP) tentang pencurian dengan pemberatan.

“Ancaman maksimal tujuh tahun penjara,” ujar Erwin.

Barang bukti yang disita polisi berupa satu mobil pikap, enam buah besi besar, dan lima buah besi kecil. Dalam aksi pencurian terakhir, komplotan itu berusaha mencuri besi proyek KCIC di wilayah Cipinang Melayu pada Sabtu dua pekan lalu.

Kepala Unit Reserse Kriminal Polsek Makasar Iptu Mochamad Zen mengatakan, aksi pencurian itu tepergok warga sekitar. Para pelaku langsung

kabur. Besi yang sudah dikumpulkan di mobil pikap ditinggalkan begitu saja.

“Kepergok warga, tertinggal itu mobil. Besi itu kan di atas mobil pelaku tuh. Berat tuh, kemudian kabur,” kata Zen, Senin lalu.

### Libatkan Orang Dalam?

Polisi mendalami keterlibatan pegawai PT Wijaya Karya (Wika) dalam kasus pencurian besi proyek Kereta Cepat tersebut.

“Ada indikasi demikian (keterlibatan orang dalam). Kami kembangkan lebih lanjut untuk mengungkap siapa saja yang terlibat,” kata Erwin.

Erwin menyebutkan, kom-

plotan pencuri besi itu melakukan aksinya dengan bebas.

“Apakah ada indikasi orang dalam, itu akan kami dalam,” ujar Erwin.

Erwin menyebutkan komplotan maling yang menggasak besi proyek Kereta Cepat sudah melakukan aksi mereka dalam enam bulan belakangan.

Terpisah, Kepala Unit Reserse Kriminal Polsek Makasar Iptu Mochamad Zen menyebutkan, kerugian mencapai Rp 1 miliar lebih.

“Barang bukti hasil inventarisasi dari Juli sampai Oktober 2021, tercatat di daftar material yang hilang diperkirakan seharga Rp 1 miliar lebih,” kata Zen, Senin (8/11). ● mar

## Tragis, 4 Orang Meregang Nyawa Saat...

Polres Metro Tangerang Kota, Kopol Abdul Rohim, mengatakan, kebakaran diduga akibat arus pendek.

“Saat saksi 2 sedang istirahat di dalam rumah, mendengar suara gaduh (benda jatuh) dan adanya asap yang masuk ke rumahnya selanjutnya saksi keluar rumah dan melihat api di sebelah kiri rumahnya udah membesar dan berteriak minta tolong, hingga didengar oleh saksi 3, lalu memberitahukan kepada saksi 1 (selaku ketua RT),” ujar Abdul Rohim.

Tiga korban yang sudah teridentifikasi yakni seorang pria berinisial J (35), seorang wanita berinisial E (31), seorang anak laki-laki berinisial J (5). Sementara satu orang korban wanita lainnya yang belum teridentifikasi.

Di sisi lain, Abdul Rohim menuturkan kerugian yang ditimbulkan dari kejadian ini. Dimana selain rumah hangus terbakar, harta benda lainnya seperti sebuah mobil, dua buah sepeda motor.

“Kerugian materi ditaksir

sekira Rp600.000.000,” ujar Abdul Rohim.

Sebelumnya, Anggoro, salah satu tim pemadam kebakaran menuturkan bahwa pada saat tim Damkar mendatangi lokasi, pihaknya tak menemukan kesulitan yang berarti. Diakuinya, pada saat tiba di lokasi, api sudah tampak membesar.

“Iya, api sudah membesar,” ujar Anggoro di lokasi kejadian Kendati demikian, pihaknya masih belum mengetahui asal api yang menewaskan

4 orang dalam kejadian ini. Sementara terkait kondisi jenazah sendiri, Anggoro menuturkan pihaknya menemukan jenazah dengan posisi yang berbeda-beda.

“Pertama ada di pintu luar satu, di atas dekat kamar mandi satu, di dapur satu dan di kamar satu,” tuturnya.

“Posisi tiduran semua dan hangus terbakar,” tegasnya.

Dia menuturkan, keempat jenazah sulit untuk dikenali. Namun, dia menuturkan jenazah yang ditemukan di kamar

mandi diakui paling utuh dari pada ketiga jenazah lainnya.

“Menurut saya tidak bisa dikenali. Yang satu di kamar mandi jasad masih utuh,” ujarnya.

Dari peristiwa kebakaran yang terjadi pada pukul 4.30 WIB itu, tim pemadam kebakaran sendiri menurunkan 28 personel dari berbagai gabungan 4 unit Damkar.

“Kalau dari Damkar Batu Ceper 2 unit, Ciledug 2 unit, Pos Pinang 1 unit, Marko 1 unit,” paparnya. ● mar

## Begini Caranya Bayar Pajak Kendaraan...

itu, pengguna diminta untuk menyetujui kode OTP yang dikirim lewat SMS. Registrasi pun berhasil dilakukan.

Pengguna harus melakukan verifikasi ulang dengan mengklik tautan yang dikirim melalui e-mail. Setelah semua tahapan ini dilakukan, pengguna perlu menambahkan data

kendaraan bermotor yang akan dibayarkan pajaknya.

Data kendaraan yang dibutuhkan termasuk nama pemilik kendaraan, NIK pemilik kendaraan, nomor registrasi kendaraan bermotor (NRKB), dan 5 digit terakhir nomor rangka, seperti dilansir dari samsatdigital.id.

Sedangkan cara bayar pajak kendaraan online, pemilik kendaraan sebelum membayar pajak, diminta untuk melakukan pengesahan STNK terlebih dahulu dengan memilih fitur “pendaftaran pengesahan STNK” di bagian tengah sebelah bawah aplikasi.

Kemudian, pilih NKR

yang akan dilakukan pengesahan. Informasi nominal yang harus dibayarkan pun muncul. Slide tombol kirim dokumen TBPKP dan masukkan alamat pengiriman. Rekap biaya akan muncul di layar telepon, kemudian klik lanjut.

Setelah itu akan muncul notifikasi cara pembayaran,

pilih cara pembayaran, maka kode bayar akan muncul. Klik lanjut, maka cara pembayaran akan tampil sesuai dengan bank yang dipilih.

Pengguna tinggal mengikuti arahan yang diberikan dan membayar pajak kendaraan sesuai nominal yang tertera. Proses selesai. ● mar

## 26 Siswa Sekolah Tewas Terbakar...

Niamey. “Lebih baik mengadakan kelas di bawah pohon daripada di gubuk jerami, yang

telah menjadi kuburan yang mudah terbakar bagi siswa,” katanya.

Presiden Mohamed Bazoum baru-baru ini berjanji untuk mengganti bangunan-

bangunan kayu itu. Kebakaran sekolah terjadi beberapa hari setelahnya setidaknya 18 orang

tewas di tambang emas yang runtuh di Distrik Dan-Issa di utara Niger. ● osm

## Tak Selamatkan Foto Pemimpin Korut,

Kementerian Keamanan Negara (MSS) Korea Utara, dan kemungkinan bisa berujung dengan hukuman bagi perempuan itu.

Dilaporkan DailyNK,

warga Korea Utara yang menyelamatkan potret keluarga Kim dari kebakaran diperlakukan sebagai pahlawan, sementara mereka yang gagal bakal menghadapi konsekuensi hukuman.

Setelah para ibu berhasil menyelamatkan anak-anak mereka, seorang buruh tani muda berhasil menyelamatkan potret Kim milik salah satu

keluarga yang tinggal di rumah tersebut.

Petani muda itu baru saja dibebaskan dari penjara karena pelanggaran kekerasan, tetapi dia sekarang menjadi

pahlawan dalam semalam hanya karena dia berhasil menyelamatkan potret keluarga pemimpin Korut dari kobaran api, kata sumber Daily NK. ● mar

## Ribuan Burung Pelikan Tiba-tiba...

makanan alternatif di sebuah lokasi utama. Sekitar 2,5 ton ikan kelas dua telah dimasukkan ke dalam kolam yang ditentukan di Mishmar Hasharon, sebuah kibbutz komunal di dekat pantai Mediterania

Israel di mana pelikan diperbolehkan untuk memakannya dengan puas.

“Program ini bertujuan untuk meminimalkan konflik antara manusia dan pelikan,” kata Ofir Bruckenstein dari

Otoritas Alam dan Taman Israel sebagaimana dilansir Reuters.

Dari tempat yang aman ini mereka dapat melanjutkan migrasi mereka yang seringkali melewati medan yang lebih

berbahaya.

Komunitas Perlindungan Alam di Israel memperkirakan bahwa sekitar setengah dari 500 juta burung yang bermigrasi mati selama perjalanan musiman sejauh ribuan kilo-

meter itu.

Mereka mati karena dimangsa predator alami serta aktivitas manusia, seperti perusakan habitat dan sengatan listrik oleh kabel listrik, kata komunitas itu. ● osm

## Manfaat Kurma untuk Penderita Diabetes dan Batasan Konsumsinya



**JAKARTA (IM)** - Manfaat kurma untuk penderita diabetes dan batasan konsumsinya penting untuk diketahui. Kurma kaya akan berbagai nutrisi, termasuk magnesium dan potasium yang bisa membantu mencegah lonjakan gula darah.

Kurma juga merupakan sumber serat, karbohidrat, dan antioksidan yang baik. Banyak penelitian telah meneliti efek obat dan nutrisi kurma. Beberapa nutrisi dan senyawa dalam kurma dapat bermanfaat bagi penderita diabetes dan resistensi insulin.

Pasien diabetes sendiri memiliki keharusan dalam menjaga asupan gula harian. Meski dibatasi, pasien diabetes tetap dianjurkan mengonsumsi gula sebagai sumber energi alami tubuhnya.

Dilansir dari Medical News Today, Selasa (9/11) gula dalam buah yang direkomendasikan dokter adalah kurma. Ahli Gizi dr Lisa Hodgson menerangkan bahwa orang dengan diabetes bisa makan dua sampai

tiga buah kurma sekaligus per hari.

“Namun, pasien diabetes tetap harus berbicara dengan dokter pribadi mereka untuk memastikan jumlah tersebut aman atau tidak dengan kondisi penyakitnya,” kata dr Hodgson.

Kurma sendiri mengandung 314 kalori per 100 gram. Misalnya kurma Medjool, memiliki ukuran dua kali lipat dari kurma pada umumnya. Pada 24 gram kurma Medjool, diketahui mengandung 66,5 kalori, 18 gram karbohidrat, 16 gram gula, 1,61 gram serat.

“Serat kurma membantu tubuh menyerap karbohidrat secara perlahan dan itu artinya mengurangi risiko lonjakan gula darah. Mengombinasikan kurma dengan almond baik juga untuk menurunkan kadar gula darah,” jelas dr Hodgson.

Tak hanya gula, pada dasarnya pasien diabetes juga perlu membatasi asupan karbohidratnya untuk menjaga kadar gula darah tetap stabil. ● tom

## Ilmuwan Kembangkan Vaksin Covid tanpa Perlu Cold Storage

**BOSTON (IM)** - Para ilmuwan telah mengembangkan kandidat vaksin berbasis protein baru untuk Covid-19 yang jauh lebih mudah diproduksi dan tidak memerlukan pendinginan atau cold storage.

Sejumlah vaksin Covid-19 selama ini terkendala distribusinya karena ketergantungan pada cold storage.

Tim peneliti di Rumah Sakit Anak Boston, Amerika, mencatat bahwa vaksin Covid yang tersedia saat ini memerlukan penyimpanan dingin dan kapasitas manufaktur yang canggung.

Kondisi itu menyulitkan produksi dan distribusi secara luas.

Para peneliti mengatakan desain vaksin baru, yang dijelaskan dalam jurnal PNAS, dapat membantu mengisi kesenjangan vaksinasi global dan dapat diterapkan pada vaksin terhadap penyakit lain.

Kandidat vaksin baru menimbulkan respons kekebalan yang kuat terhadap SARS-CoV-2 dan variannya.

Vaksin itu berhasil dikeringkan dengan cara dibekukan dan kemudian dilarutkan kembali tanpa kehilangan kemanjurannya. Para peneliti menambahkan vaksin itu tetap stabil dan kuat setidaknya selama tujuh hari pada suhu kamar.

Vaksin Covid-19 eksperimental sepenuhnya berbasis protein, sehingga memudahkan produksinya di banyak fasilitas kesehatan.

Vaksin Covid-19 eksperimental itu memiliki dua

komponen: antibodi yang berasal dari alpaca, yang dikenal sebagai nanobodies, dan bagian dari protein lonjakan virus yang digunakan untuk memasuki sel manusia.

“Kami juga dapat memperlakukan seluruh protein lonjakan atau bagian lain dari virus. Dan kita dapat mengubah vaksin untuk varian SARS-CoV-2 dengan cepat dan mudah,” kata penulis utama studi Novalia Pishesha dilansir dari Eastmojo pada Selasa (9/11).

Dalam percobaan pada tikus, vaksin tersebut menimbulkan kekebalan humoral yang kuat terhadap SARS-CoV-2.

Vaksin lalu merangsang sejumlah besar antibodi penetral terhadap fragmen protein lonjakan. Ini juga menimbulkan kekebalan seluler yang kuat, merangsang sel T yang menggalang pertahanan kekebalan lainnya.

“Kami tidak membutuhkan banyak teknologi dan keahlian tinggi yang Anda butuhkan untuk membuat vaksin mRNA,” kata anggota penulis studi Thibault Harmand.

Teknologi baru ini berpotensi memungkinkan produksi vaksin di banyak lokasi di seluruh dunia atau dekat dengan tempat vaksin itu akan digunakan.

Para peneliti telah mengajukan paten pada teknologi tersebut. Mereka berharap untuk melibatkan perusahaan biotek atau farmasi untuk membawa pekerjaan mereka ke pengujian lebih lanjut dan, akhirnya, uji klinis. ● 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, 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), **TARAKAN KALTIM** (Ali), **BALI** (Swasti), **PEKANBARU** (Bob), **LAMPUNG** (Kartika), **SURABAYA**, **MEDAN** dan **PONTIANAK**.  
**KUANGAN/IKLAN:** Citta.  
**BIRO BOGOR:** Subagiyo (Kepala Biro), Jaidarman.  
**BIRO TANGERANG:** Johan (Kepala Biro).  
**BIRO BEKASI:** Madong Lubis (Kabiro),  
**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