

Obesitas di Indonesia Meningkat Tinggi

Satu dari tiga orang dewasa di Indonesia mengalami obesitas.

JAKARTA (IM) - Menurut Kementerian Kesehatan RI, satu dari tiga orang dewasa Indonesia mengalami obesitas, dan satu dari lima anak berusia 5 hingga 12 tahun mengalami kelebihan berat badan dan obesitas. Meskipun menimbulkan masalah kesehatan dan dampak ekonomi yang serius dalam sistem perawatan kesehatan, obesitas belum mendapat perhatian serius seperti gangguan kesehatan lainnya.

Obesitas diprediksi akan menelan biaya perawatan kesehatan lebih dari 1 triliun dolar pada tahun 2025, dengan jumlah penderita sebesar 800 juta orang di seluruh dunia.

“Obesitas di Indonesia meningkat dengan angka kenaikan yang mengkhawatirkan,” ujar Ketua Bidang Organisasi Himpunan Studi Obesitas Indonesia (HISOBI) dr Dicky Levenus Tahapary, SpPD-KEMD, PhD dalam acara Live Webinar, ‘Obesitas

Bukan Soal Tak Pantas’ yang diselenggarakan oleh Novo Nordisk, Kamis (31/3).

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018, prevalensi obesitas di kalangan orang dewasa Indonesia meningkat hampir dua kali lipat dari 19,1 persen pada 2007 menjadi 35,4 persen pada 2018. “Kita sebenarnya harus memperhatikan kecenderungan peningkatan obesitas ini,” ujarnya.

Obesitas telah menjadi epidemi global. Stigma obesitas dengan mengurangi asupan makanan dan lebih banyak beraktivitas fisik.

World Health Organization (WHO) mendefinisikan kelebihan berat badan dan obesitas sebagai akumulasi lemak abnormal atau berlebihan yang dapat mengganggu kesehatan. Prakteksi kesehatan menggunakan BMI (body mass index atau indeks masa tubuh (IMI)) sebagai metode skrining, dan diagnosis klinis

obesitas didasarkan pada kelebihan lemak tubuh abnormal yang mengganggu kesehatan.

Dokter Dicky menjelaskan untuk orang Indonesia, BMI pada tingkatan 25 termasuk kategori berat badan berlebih, dan BMI lebih dari 27 dinyatakan sebagai obesitas.

“Kita juga dapat memanfaatkan lingkaran pinggang untuk menilai risiko seseorang terkena penyakit yang disebabkan oleh obesitas,” tambahnya.

Ukuran pinggang lebih dari 80 sentimeter untuk wanita dan lebih dari 90 sentimeter untuk pria meningkatkan risiko penyakit yang disebabkan oleh obesitas. ● tom

Terapi PBC Disebut Mampu Tuntaskan Trigeminal Neuralgia Secara Singkat

JAKARTA (IM) - Percutaneous Balloon Compression (PBC) menjadi salah satu solusi pilihan untuk mengatasi serangan trigeminal neuralgia atau nyeri wajah sebelah. Pada awalnya, penanganan trigeminal neuralgia berupa obat-obatan.

“Pilihannya adalah obat antinyeri atau obat antikejang, yang harus berdasarkan resep dokter,” ungkap Dokter Spesialis Bedah Saraf, dr. Heri Aminuddin, SpBS. dalam virtual conference, belum lama ini. Penanganan atau pengobatan trigeminal neuralgia ditentukan dengan hasil wawancara saat pasien menceritakan gejala yang dirasakan saat berkonsultasi dengan dokter.

Apalagi bila nyeri terutama muncul pada saat penderita hanya melakukan aktivitas harian, misalnya mencuci, membasuh wajah, menyikat gigi, makan, tertawa dan lainnya. Padahal aktivitas harian tersebut seharusnya tidak menimbulkan nyeri pada wajah. Apabila nyerinya terjadi hanya pada salah satu sisi wajah, memang kemungkinan akibat trigeminal neuralgia. Selain dari hasil anamnesis, untuk lebih memastikan lagi dokter akan merekomendasikan pemeriksaan penunjang seperti MRI.

Lebih lanjut, dr. Heri Aminuddin mengutarakan, kadangkala memang kondisi nyeri luar biasa ini membutuhkan tindakan tertentu untuk mengatasinya. Pasalnya, serangan

nyeri akibat trigeminal neuralgia terasa seperti tersayat benda tajam, tertusuk, terbakar bahkan seperti kesetrum listrik dapat membuat penderitanya tak mampu beraktivitas seperti biasa yang lama kelamaan kualitas hidup juga menurun.

Metode PBC dapat dilakukan pada penderita dengan karakteristik tertentu, seperti gagal obat atau obat tidak dapat mengatasi nyeri, lanjut usia, takut akan operasi, memiliki faktor komorbid tertentu, pasca tindakan operasi, dan nyeri terasa pada area wajah bagian tengah dan bawah.

Tentu selama prosedur ini dilakukan, dipandu dengan menggunakan C-arm agar tepat sasaran. Kemudian balon dikembangkan selama 1-1,5

menit. Setelah itu dikempiskan dan dikeluarkan lagi.

“Metode ini jauh lebih nyaman untuk pasien karena termasuk ke dalam minimally invasive atau tanpa bedah terbuka,” ucapnya.

Selain itu, terdapat juga keuntungan lainnya, di antaranya simpel dan efektif; tanpa rawat inap; perlu waktu singkat (\pm 30 menit); efektivitas mencapai 90%; bila relaps atau kambuh, dapat diulang; serta perbaikan kualitas hidup.

Penyebab nyeri wajah sebelah bisa diketahui melalui MRI, dan ini bisa terjadi akibat adanya tumor, perlekatan, atau penyakit tertentu, seperti multiple sclerosis (MS).

Akibat saraf trigeminal yang tertekan atau terjepit

dengan pembuluh darah yang ada di dekatnya dapat memunculkan nyeri wajah sebelah yang sangat luar biasa. Setiap kali pembuluh darah berdenyut akan menekan saraf.

Seiring dengan waktu, gesekan atau jepitan ini juga merusak lapisan pelindung saraf atau mielin. Kalau mielin sudah rusak, maka muncul nyeri yang khas seperti tersayat pisau, kesetrum dan lainnya. Akibat nyeri yang hebat, menyakitkan dan luar biasa ini, penyakit ini memiliki banyak nama. Bahkan dikenal dengan nama suicide disease karena nyerinya dapat membuat penderitanya depresi dan memunculkan keinginan untuk bunuh diri. ● tom

SAMBUNGAN

dikutip dari kanal YouTube miliknya, Kamis (31/3).

“Zaman saya tidak ada lagi keturunan dari apa, tidak. Kenapa? Saya menggunakan dasar hukum. Oke, hilang nomor empat,” katanya.

Andika menginstruksikan aturan larangan anak cucu PKI tidak boleh diterima sebagai prajurit TNI tidak lagi berlaku semasa ia menjadi Panglima TNI. Dia meminta agar aturan yang berubah itu segera dibuatkan peraturan panglima (perpang).

Saat masih menjabat sebagai Kepala Staf Angkatan Darat (KSAD), Andika juga

membuat sejumlah kebijakan yang dinilai menjadi terobosan. Di antaranya, menghilangkan tes keperawatan sebagai syarat proses penerimaan anggota Korps Wanita Angkatan Darat (Kowad).

Sebelumnya, dalam proses perekrutan para calon harus menjalani pemeriksaan vagina, serviks, serta selaput dara.

“Hymen atau selaput dara tadinya juga merupakan satu atau ruptur sebagian atau ruptur yang sampai habis. Sekarang tidak ada lagi. Tujuan penyempurnaan materi seleksi itu lebih ke kesehatan sehingga

Terobosan Panglima TNI, Anak PKI...

yang tidak berhubungan lagi dengan itu, tidak perlu lagi,” kata Andika saat itu.

Hilangkan Tes Renang

Jenderal Andika juga menghapus tes renang dan tes akademik dalam proses seleksi penerimaan calon prajurit TNI Periode 2022. Dia menilai, aturan itu tidak adil untuk diterapkan kepada mereka yang tak pernah mengikuti kegiatan renang.

Perubahan ini mencakup serangkaian seleksi penerimaan, baik di tingkat daerah maupun pusat.

“Itu tidak usah lagi. Kena-

pa renang kenapa? Jadi Nomor 3 tidak usah, karena kita tidak fair ada orang yang tempat tinggalnya jauh, enggak pernah renang nanti enggak fair,” ujar Andika dalam video YouTube pribadinya, dikutip Kamis (31/3).

Tak hanya itu, proses rekrutmen prajurit TNI saat ini juga tidak ada lagi tes akademik. Menurut dia, terkait bidang tersebut cukup dilihat ijazah maupun transkrip nilainya saja. “Tes akademik ini sudah tinggal ambil saja IPK, terus transkrip (nilai). Karena bagi saya yang lebih penting itu tadi ijazah SMA itulah aka-

DARI HAL 1

demik mereka. Enggak usah ada lagi tes akademik, kalau ada ujian nasional lebih akurat lagi,” katanya.

Di kesempatan yang sama, Andika menegaskan bahwa anggota keluarga keturunan Partai Komunis Indonesia (PKI) boleh mengikuti proses seleksi penerimaan Prajurit TNI. Andika mengatakan tidak ada landasan hukum soal larangan tersebut.

“Zaman saya tidak ada lagi keturunan dari apa, tidak. Karena apa? Saya menggunakan dasar hukum. Ok? Hilang nomor empat,” ungkap Andika. ● mei

Kejahatan Lingkungan Masuk...

negatif pada dua hal, yakni perputaran uang ilegal dan kerusakan lingkungan yang berakibat fatal pada perubahan iklim.

“Kejahatan di bidang lingkungan mencapai 281 juta dollar AS. Ini tidak hanya dari sisi kejahatannya yang nilainya besar, namun juga kerusakan lingkungan yang terjadi,” kata Sri Mulyani dalam acara PPATK 3rd Legal Forum di Jakarta, Kamis (31/3).

Menkeu yang akrab dipanggil Ani ini menuturkan,

uang yang dihasilkan dari kegiatan merusak lingkungan itu jauh lebih cepat dibanding pertumbuhan ekonomi dunia yang berkisar 5-7 persen.

Kegiatan kejahatan lingkungan ini meliputi penebangan liar (illegal logging), pencurian ikan (illegal fishing), dan pertambangan liar (illegal mining).

“Tidak ada batas negara atau disebut borderless. Karena biasanya illegal fishing, illegal logging, dan lain-lain dilakukan di negara A, pena-

dahnya di negara B, dijual, dan profitya dicuci di negara C. Ini adalah borderless operation,” jelas Ani.

Akibatnya, negara yang menjadi tempat kegiatan ilegal ini mengalami kerusakan lingkungan. Sedangkan uang dari hasil kegiatan itu justru mengalir ke negara lain untuk dicuci melalui sektor keuangan formal maupun non formal.

“Oleh karena itu, kerja sama internasional menjadi sangat penting. Financial Ac-

tion Taskforce menyampaikan bahwa para pelaku kejahatan lingkungan mencuci hasil kejahatan mereka melalui sektor keuangan, bisa formal, bisa informal,” ujarnya.

Sebagai informasi, selain kejahatan lingkungan, narkoba menjadi kegiatan kriminal yang berkontribusi paling besar pada kegiatan pencucian uang. Total uang yang dihasilkan dalam kegiatan tersebut mencapai 344 miliar dollar AS.

Kemudian diikuti oleh

kegiatan produksi dan perdagangan barang-barang palsu dengan total uang mencapai 288 miliar dollar AS. Untuk menghentikan kegiatan tersebut, industri keuangan perlu mengenal lebih dekat nasabah dan pelanggannya.

“Kalau pencucian uang dilakukan dalam sektor keuangan, maka praktek dalam sektor keuangan mengenai KYC (know your customer) sangat penting dan menjadi standar untuk kegiatan di bidang lingkungan,” kata Ani. ● mar

Gedung Putih Sebut Presiden Putin...

sanksi karena penasihat seniornya terlalu takut untuk mengatakan yang sebenarnya,” kata Bedingfield menambahkan.

Washington sengaja memaparkan informasi intelijen tersebut untuk menunjukkan kesalahan strategis Rusia.

Keputusan Washington untuk membagikan intelijennya secara lebih terbuka mencerminkan strategi “Negeri Paman Sam” yang telah dilakukan sejak sebelum perang

dimulai. Seorang pejabat AS menambahkan, pemaparan informasi intelijen dari AS juga dapat memperumit perhitungan Putin.

“Ini berpotensi berguna. Apakah itu menabur pertikaian di jajarannya? Itu bisa membuat Putin mempertimbangkan kembali siapa yang bisa dia percayai,” kata pejabat tersebut.

Seorang diplomat senior Eropa mengatakan, penilaian intelijen AS itu sejalan dengan

analisis dari Eropa.

“Putin berpikir segalanya berjalan lebih baik daripada sebelumnya. Itulah masalahnya jika dikelilingi ‘yes man’ atau hanya duduk bersama mereka di ujung meja yang sangat panjang,” kata diplomat itu.

Dua diplomat Eropa menuturkan, para wajib militer Rusia diberitahu bahwa mereka mengambil bagian dalam latihan militer. Tetapi, mereka harus menandatangani dokumen sebelum invasi

yang memperpanjang tugas mereka.

“Mereka disesatkan, dilatih dengan buruk dan kemudian tiba untuk menemukan wanita tua Ukraina yang tampak seperti nenek mereka meneriaki mereka untuk pulang,” tambah salah satu diplomat.

Diplomat tersebut menambahkan, saat ini belum ada indikasi bahwa situasi sekarang dapat mendorong pemberontakan di antara militer Rusia. Namun, lanjutnya, situasinya

masih belum bisa tidak dapat diprediksi dan Barat terus berharap bahwa orang-orang yang tidak bahagia akan angkat bicara.

Sejumlah analis militer mengatakan, Rusia telah membongkai ulang tujuan perangnya di Ukraina dengan cara yang dapat memudahkan Putin untuk mengklaim kemenangan yang menyelamatkan mukanya meski pasukan Rusia mengalami kemunduran. ● mar

Anak Bertemu Ibunya Setelah...

ia menghubungi Ian untuk memberikan informasi mengenai ibu Ian, termasuk membagikan alamat rumahnya.

Mendapat lokasi keberadaan sang ibu, Ian langsung mencoba untuk mencari dan datang ke alamat yang diberikan oleh adik dari ibunya

tersebut. Setelah bertanya-tanya kepada warga, akhirnya Ian pun berhasil menemukan sang ibu.

Bertemu kembali dengan sang ibu setelah 16 tahun terpisah membuat perasaan Ian bercampur aduk. Ian merasa sedih dan juga bersyukur kare-

na dipertemukan lagi dengan sosok ibu yang ia rindukan.

“Rasanya campur aduk, sedih dan bersyukur Allah mempertemukan lagi dengan ibu kandungku” ungkap Ian.

Setelah saling mengingat dan memastikan satu sama lain, Ian bersujud di kaki ibu-

nya. Sedangkan sang ibu langsung ikut membungkuk untuk memeluk anaknya itu sembari menangis. Akhirnya Ian dan ibunya berpelukan, setelah 16 tahun terpisah.

Video yang telah ditonton sebanyak 63,1 juta kali tersebut mendapatkan banyak komen-

tar positif dari warganet.

“saya sebagai anak broken home sangat bahagia melihat ini, bahagianlah mama mu bang, dan jaga walaupun tidak secepat” ujar salah satu akun Tik Tok. “terharu bgt... selamat ya udh ketemu ibunya...” komentar salah satu warganet. ● osm

Awas! Malas Gerak saat Puasa Picu Kolesterol Jahat Naik

JAKARTA (IM) - Kebiasaan malas gerak saat puasa bisa memicu masalah kesehatan serius, salah satunya kolesterol jahat naik. Kebiasaan buruk ini sering dilakukan oleh banyak orang saat puasa lantaran khawatir membatalkan puasa.

“Saat puasa, banyak orang cenderung mengurangi aktivitas fisik karena khawatir membatalkan puasa. Hal ini menimbulkan risiko sedentary lifestyle yaitu gaya hidup minim aktivitas fisik, yang berkorelasi dengan peningkatan kadar kolesterol jahat dalam tubuh,” kata Dokter Spesialis Gizi Klinis RS Si-loam Kebon Jeruk dr Sheena R. Angelia, Sp.GK dalam keterangan resminya, Kamis (31/3).

Selain malas gerak, dr Sheena menjelaskan bahwa asupan makanan yang sembarang saat buka puasa atau sahur juga bisa jadi faktor risiko kadar kolesterol dalam darah naik.

Secara tidak sadar, banyak orang tidak bisa mengontrol asupan makanan saat berbuka atau sahur. Selain itu, diet kurang sehat yang dikonsumsi sehari-hari kemudian juga meningkatkan risiko kolesterol tinggi.

“Tanpa disadari, kita suka berbuka puasa dengan makanan yang mengandung kolesterol tinggi, seperti daging berlemak, jeroan, junk food, atau makanan tinggi lemak jenuh lainnya,” jelas dr Sheena.

“Seperti makanan atau minuman bersantan, gorengan, sebagai reward setelah berpuasa selama belasan jam. Alhasil, kadar kolesterol jahat dalam tubuh pun meningkat,” tambahnya.

Naiknya kadar kolesterol bisa menyebabkan masalah kesehatan serius. Mulai dari penyakit penyumbatan pembuluh darah, penyakit jantung, stroke dan hipertensi hingga bisa berujung pada kematian.

“Di tahap awal, tidak ada gejala khusus saat kadar kolesterol di tubuh meningkat, namun jika kadar kolesterol sudah lebih dari 200 mg/dL, biasanya muncul berbagai gejala tidak nyaman,” tutup dr Sheena.

Gejala tidak nyaman tersebut meliputi sering sakit kepala, tengkuk hingga bahu terasa pegal dan kaku, nyeri pada persendian, munculnya benjolan pada tendon persendian (xanthoma), dan gumpalan-gumpalan seperti jerawat di bawah kelopak mata (xanthelasma). ● tom

SAMBUNGAN

IDI Bantah Vaksin Nusantara Jadi...

Kota Banda Aceh, Aceh, Jumat (25/3).

“Memutuskan, menetapkan, meneruskan hasil keputusan rapat sidang khusus MKEK yang memutuskan pemberhentian permanen sejawat Dr. dr. Terawan Agus Putranto sebagai anggota IDI,” kata Beni dalam konferensi pers secara virtual, Kamis (31/3).

“Terkait putusan dokter Terawan, ini proses panjang sejak 2013 sesuai dengan laporan dari MKEK,” katanya.

IDI membantah bahwa pemberhentian Terawan dari keanggotaan IDI karena alasan Vaksin Nusantara.

“Vaksin Nusantara adalah kewenangan dari lembaga pemerintah dalam hal ini BPOM, sehingga tidak ada kaitannya keputusan ini dengan vaksin Nusantara,” kata Ketua PB IDI Adib Khumaidi dalam konferensi pers secara virtual, Kamis (31/3).

Adib juga mengatakan, pemecatan Terawan juga tidak ada kaitannya dengan pemberhentian pengagas vaksin Nusantara tersebut dari kursi Menteri Kesehatan. Ia menegaskan bahwa setiap jabatan publik merupakan kewenangan presiden.

“Sekali lagi, ini ada pada kewenangan presiden, jadi tidak dalam kewenangan (IDI) seperti itu, dan hal-hal kaitannya dengan pejabat publik apalagi beliau (Terawan) sebagai menteri adalah kewenangan presiden,” ujarnya.

Sebelumnya diberitakan, hasil rapat sidang khusus MKEK memutuskan pemberhentian secara permanen Terawan dari keanggotaan Ikatan Dokter Indonesia (IDI). Keputusan tersebut dibacakan dalam Mukhtar ke-31 IDI di

Kota Banda Aceh, Aceh, Jumat (25/3).

“Memutuskan, menetapkan, meneruskan hasil keputusan rapat sidang khusus MKEK yang memutuskan pemberhentian permanen sejawat Dr. dr. Terawan Agus Putranto sebagai anggota IDI,” kata pimpinan Presidium Sidang Abdul Aziz, di Jakarta, Minggu (28/3).

Kontroverasi Cuci Otak

Terawan sebelumnya sempat diberhentikan sementara dari IDI selama 12 bulan sejak 26 Februari 2018 hingga 25 Februari 2019. Hal ini terkait metode cuci otak atau brain wash yang digunakannya sebagai terapi pada penderita stroke.

Metode cuci otak yang digunakan Terawan dilakukan di RSPAS Gatot Subroto, memanfaatkan 2 lantai ruangan RS untuk menangani pasien stroke.

Ruangan yang bernama CVV (Cerebro Vascular Center) itu mampu menangani sekitar 35 pasien per hari dengan biaya paling murah Rp 30 juta per pasien.

Terapi cuci otak yang dilakukan dokter Terawan Agus Putranto dilakukan menggunakan heparin untuk menghancurkan plak penyebab penyumbatan pembuluh darah. Heparin tersebut dimasukkan melalui kateter yang dipasang di pangkal paha pasien menuju sumber kerusakan pembuluh darah yang menjadi penyebab stroke. Sejumlah pasien Terawan mengatakan kondisi mereka membaik usai terapi tersebut. Akan tetapi, menurut IDI, cara yang dilakukan Terawan melanggar kode etik.

Hal ini karena keamanaan praktek cuci otak masih dipertanyakan. ● mar

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**.
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 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

2022 ada 89 kasus kematian. Sehingga, kasus kematian dari Covid-19 kini mencapai 155.089.

Bersamaan dengan itu, Satgas juga melaporkan saat ini tercatat ada 106.927 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 6.111 orang yang berstatus suspek. Lebih lanjut, terdapat 510 kabupaten/kota yang terpapar Covid-19 di 34 provinsi. ● mar