

# Dokter Imbau Masyarakat Tidak Lakukan Tes PCR Berulang Kali

Tes PCR sering dilakukan berulang kali karena tidak merasa yakin.

**JAKARTA(IM)**- DR Dr Lia Gardenia Partakusuma, SpPK(K), MM, MARS, FAIM, dari Kompartemen Litbang dan Health Technology Assessment (HTA) Perhimpunan Rumah Sakit Seluruh Indonesia (PERSI) mengimbau masyarakat untuk tidak melakukan tes PCR berulang kali di laboratorium yang berbeda. "Satu orang enggak yakin, hasilnya sudah positif

tapi besoknya diperiksa lagi, diperiksa lagi. Padahal, kalau kita lihat laboratorium itu banyak sekali syaratnya, yang kita sebut sebagai standar mutu laboratorium," ujar Lia saat konferensi pers virtual, Rabu (16/2).

Hal pertama yang menjadi standar mutu laboratorium, kata Lia, adalah legalitas. Kedua, struktur organisasi. Ketiga, memiliki sarana dan prasarana yang mumpuni. Keempat, memiliki

sumber daya manusia (SDM) sesuai dengan apa yang akan dilakukan. "Kalau dia mau PCR, artinya orangnya punya kompetensi untuk PCR, sudah dilatih. Kalau antigen, ya harus sudah dilatih untuk antigen," ujar Lia.

Kelima, Lia mengatakan, laboratorium harus memiliki dokumen, termasuk dokumen mutu untuk memastikan hasil dari sebuah pemeriksaan. "Gimana caranya dia tahu bahwa benar (hasilnya) positif atau negatif. Dia harus tahu, itu ada dokumennya," imbuh Lia.

Keenam, lanjut dia, persyaratan teknis seperti alat-alat laboratorium yang harus selalu dikalibrasi dengan baik. Ketujuh, harus ada orang yang melakukan verifikasi dari mulai metode hingga hasil pemeriksaan.

"Makanya kalau dilihat di lembar laboratoriumnya kan ada yang memverifikasi, ya. Mungkin dipenaksanya sama analis, tapi ada dokter yang akan memvalidasi bahwa itu betul, karena bisa saja ada human error," ujar Lia.

Terakhir, kata Lia, laboratorium harus selalu melakukan evaluasi terhadap apa yang sudah dikerjakan. Ada dua yang harus dilakukan, yaitu quality control internal dan quality control eksternal.

Bahkan jika ingin mendapatkan pengakuan, sebuah laboratorium bisa mengikuti akreditasi baik secara nasional maupun internasional.

Selain dari faktor analitik yang harus sesuai dengan standar tersebut, Lia mengatakan hasil dari tes laboratorium juga dapat dipengaruhi oleh faktor pra-analitik, yaitu saat pengambilan sampel, dan faktor pasca analitik, saat membuat laporan. "Untuk masyarakat, jangan menguji PCR berulang-ulang ke laboratorium yang berganti-ganti. Bila hasil positif, segera isolasi mandiri atau berobat," tegas Lia. ● **tom**

## SAMBUNGAN

### Apa Urgensinya?

Diketahui, Menteri Pertahanan (Menhan) Prabowo Subianto berencana memborong 42 jet tempur Rafale. Enam di antaranya telah resmi diakuisisi. Sedangkan 36 jet tempur Rafale diklaim akan segera menyusul dalam waktu dekat.

Adapun enam unit Rafale itu sah dibeli Indonesia melalui penandatanganan yang dilakukan Kemenhan dengan pihak Dassault Aviation di Jakarta.

## Masalah Wilayah Udara Natuna Lebih...

Menurut Chappy, urgensi pembelian Rafale oleh Kemenhan karena seluruh pabrik pesawat tempur di dunia sedang melakukan cuci gudang.

"Seluruh pabrik pesawat terbang tempur di permukaan bumi ini memang tengah cuci gudang alias menjual obral produknya," ujar Chappy.

Chappy menyebutkan, dalam dua dekade terakhir, para perancang atau pabrik pesawat tempur canggih sudah pada titik

untuk menentukan apakah akan terus mengembangkan pesawat tempur atau beralih ke wahana baru bernama drone atau pesawat tanpa awak.

Perkembangan drone juga menjadi daya pikat bagi perancang pesawat tempur canggih.

Di sisi lain, Chappy menuturkan bahwa ketegangan regional dan global tidak berada pada situasi dan kondisi yang menguntungkan bagi pasar pesawat tempur. "Dengan demikian, kesimpulannya

kecil ini mungkin sudah akan menjawab pertanyaan tentang urgensi dan alasan di balik pembelian 42 Rafale dari Prancis. Membeli barang bermerek di saat yang tepat yaitu ketika toko-toko memasang iklan," terangnya.

Akan tetapi jika dilihat dari perspektif pertimbangan kekuatan di Kawasan Pasifik, Chappy menilai ada pandangan lain di balik pembelian 42 jet Rafale. Salah satunya faktor program Australia, Inggris dan Amerika

## DARI HAL 1

Serikat (AUKUS) yang sepakat bekerja sama mengadakan kapal selam bertenaga nuklir bagi Australia. Menurutnya, pembelian jet tempur Rafale merupakan respons Indonesia atas program AUKUS tersebut.

"Sejumlah kapal selam (bertenaga nuklir) untuk Australia dan 42 Rafale untuk Indonesia dapat saja dipersepsikan atau terlihat sebagai langkah yang senada atau seirama," katanya. ● **mar**

## Azis Syamsuddin Dihukum 3,5 Tahun...

dan meyakinkan bersalah menyuap penyidik Komisi Pemberantasan Korupsi (KPK), Stepanus Robin Pattuju terkait pengurusan perkara.

"Menjatuhkan pidana terhadap terdakwa dengan pidana penjara selama tiga tahun dan enam bulan dan pidana denda Rp250 juta subsidi enam bulan kurungan oleh tim jaksa. Menurut majelis hakim, hal-hal yang memberatkan, Azis tidak mendukung upaya pemerintah dalam pemberantasan tindak pidana korupsi. Perbuatan Azis telah merusak citra dan kepercayaan masyarakat terhadap lembaga Dewan Perwakilan Rakyat (DPR RI).

Azis juga dianggap tidak mengakui kesalahannya dan berbelit-belit selama persidangan.

Vonis majelis hakim tersebut diketahui lebih rendah dari tuntutan yang diajukan tim Jaksa Penuntut Umum (JPU) KPK. Sebelumnya, Azis dituntut empat tahun dan dua bulan penjara serta denda sebesar Rp250 juta subsidi enam bulan kurungan oleh tim jaksa.

Menurut majelis hakim, hal-hal yang memberatkan, Azis tidak mendukung upaya pemerintah dalam pemberantasan tindak pidana korupsi. Perbuatan Azis telah merusak citra dan kepercayaan masyarakat terhadap lembaga Dewan Perwakilan Rakyat (DPR RI).

Azis juga dianggap tidak mengakui kesalahannya dan berbelit-belit selama persidangan.

Di mana, kasus itu melibatkan Azis Syamsuddin dan orang kepercayaan, Aliza Gunado.

Atas perbuatannya, Azis dinyatakan melanggar Pasal 5 ayat 1 huruf a Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 31 Tahun 1999 tentang Pemberantasan Tindak Pidana Korupsi sebagaimana telah diubah dengan Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 20 Tahun 2001 Juncto Pasal 64 ayat (1) KUHP.

Menanggapi vonis majelis hakim, Azis menyatakan bahwa saat ini dirinya belum dapat menentukan keputusan apakah menerima putusan atau mengajukan upaya hukum lanjutan yakni banding ke Pengadilan Tinggi Jakarta. Azis mengaku

umumnya 3,5 tahun, masih butuh waktu untuk berpikir-pikir dahulu.

"Terima kasih yang mulia. Bismillah, dengan putusan yang dijatuhkan pada saya, saya akan pikir-pikir," kata Azis menanggapi putusan hakim di ruang sidang Pengadilan Tipikor, Jakarta Pusat, Kamis (17/2).

Dimintai tanggapan terkait putusan hakim usai persidangan, Azis bergeming. Azis enggan berkomentar sedikit pun soal putusan hakim tersebut. Ia hanya menyalamai beberapa kolega yang hadir di ruang sidang Pengadilan Negeri Jakarta Pusat lalu pergi untuk kembali ke rumah tahanan (rutan). ● **mar**

## Satgas BLBI Sita Aset Milik...

urusan Piutang Negara (PUPN), yaitu dilakukan penjualan secara terbuka (lelang) atau penyelesaian lainnya.

"Sampai dengan dilakukan pelepasan atau penyelesaian lainnya, aset sitaan masih dapat ditempati atau digunakan oleh

obligor,"ya.

Saat dilakukan penyitaan disaksikan langsung oleh Wakaposis Satgas Gakkum BLBI Bareskrim, Kombes Bagus Supratomo beserta tim dari Satgas Gakkum BLBI Bareskrim Polri, Ket-

ua Pokja A Penagihan dan Litigasi Cahyaning Nuratih Widowati.

Selain itu hadir juga Ketua Pokja A Data Bukti Arief Wibisono, Ketua Pokja Tanah Djwanindro Wibowo, Wakapolres Jakarta Pusat, Kapolsek

Mattaram, Kapolsek Jakarta Pusat, dan Danramil Jakarta Pusat.

"Satgas BLBI akan terus melakukan upaya berkelanjutan untuk memastikan pengembalian hak tagih negara melalui serangkaian upaya sep-

erti pemblokiran, penyitaan, dan penjualan aset-aset obligor/debitur yang merupakan barang jaminan maupun harta kekayaan pribadi yang dimiliki obligor/debitur yang selama ini telah mendapatkan dana BLBI," tandasnya. ● **mar**

## Sebaran 63.956 Kasus Baru Covid-19...

pertama diumumkan Presiden Joko Widodo pada 2 Maret 2020. Informasi ini disampaikan Satgas Penanganan Covid-19 kepada wartawan pada Kamis (17/2) sore. Data tersebut juga bisa diakses publik melalui situs Covid19.go.id. Penambahan kasus baru itu

tersebar di 34 provinsi. Dilaporkan bahwa penyebaran kasus positif Covid-19 tertinggi di wilayah Jawa Barat sebanyak 16.251 kasus. Kemudian, disusul Jawa Timur dengan 8.977 kasus dan DKI Jakarta dengan 8.536 kasus.

Satgas juga mencatat, pada Kamis (17/2), jumlah pasien

Covid-19 yang sembuh bertambah sebanyak 39.072 orang. Dengan demikian, jumlah kasus sembuh di Indonesia hingga saat ini mencapai 4.414.306.

Akan tetapi, jumlah kasus kematian setelah terpapar Covid-19 juga masih terus bertambah. Pada periode 16-17

Februari 2022 ada 206 kasus kematian. Sehingga, kasus kematian dari Covid-19 kini mencapai 145.828.

Satgas juga melaporkan saat ini tercatat ada 469.868 kasus aktif Covid-19. Kasus aktif adalah pasien yang masih terkonfirmasi positif virus co-

rona, dan menjalani perawatan di rumah sakit atau isolasi mandiri. Selain itu, pemerintah juga mencatat bahwa kini terdapat 41.237 orang yang berstatus suspek. Lebih lanjut, terdapat 510 kabupaten/kota yang terpapar Covid-19 di 34 provinsi. ● **mar**

## Hilang Sejak 2019, Bocah Ini...

sudah berusia 6 tahun.

Polisi mengatakannya setelah menerima informasi bahwa Paislee ditahan di lokasi tersembunyi di kota Saugerties, Ulster County, polisi memperoleh surat perintah untuk menggeledah rumah tersebut. Properti itu pun digeledah.

Kirk Shultis Sr. (57), pemilik rumah itu, ada di sana ketika polisi melakukan penggeledahan dan mengatakan dia tidak mengetahui keberadaan

Paislee. Tetapi setelah satu jam lebih dalam pencarian, salah satu detektif memperhatikan bahwa tangga menuju ruang bawah tanah rumah tampak aneh.

Setelah melepaskan beberapa papan, polisi menemukan Paislee dan Cooper bersembunyi di tempat yang digambarkan polisi sebagai kandang "kecil, dingin, dan basah".

Paislee diperiksa oleh paramedis, dan dilaporkan dalam keadaan sehat. Menurut per-

nyataan polisi, Paislee dilaporkan hilang dari Tioga County, New York, pada Juli 2019. Kala itu, dia berusia empat tahun. Pihak berwenang pada saat itu percaya dia telah diculik oleh orang tuanya, Kimberly Cooper (33), dan Kirk Shultis Jr. (32).

Orang tua kandung Paislee diketahui telah kehilangan hak asuh atas dia dan kakak perempuannya sebelum dia menghilang. Polisi percaya bahwa inilah motif di balik

penculikan Paislee. "Kami percaya seseorang memberi tahu orang tua bahwa anak yang lebih tua telah dijemput oleh wali yang sah dan oleh pejabat daerah pada saat itu dan itu menyebabkan orang tua itu kemudian membawa Paislee dan melarikan diri," kata Kepala Polisi Saugerties Joseph Sinagra kepada berita virtual. saluran WNYT.

Cooper, Shultis Jr dan Shultis Sr semua ditangkap dan didakwa dengan hilangnya Paislee. Shultis Jr dan Shultis Sr yang merupakan ayah dan anak itu telah dibebaskan sambil menunggu persidangan.

Sedangkan sang ibu Cooper memiliki surat perintah yang luar biasa, dan karena itu tetap di penjara Ulster County.

Saat ini, kedua orang tua Paislee telah didakwa dengan campur tangan hak asuh dan membahayakan kesejahteraan seorang anak. ● **osm**

## Yoga Ternyata Bisa Bermanfaat Bagi Jantung

**JAKARTA(IM)** - Jenis olahraga kardio dan HIIT dikenal dapat membantu memelihara kesehatan jantung. Di samping olahraga yang memicu keluarnya banyak keringat ini, yoga juga dapat memberikan manfaat bagi jantung.

Board-certified cardiologist and medical lead for Fit-bit Kapil Parakh MID mengungkapkan bahwa semua olahraga ada dasarnya baik bagi jantung, termasuk yoga. Aspek fisik dari yoga yang bernama "asana" diketahui dapat membantu menurunkan tekanan darah, memperbaiki kadar kolesterol, dan bahkan menurunkan kadar gula darah pada penyandang diabetes.

Latihan penapasan yoga bernama "pranayama" juga diketahui dapat menunjang kesehatan jantung dengan cara meregulasi sistem saraf otonom, yang membantu jantung agar berfungsi dengan baik. Di samping itu, yoga juga bermanfaat bagi koneksi pikiran dan tubuh. "Yoga bisa membantu menurunkan stres, yang bila tidak dikelola, bisa memberikan efek negatif bagi kesehatan," jelas Dr Parakh, seperti dilansir Well and Good, Kamis (17/2/2022).

Salah satu dampak negatif dari stres yang tak terkelola dengan baik adalah peningkatan risiko penyakit kardiovaskular. Dengan kata lain, yoga bisa membantu menunjang kesehatan jantung dengan beberapa cara. Meski yoga bermanfaat,

Dr Parakh tetap merekomendasikan agar orang-orang melakukan beragam jenis olahraga untuk hasil yang maksimal. Mengacu pada beragam bukti ilmiah, Dr Parakh mengatakan berbagai jenis aktivitas fisik bisa memberikan manfaat bagi kesehatan jantung.

"Tidak harus aktivitas fisik yang berat untuk mendapatkan manfaat bagi kesehatan kardiovaskular," ungkap Dr Parakh.

Di samping yoga, ada beberapa aktivitas fisik ringan lain yang juga direkomendasikan oleh Dr Parakh. Sebagian di antaranya adalah berjalan kaki cepat, berjalan kaki di treadmill, atau menaiki tangga. Bagi orang-orang yang menggemari alam terbuka, ada beberapa opsi aktivitas menarik dan menyenangkan yang bisa dilakukan. Sebagian di antaranya adalah berlari, mendaki, atau berspeleda.

Di samping olahraga kardio, latihan kekuatan juga menjadi kunci bagi kesehatan kardiovaskular. Oleh karena itu, olahraga seperti angkat beban juga sebaiknya dimasukkan ke dalam jadwal olahraga rutin.

Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) juga mengimbau agar pola hidup tidak aktif atau sedentari dihindari demi menjaga kesehatan. WHO merekomendasikan agar latihan fisik berintensitas sedang atau berat dilakukan selama 75-150 menit per pekan. Tentu, melakukan aktivitas fisik juga perlu diimbangi dengan beberapa hal penting lainnya. Sebagian di antaranya adalah menajaga pola makan dan mendapatkan istirahat yang cukup. ● **tom**

## Ilmuwan Inggris Temukan Cara Cegah Gejala Virus Korona Berkepanjangan

**JAKARTA(IM)**-Banyak pasien virus Korona Covid-19 mengalami gejala berkepanjangan setelah sembuh yang disebut Long Covid-19. Kini, para ilmuwan Inggris sedang mencari tahu sejauh mana vaksin Covid-19 mampu mengurangi risiko seseorang mengalami Long Covid-19 dan dibandingkan dengan orang yang tidak divaksinasi.

Para ilmuwan juga mencari tahu kelompok usia yang paling berisiko dan tidak berisiko mengalami Long Covid-19. Tinjauan data dari 15 studi di Inggris dan negara lain menunjukkan bahwa orang yang mendapatkan dua dosis vaksin Pfizer, Moderna dan AstraZeneca serta vaksin Johnson & Johnson, memiliki risiko mengembangkan Long Covid-19 hanya setengah dibandingkan tidak divaksinasi sama sekali.

Selanjutnya, data menunjukkan bahwa efektivitas vaksin Covid-19 terhadap Long Covid-19 tertinggi pada orang dewasa di atas usia 60 tahun. Tetapi, terendah justru pada orang usia 19 dan 35 tahun. Sebanyak 4 dari 15 penelitian menganalisis efek vaksinasi pada mereka yang sudah menunjukkan gejala Long Covid-19. Studi-studi ini menunjukkan bahwa pasien dengan virus korona Covid-19 dengan gejalanya membaik setelah vaksinasi. Tiga dari penelitian mengamati orang tidak divaksinasi dan mengidap Long Covid-19. Kemudian, membandingkannya dengan mereka yang mendapatkan vaksinasi.

Data di sini menunjukkan bahwa mereka yang divaksinasi lebih kecil kemungkinannya untuk melaporkan gejala Long Covid-19, dibandingkan mereka yang tidak divaksinasi. Secara keseluruhan dilansir dari Express, pasien yang melaporkan gejala Long Covid-19 dan sudah divaksinasi lebih cepat membaik daripada mereka yang tidak divaksinasi. Data yang terkandung dalam 15 studi ini tidak hanya menunjukkan bagaimana vaksinasi dapat memperbaiki gejala Long Covid-19, tetapi juga memberikan perlindungan tingkat tinggi terhadap gejala yang berkembang.

Dr Mary Ramsay, Kepala Imunisasi di UKHSA (Badan Keamanan Kesehatan Inggris), mengatakan studi ini menambah manfaat dari vaksinasi penuh. Bagi kebanyakan orang, gejala Long Covid-19 sembuh dan waktu ke waktu. Bila gejala Long Covid-19 ini tidak biasa, terutama selama lebih dari 4 minggu setelah infeksi, Anda harus konsultasi dengan dokter. Meskipun vaksin Covid-19 mengurangi risiko seseorang mengembangkan Long Covid-19, banyak pasien virus corona masih mengalami gejala yang berlangsung selama berhari-hari dan berminggu-minggu.

Sementara itu, para ilmuwan berusaha membantu mereka yang mengalami gejala virus korona dalam waktu lama dengan mengembangkan perawatan guna mencoba dan meringankan gejalanya. Para peneliti di Amerika Serikat sedang mencoba untuk memastikan apakah antihistamin, obat yang biasa digunakan untuk meredakan gejala alergi, dapat digunakan untuk meredakan gejala Long Covid-19. ● **tom**

## InternationalMedia

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

## POTENSI EKONOMI DIGITAL INDONESIA

Pekerja mengantar produk makanan yang dipesan melalui aplikasi digital untuk dikirim ke warung di salah satu gudang ritel, Kabupaten Bogor, Jawa Barat, Kamis (17/2). Meneg BUMN Erick Thohir mengatakan potensi ekonomi digital Indonesia sangat besar dan diperkirakan akan terus bertumbuh hingga Rp1.736 triliun pada 2025 dengan kontribusi terbesar berasal dari sektor e-commerce, transportasi, makanan, travel daring, dan media daring.

IDN/ANTARA

