

Kulit Jeruk Diklaim Bisa Jadi Penurun Kolesterol

Senyawa antioksidan yang ditemukan di kulit jeruk dapat menurunkan kolesterol tinggi.

JAKARTA (IM) - Kolesterol tinggi sulit diketahui karena tidak ada gejala. Namun seiring perkembangan kondisi, komplikasi mungkin akan terjadi.

Molekul lemak menjadikan kondisi ini berbahaya lantaran menyebabkan penumpukan plak berbahaya di arteri, yang meningkatkan risiko serangan jantung dan stroke. Sebuah badan penelitian menunjukkan, senyawa yang ditemukan dalam kulit jeruk dapat secara signifikan menurunkan kadar kolesterol berbahaya hingga 40 persen.

“Dua dari lima orang yang memiliki kolesterol tinggi dan berisiko signifikan terkena penyakit jantung; dan sekitar 6,5 juta orang dewasa di In-

gris saat ini menggunakan obat penurun lipid seperti statin,” ujar National Health Service (NHS) dilansir di Express, Rabu (19/1).

Sebuah badan penelitian yang dipimpin dalam Science Daily menegaskan, senyawa antioksidan yang ditemukan dalam kulit jeruk dapat menurunkan kolesterol tinggi lebih efektif dibandingkan beberapa obat, bahkan tanpa efek samping.

Kolesterol tinggi ditandai dengan tingginya kadar lipoprotein densitas rendah, atau kolesterol jahat yang beredar dalam darah.

Saat molekul lemak menempel pada dinding arteri, mereka menyebabkan penyempitan, membatasi ruang

bagi darah untuk mengalir melaluinya.

Peneliti utama studi itu dan Wakil Presiden Penelitian KGK Synergies di Ontario Kanada, dr Elzbieta Kurowska, mengatakan penelitiannya telah menunjukkan bahwa polymethoxylated flavones (PMFs) memiliki efek penurunan kolesterol paling kuat dari flavonoid jeruk lainnya.

“Kami percaya bahwa PMF memiliki potensi untuk menyaingi dan bahkan mengalahkan efek penurun kolesterol dari beberapa obat, tanpa risiko efek samping,” ujar dr Kurowska.

Temuan penelitian berasal dari model hamster dengan kolesterol tinggi yang diinduksi. Para peneliti menunjukkan bahwa memberi makan makanan hewan yang mengandung satu persen PMF, dapat menurunkan kadar kolesterol LDL sebesar 32 hingga 40 persen.

Diterbitkan dalam Journal of Agricultural and Food Chemistry, temuan ini juga menetapkan bahwa PMF memiliki kesamaan yang nyata dengan sejumlah senyawa tanaman lain yang ditemukan dalam buah jeruk, yang terkait dengan banyak manfaat kesehatan.

Penelitian terpisah telah menunjukkan hubungan positif antara flavonoid serupa, seperti hesperidin yang ditemukan dalam jeruk dan naringin dari jeruk bali. Menurut sebuah makalah yang diterbitkan dalam Journal of Integrative Food, Nutrition, and Metabolism, lima bergamot juga telah terbukti mengurangi kadar kolesterol hingga 29 persen, dan kadar LDL hingga 52 persen.

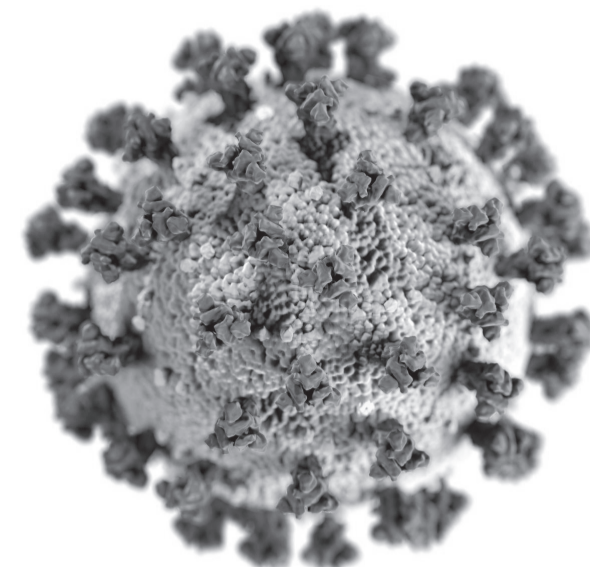
Tetapi dr Kurowska menjelaskan, meskipun meminum minuman jeruk dapat membawa peningkatan kesehatan yang signifikan, mengonsumsi PMF mungkin merupakan cara yang lebih

mudah untuk menurunkan kolesterol. Dia mengatakan, seseorang harus minum 20 cangkir atau lebih jus jeruk atau jeruk keprok, untuk mendapatkan manfaat dari efek terapeutiknya. Dihipotesiskan bahwa mekanisme kerja PMF bekerja dengan menghambat sintesis kolesterol dan trigliserida di dalam hati.

Laman Healthline juga menjelaskan bahwa meskipun dimakan dalam jumlah kecil, kulit lemon sangat bergizi. Dengan hanya satu sendok makan saja, sudah menyediakan sembilan persen dari nilai harian vitamin C.

Beberapa senyawa yang ditemukan dalam kulit buah telah terbukti menurunkan risiko gigi berlubang dan infeksi gusi, membantu menjaga kesehatan mulut yang baik. Terlebih lagi, dikaitkan juga dengan penurunan risiko penyakit tertentu, seperti penyakit jantung dan diabetes tipe 2. ● **tom**

Tanda-Tanda Omicron yang Harus Diwaspadai



Ilustrasi varian Omicron.

JAKARTA (IM) - Varian omicron menyebar ke banyak negara. Semua orang berisiko tertular virus. Meskipun Anda sudah waspada dan berhati-hati, kemungkinan untuk terinfeksi varian ini tetap terbuka.

Kepala Penasihat Medis untuk Presiden dan Direktur Institut Nasional Alergi dan Penyakit Menular, dr Anthony Fauci, mengingatkan masyarakat tentang pentingnya mendapatkan vaksinasi. “Omicron, dengan tingkat efisiensi transmisi yang luar biasa dan belum pernah terjadi sebelumnya, pada akhirnya akan ‘menemukan’ hampir semua orang,” ujar dr Fauci kepada Wakil Presiden Senior Pusat Studi Strategis dan Internasional, J Stephen Morrison.

Dia menyebut, mereka yang telah divaksinasi dan mendapat booster juga bisa terpapar.

Beberapa dari mereka akan terinfeksi tapi kemungkinan besar tidak dirawat di rumah sakit dan meninggal.

Berikut ini tanda-tanda omicron yang harus diwaspadai dan tindakan pencegahan apa yang harus diambil:

1. Batuk
Dr Kristina Hendija menjelaskan seperti varian induknya, omicron masih memengaruhi saluran pernapasan yang mengarah ke batuk produktif atau non-produktif.

“Pasien juga sering mengeluh bahwa mereka merasa ingin mengeluarkan dahak tetapi tidak bisa melakukannya meskipun batuk berulang kali,” ujarnya seperti dilansir di laman Eat This Not That, ● **tom**

Rabu (19/1).
2. Demam
“Mayoritas pasien menyatakan mengalami demam meskipun klaimnya subjektif untuk sebagian besar,” ujar dr Hendija.

Mereka sering menyebut, pasien mengalami kebingungan dan sensasi demam yang hanya berlangsung selama satu atau dua hari.

3. Kelelahan
Dr Hendija menyatakan ada efek yang sama setiap kali ada proses infeksi. Tetapi tidak seperti varian delta sebelumnya, pada pasien omicron, keluhan tentang mudah lelah dan lemas berkurang secara signifikan.

4. Gejala lain
Direktur Institut Penyakit Autoimun dan Rematik di Saint Joseph Health dan penulis Immunity Strong, Robert G Lahita, mengatakan sakit tenggorokan, sesak napas, batuk, kacamatan, dan demam bisa menjadi gejala omicron. Namun, ini semua adalah tanda-tanda flu dan pilek juga, kecuali sesak napas, yang lebih mengarah ke Covid-19.

CDC juga mengatakan orang dengan Covid-19 memiliki berbagai gejala yang dilaporkan, mulai dari gejala ringan hingga penyakit parah. Gejala dapat muncul dua sampai 14 hari setelah terpapar virus. Siapa pun dapat memiliki gejala ringan hingga parah.

Selain itu, orang dengan gejala demam atau kebingungan, batuk, sesak napas atau kesulitan bernapas, kelelahan, nyeri otot atau tubuh, sakit kepala dan hilangnya rasa atau bau baru mungkin memiliki Covid-19.

Ditambah dengan gejala lain seperti sakit tenggorokan, hidung tersumbat atau pilek, mual atau muntah, serta diare. ● **tom**

Indonesia Terima Pasokan Dosis Vaksin Covid-19 dari Belanda dan Jepang

JAKARTA (IM) - Kabar baik terkait penanganan pandemi Covid-19 di Indonesia datang dari pasokan terbaru vaksin Covid-19. Indonesia menerima pasokan 1,4 juta dosis vaksin Covid-19 buatan AstraZeneca.

Ini merupakan kedatangan vaksin tahap ke-198 dan ke-199 yang merupakan donasi dari pemerintah Belanda dan

Jepang.

Menteri Luar Negeri Retno Marsudi mengatakan vaksin yang tiba dalam tahap ke-198 berjumlah 228.800 dosis yang merupakan dukungan pemerintah Belanda melalui Covid-19 Vaccines Global Access (COVAX), inisiatif global yang bertujuan memastikan kesetaraan akses mendapatkan vaksin Covid-19.

Retno menjelaskan dengan

pengiriman vaksin ke-10 dari pemerintah Belanda itu, total vaksin Covid-19 yang sudah diterima Indonesia dari Belanda mencapai 6.047.400 dosis.

“Dukungan ini merupakan bukti solidaritas yang kuat dari Belanda bagi program vaksinasi Indonesia,” ujar Menlu. Sementara itu, Direktur Jenderal Informasi dan Komunikasi Publik (IKP) Kementerian Komunikasi dan Infor-

matika Usman Kansong menyebutkan bahwa vaksin yang tiba pada pengiriman tahap ke-199 berjumlah 1.175.800 dosis. Vaksin tersebut merupakan donasi dari pemerintah Jepang.

“Sehingga total vaksin yang tiba pada Selasa ini (18/1) sebanyak 1,4 juta dosis vaksin AstraZeneca,” kata Usman.

Dia menyampaikan apresiasi dan terima kasih dari

pemerintah Indonesia kepada COVAX dan juga pemerintah Jepang yang terus mendukung Indonesia dalam upaya penanganan pandemi Covid-19.

Usman mengatakan bahwa hibah vaksin dari pemerintah Jepang itu merupakan bagian dari komitmen Jepang untuk memberikan 2,72 juta dosis vaksin tambahan bagi Indonesia. ● **tom**

SAMBUNGAN

karena dilakukan di tengah pandemi Covid-19 yang masih mewabah. “Mestinya, uang tersebut untuk rakyat yang terdampak Covid-19. Pemakaian dana pemulihan ekonomi yang dialihkan untuk IKN, ini bisa melukai rakyat,” katanya.

Ujang melihat, pernyataan Sri Mulyani menunjukkan bahwa apa saja akan dilakukan pemerintah demi mewujudkan pemindahan IKN.

Dana Pemulihan Ekonomi Nasional...

“Karena IKN itu harga mati bagi Jokowi. Maka, soal uang akan disesuaikan, dicari, dan diada-adakan oleh Menkeu,” jelasnya.

Dia mengingatkan agar pemerintah semestinya mempertimbangkan kondisi ekonomi rakyat yang kini masih sulit akibat Covid-19. Sebagai contoh, kata dia, banyak rakyat yang terkena Pemutusan Hubungan Kerja (PHK)

sehingga tak lagi memiliki pekerjaan.

“Hilang kerjaan dan periuks nasinya. Mestinya ya dibantu,” tegas Ujang.

Oleh karena itu, Ujang berpendapat bahwa pemindahan IKN bisa saja dipersiapkan sebagai kepentingan para elite semata. “IKN itu kan kepentingan elite, bukan kepentingan rakyat,” tuturnya.

Sebelumnya, Menkeu Sri

Mulyani Indrawati mengungkapkan, anggaran pemindahan IKN tahun 2022 akan mencakup anggaran Program PEN. Asal tahu saja, pemerintah menyiapkan dana program PEN tahun 2022 sebesar Rp 451 triliun. Dana itu sejatinya dianggarkan untuk penanganan pandemi Covid-19, pemberian bantuan sosial (bansos), dan pemulihan ekonomi masyarakat.

DARI HAL 1

“Seperti diketahui untuk tahun 2022 paket pemulihan ekonomi sebesar Rp 450 triliun masih belum disesifikasi seluruhnya. Jadi ini (anggaran pembangunan IKN) nanti mungkin bisa dimasukkan dalam bagian program PEN sekaligus bangun momentum pembangunan IKN,” kata Sri Mulyani dalam konferensi pers pasca Sidang Paripurna, Selasa (18/1). ● **mar**

tangan.

“Benar KPK melakukan giat tangkap tangan di Langkat, sekitar Pukul 19.00 WIB tadi malam...Kami telah mengamankan beberapa pihak dan sejumlah uang sebagai bukti yang diperoleh pada saat tangkap tangan,” ucap Wakil Ketua KPK Nurul Ghufron, Rabu (19/1).

Sayangnya Ghufron enggan membeberkan siapa saja pihak-pihak yang turut diamankan dalam OTT itu. Ia juga belum menyampaikan lebih jauh terkait dugaan ko-

rupsi apa yang tengah dilakukan terkait OTT di Langkat tersebut.

Pelaksana Tugas Juru Bicara KPK Ali Fikri, melalui keterangan tertulis, Rabu (19/1), menjelaskan, sat ini tim KPK tengah melakukan permintan keterangan dan klarifikasi kepada pihak-pihak yang diamankan dalam OTT itu.

Setidaknya, KPK memiliki waktu maksimal 24 jam untuk menentukan sikap dari hasil seluruh pemeriksaan yang masih berlangsung tersebut.

“Pemeriksaan dan klari-

fikasi dilakukan tentu agar dapat disimpulkan apakah dari bukti awal yang ada benar adanya peristiwa pidana korupsi,” ucap Ali.

“Kemudian juga apakah ditemukan pihak yang bisa dipertanggungjawabkan secara hukum ataupun tidak,” kata Ali.

Kendati demikian, KPK belum dapat menjelaskan secara terperinci siapa saja pihak-pihak yang diamankan dalam OTT tersebut. Lembaga antirasuah itu juga belum menjelaskan terkait dugaan

korupsi apa penangkapan di Langkat itu. “Perkembangannya akan kami sampaikan lebih lanjut,” ucap Ali.

Punya Harta Rp85 M

Terbit diketahui memiliki harta kekayaan Rp 85 miliar. Berdasarkan Laporan Harta Kekayaan Penyelenggara Negara (LHKPN) yang dilihat pada Rabu (19/1), Terbit Rencana mempunyai 10 bidang tanah senilai Rp 3.790.000.000. Tanah itu tersebar di wilayah Langkat.

Selain itu, Terbit Ren-

cana tercatat memiliki 8 unit mobil yang totalnya Rp 1.170.000.000. Mobil-mobil yang dimilikinya adalah Toyota Vios, Toyota Yaris, Toyota Hilux, Honda Jazz, Toyota Land Cruiser, Honda CR-V, Toyota Yaris, dan Honda CR-V.

Lalu, ada harta bergerak lainnya senilai Rp 700 juta. Terbit Rencana juga memiliki kas senilai Rp 1.191.419.588.

Sementara itu, harta lainnya tercatat senilai Rp 78.300.000.000. jadi total harta kekayaannya senilai Rp 85.151.419.588. ● **mar**

Bupati Langkat TR Perangin Angin...

rupsi apa yang tengah dilakukan terkait OTT di Langkat tersebut.

Pelaksana Tugas Juru Bicara KPK Ali Fikri, melalui keterangan tertulis, Rabu (19/1), menjelaskan, sat ini tim KPK tengah melakukan permintan keterangan dan klarifikasi kepada pihak-pihak yang diamankan dalam OTT itu.

Setidaknya, KPK memiliki waktu maksimal 24 jam untuk menentukan sikap dari hasil seluruh pemeriksaan yang masih berlangsung tersebut.

“Pemeriksaan dan klari-

Gaga Muhammad Dihukum...

yang mengakibatkan korban, Laura Anna, mengalami luka berat. Atas perbuatannya itu, majelis hakim menjatuhkan hukuman pidana 4,5 tahun dan denda Rp10 juta.

“Menjatuhkan pidana penjara 4 tahun 6 bulan, denda

sebesar Rp 10 juta dengan jika tidak bayar diganti kurungan 2 bulan,” ucap hakim.

Putusan hakim ini sama dengan tuntutan yang dibacakan JPU pada sidang sebelumnya meminta agar majelis hakim menghukum terdakwa

4,5 tahun penjara karena terbukti melanggar pasal 310 ayat 3 undang-undang tentang lalu lintas dan angkutan jalan.

Sebagaimana diketahui, Laura Anna mengalami kelumuhan akibat insiden kecelakaan lalu lintas 2019 silam. Laura

diketahui menderita Spinal Cord Injury atau cedera saraf tulang belakang, yang menghilangkan kemampuan sensor motorik dan kendali gerak.

Laura meninggal dunia pada 15 Desember 2021. Sementara itu, Gaga Muham-

mad, selaku pengemudi mobil, hanya mengalami luka ringan. Meski Laura Anna telah meninggal dunia, keluarga dan para sahabat tetap meneruskan perjuangannya untuk mendapatkan keadilan dari insiden nahas tersebut. ● **mar**

Sosok Dokter yang Berhasil...

David Bennett (57), pria dengan penyakit jantung yang membutuhkan transplantasi sebagai harapan terakhir untuk menyelamatkan hidupnya.

Dikutip dari News18 pada 11 Januari 2021, Dr Muhammad Mohiuddin adalah ilmuwan dan ketua Cardiac Xenotransplantation Program di University of Maryland School of Medicine (UMSOM). Ia merupakan salah satu pakar

terkenal dalam transplantasi organ hewan atau yang dikenal sebagai xenotransplantasi.

Cangkok jantung babi ke manusia yang dilakukan Dr Muhammad Mohiuddin adalah kali pertama di dunia, dan tiga hari setelah operasi yang dilakukan pada Sabtu (8/1), Bennett merasa baik-baik saja.

Diwartakan BBC, transplantasi jantung itu dari babi yang dimodifikasi secara ge-

netik. Operasi eksperimental tersebut berlangsung selama tujuh jam. “Ini seperti mati atau melakukan transplantasi,” ujar Bennet (57) sehari sebelum operasi.

“Aku tahu ini pertaruhan, tetapi ini pilihan terakhirku,” imbuhnya dikutip dari BBC, Selasa (11/1).

Selain mengepalai program xenotransplantasi jantung di UMSOM dan pakar

terkemuka dalam transplantasi organ hewan, Dr Muhammad Mohiuddin juga menjabat sebagai guru besar ilmu bedah di UMSOM.

“Ini adalah puncak dari penelitian bertahun-tahun yang sangat rumit untuk mengatasi teknik ini pada hewan dengan waktu bertahan hidup yang mencapai lebih dari sembilan bulan,” terang Muhammad Mohiuddin dikutip dari

Pakistan Observer, Selasa (11/1).

“FDA (BPOM-nya AS) menggunakan data kami dan data pada babi percobaan untuk mengizinkan transplantasi pada pasien penyakit jantung stadium akhir yang tidak memiliki pilihan pengobatan lain,” lanjutnya menurut pernyataan yang dikeluarkan UMSOM dan Pusat Medis Universitas Maryland (UMMC). ● **osm**

Heboh Foto-foto Koruptor Dijual...

Ali melalui pesan singkatnya, Rabu (19/1).

Lembaga pimpinan Firlil Bahuri Cs meminta agar masyarakat mewaspadai penyalahgunaan akun yang mengatasnamakan KPK di OpenSea.

Ditekankan Ali, KPK tidak pernah melakukan kegiatan jual-beli atau yang bersifat komersial di sejumlah marketplace.

“KPK tidak pernah melakukan kegiatan melalui

medium atau platform apa pun yang bersifat komersial, jual-beli dan kegiatan ekonomi lainnya yang bertujuan untuk mendapatkan keuntungan ekonomi,” tegasnya.

Ali meminta agar masyarakat

kat melapor ke aparat penegak hukum bila merasa dirugikan atau ditipu oleh akun yang mengatasnamakan “Komisi Pemberantasan Korupsi” di berbagai media sosial serta market place.

“Jika masyarakat menemukan dugaan penipuan menggunakan nama dan logo KPK silakan menghubungi aparat penegak hukum terdekat atau menghubungi Call Center KPK 198” tandasnya. ● **mar**

882 Kasus Omicron di Indonesia,...

data dari Kemenkes hingga Senin (17/1) menunjukkan, total

kasus Covid-19 varian Omicron di Indonesia mencapai 840. Dari

jumlah itu, sebanyak 609 kasus berasal dari pelaku perjalanan

dari luar negeri, 174 kasus merupakan transmisi lokal dan 57

kasus yang masih dalam pemeriksaan epidemiologi. ● **mar**

SAMBUNGAN

Baliho ‘Arteria Dahlan...

Seperti diketahui, ucapan kontroversial Arteria Dahlan itu terjadi saat Komisi III DPR menggelar rapat kerja bersama Kejaung, Jaks Agung ST Burhanuddin juga hadir dalam rapat tersebut.

Pada saat itu, Arteria meminta keprofesionalan Jajaran Kejaung dalam bekerja. Lantas kemudian,

ia pun menyinggung salah seorang Kepala Kejaksaan Tinggi yang menggunakan bahasa Sunda ketika dalam rapat.

Dia pun meminta Jaks Agung ST Burhanuddin memecat Kajati tersebut.

“Ada kritik sedikit Pak JA, ada Kajati yang dalam rapat dan dalam raker itu ngomong pakai bahasa Sunda, gant Pak itu,” katanya. ● **osm**

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.
ARTISITIK: 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** (Jeffri/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,-/eks (di luar kota Rp 3.000,-/eks), Harga Langgan 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