

Penderita Hipertensi di Indonesia Meningkatkan Setiap Tahun

Hanya 50 persen penderita hipertensi di Indonesia yang minum obat teratur.

JAKARTA (IM) - Kementerian Kesehatan menyampaikan bahwa penderita hipertensi sebagai salah satu penyakit tidak menular (PTM) terus meningkat di Indonesia. "Prevalensi hipertensi terus meningkat dari tahun ke tahun. Hipertensi di Indonesia sebesar 34,1 persen tahun 2018, dengan prevalensi tertinggi di Kalimantan Selatan sebesar 44,3 persen dan terendah di Provinsi Papua sebesar 22,2 persen," ujar Pelaksana Tugas (Plt) Direktur Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular (P2PTM) Elvieda Sariwati dalam acara Peringatan Hari Hipertensi Dunia yang diikuti di Jakarta, kemarin.

Ia mengemukakan, berdasarkan hasil survei hanya tiga dari 10 penderita penyakit

tidak menular yang terdeteksi, selebihnya tidak mengetahui bahwa dirinya sakit.

"Hal itu karena penyakit tidak menular tidak ada gejala dan tanda sampai terjadi komplikasi," tuturnya.

Kondisi itu, lanjut dia, menyebabkan pasien datang ke rumah sakit dalam kondisi teridentifikasi memiliki penyakit jantung dan lainnya.

Dari tiga penderita penyakit tidak menular yang terdeteksi tersebut, ia menambahkan, hanya satu orang yang berobat teratur.

Ia menambahkan, berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Kemenkes 2018 menunjukkan sebesar 8,8 persen penderita hipertensi yang terdiagnosis dan hanya 50 persen yang minum obat secara teratur. Ia menyampaikan, hal



itu didukung dengan data Program Indonesia Sehat dengan Pendekatan Keluarga (PIS-PK) tahun 2022, penderita hipertensi

yang berobat secara teratur sebesar 27,5 persen.

"Alasan tidak minum obat teratur adalah karena merasa

sehat, hipertensi memang tidak bergejala, kalau dibiarkan saja lama-lama bisa terjadi komplikasi, yakni bisa stroke, jantung dan lainnya," tuturnya.

Dalam kesempatan sama, Ketua Perhimpunan Dokter Hipertensi Indonesia, Erwinanto mengatakan penyakit yang berhubungan dengan hipertensi di tingkat masyarakat cukup menghabiskan biaya penyakit katastrofik yang besar. "Itu harus dihindari dengan cara menurunkan tekanan darah pada pasien yang sudah hipertensi," ujarnya.

Ia memaparkan, salah satu cara mengendalikan tekanan darah bagi yang sudah hipertensi yakni dengan mengubah gaya hidup sehat dengan atau tanpa terapi obat.

"Batasi garam sedapat mungkin, kurangi konsumsi alkohol. Lalu olahraga teratur minimal 30 menit per hari dan sedapat mungkin tiap hari," tuturnya. ● **tom**

SAMBUNGAN

Tidak Kooperatif, KPK Jemput Paksa...

mudah-mudahan malam ini bisa kami sampaikan kepada masyarakat semuanya," kata Ali.

"Nanti saya kira teman-teman bisa menunggu kehadiran dari yang bersangkutan dibawa ke Gedung Merah Putih KPK

dan segera dilakukan pemeriksaan oleh tim penyidik KPK," ucapnya.

Dalam penanganan kasus ini, KPK sempat meminta Direktorat Jenderal (Ditjen) Imigrasi Kementerian Hukum dan HAM (Kemenkumham)

melakukan pencegahan ke luar negeri terhadap para tersangka. Bantah Dijemput Paksa

Sementara Richard membantah dirinya dijemput paksa oleh tim penyidik KPK. Ia mengaku, baru selesai melakukan operasi pada kakinya.

"Enggak-enggak, saya operasi kaki," kata Richard memasuki kantor KPK, Jumat (13/5) sore.

Berdasarkan pantauan di Gedung KPK, Richard terlihat memasuki Gedung Merah Putih KPK didampingi se-

DARI HAL 1

jumlah petugas keamanan. Ia mengenakan jaket dengan masker dan topi berwarna putih. Wali Kota Ambon itu sempat menunjukan kakinya yang dilapisi perban untuk membantah dirinya dijemput paksa oleh KPK. ● **mar**

Terekam CCTV, Tentara Rusia Tembaki...

penjaga toko dan bos tidak melakukan perlawanan. Saat kejadian, tidak sedang ada baku tembak.

Video CCTV dengan jelas menunjukkan sekelompok tentara Rusia bersenjata berat menembak dua warga Ukraina yang tidak bersenjata dan kemudian menjarah toko.

Kami telah mengumpulkan kronologi lengkap peristiwa tersebut, mencocokkan apa yang terekam oleh beberapa kamera CCTV di sekitar lokasi dengan kesaksian orang-orang yang ditelepon Leonid pada hari itu, serta prajurit melawan Ukraina yang berusaha untuk menyelamatkannya.

Prajurit Rusia tiba dalam sebuah van curian yang dipulas dengan tanda V yang digu-

nakan oleh pasukan Rusia dan kata-kata Tank Spetsnaz yang ditulis dengan cat hitam. Mereka mengenakan seragam militer Rusia dan mendekati dengan senjata terangkat, jari di pelatuk.

Leonid berjalan ke arah tentara itu dengan tangan terangkat untuk menunjukkan bahwa ia tidak bersenjata dan tidak ada ancaman.

Prajurit Rusia itu awalnya berbicara dengan Leonid dan bosnya dari balik pagar.

Tidak ada audio pada rekaman itu tetapi orang-orang tampak tenang, mereka bahkan merokok.

Kemudian dua warga Ukraina itu berbalik arah dan para prajurit mulai pergi.

Tiba-tiba mereka berbalik,

berjongkok lalu menembak kedua pria itu beberapa kali di punggung mereka.

Salah satu dari warga Ukraina itu tewas seketika tetapi entah bagaimana Leonid masih bisa berdiri terhuyung-huyung.

Ia bahkan mengikat ikat pinggang di pahanya untuk memperlambat keluarnya darah, lalu berjalan ke dalam kabinnya untuk menelepon minta bantuan.

Vasyl Podlevskyi berbicara dengan temannya tersebut dua kali pada hari itu, saat ia mengalami pendarahan hebat.

"Saya bilang bisakah kamu setidaknya memperban dirimu sendiri? Dan dia bilang, Vasya, aku merangkak saja susah di

sini. Sekujur badanku sakit sekali. Saya merasa sangat tidak enak," kata Vasyl mengingat percakapan di telepon itu.

"Jadi saya bilang kepadanya untuk tetap bertahan di sana dan saya menelepon pasukan pertahanan wilayah."

Di CCTV Anda dapat melihat mereka menembaki kamarnya, mencuri sepeda dan bahkan skuter dan duduk-duduk di kantor direktur, minum wiski, dan mengacak-acak lemarnya.

Kalah jumlah dan hanya bersenjata ringan, Sasha dan Kostya terpaksa menunggu meskipun mereka menyadari bahwa Leonid sedang sekarat.

"Kami bilang kami sedang dalam perjalanan. Mungkin itu membantunya. Mungkin. Tapi

sayangnya, saat kami tiba di sana, dia sudah mati."

Bahkan ketika mereka mengumpulkan mayat kedua pria itu, para prajurit relawan tersebut harus berlindung ketika bersenjata Rusia melintasi.

Kantor Kejaksaan menegaskan bahwa mereka sekarang sedang menyelidiki pembunuhan atas Leonid dan rekannya sebagai dugaan kejahatan perang.

Ini satu dari lebih dari 10.000 kasus yang telah mereka daftarkan.

"Ayah saya sama sekali bukan seorang militer. Dia cuma seorang pensiunan. Mereka membunuh seorang pria berusia 65 tahun. Untuk apa?" ujar putri Leonid, Yulia Androschuk. ● **mar**

Ruhut Sitompul Diduga Rasisme,...

Humas Polda Metro Jaya Kombes Pol Endra Zulpan mengatakan, pihaknya akan segera menjadwalkan pemanggilan saksi-saksi, baik dari pihak pelapor maupun terlapor.

"Nanti setelah ini ya, karena beberapa pejabat Direktur Reserse baru serah terima jabatan. Setelah ini akan kita agendakan (pemeriksaan) ya," kata Zulpan di Polda Metro Jaya, Jumat (13/5).

Zulpan mengatakan, pihaknya tengah mempelajari lebih lanjut mengenai laporan tersebut.

"Betul Polda Metro Jaya telah menerima laporan dengan terlapor Ruhut Sitompul. Terkait dengan unggahan di medsos Twitter yang diang-

gap menghina suatu suku tertentu,"ujarnya.

"Tentunya dengan laporan ini penyidik Polda Metro akan mempelajari dulu terkait dengan laporan yang kita terima," tutup Zulpan.

Sebelumnya, Ruhut mengaku akan mengikuti aturan hukum yang berlaku, dan sudah siap jika ke depan ada pemanggilan atas dirinya.

"Oh iyalah siap, aku siap (kalau dipanggil) aku akan jelasin semuanya," kata Ruhut, Kamis (12/5).

Untuk diketahui, Ruhut dilaporkan Panglima Komandan Patriot Revolusi (Kopatrev) Petrosdes Mega M.S Keliduan, karena unggahannya dianggap rasialis.

Laporan tersebut telah

terdaftar dengan nomor LP/B/2299/SPKT/Polda Metro Jaya, tertanggal 11 Mei 2022.

Adapun Ruhut dipersangkakan dengan Pasal 28 ayat (2) juncto Pasal 45A ayat (2) UU RI Nomor 19 Tahun 2016 tentang perubahan UU RI Nomor 11 Tahun 2008 tentang Informasi dan Transaksi Elektronik (ITE).

Disentil Wagub DKI

Wakil Gubernur DKI Jakarta Ahmad Riza Patria buka suara atas ponstingan Ruhut Sitompul soal Anies mengenai berpakai adat Papua lengkap dengan koteknya.

Ia meminta masyarakat, khususnya warga Jakarta untuk

bijak dalam bermedia sosial.

Pria yang kerap disapa Ariza ini mengatakan, apapun wadah yang dilakukan dalam berinteraksi, perlu adanya kesadaran terkait saling menghormati. Termasuk, memilah mana yang sesuai dan tidak sesuai dengan aturan.

"Tentu kita sebagai warga bangsa harus saling menjaga saling menghormati, jadi mari kita hindari penggunaan medsos untuk kepentingan-kepentingan tertentu yang tidak sesuai dengan aturan dan ketentuan," ujar Ariza di gedung Balai Kota DKI Jakarta, Kamis (12/5) malam.

Dia juga mengajak kepada seluruh masyarakat agar terhindar dari hal-hal yang memicu perdebatan.

Karena selain Indonesia adalah negara yang kaya akan budaya, Indonesia juga seras akan perbedaan.

Ariza menambahkan, perbedaan tersebut juga menyangkut persoalan terkait hak pilih.

Mulai dari pilihan presiden hingga daerah. Menurutnya, hal itu juga termasuk sebagai hak Demokrasi yang perlu dihormati.

"Tapi yang penting kita harus memahami dan meyakini bahwa kita semua ini keluarga besar Indonesia. Keluarga besar Jakarta. Ini apalagi jakarta sebagai kota yang sangat heterogen yang sangat prural di sini banyak suku, agama, banyak seni budaya dan adat istiadat," katanya. ● **mar**

Ibu Ini Keguguran Bayinya,...

sakit sering melaporkan wanita yang mengalami keguguran ke polisi.

Esmé ditahan karena dianggap 'membunuh' bayinya dan dalam penanganan pra-persidangan selama dua tahun. Awal pekan ini, dia divonis penjara selama 30 tahun, demikian dilaporkan Daily Mail.

El Salvador telah melarang

aborsi dalam semua keadaan, termasuk kasus pemerkosaan dan ketika kesehatan wanita dalam bahaya. Hukuman itu telah memicu kemarahan di antara kelompok-kelompok pro pilihan di El Salvador.

Morena Herrera, presiden Kelompok Warga untuk Dekriminalisasi Aborsi di El Salvador, mengatakan bahwa putusan itu merupakan sebuah

'pukulan keras' bagi upaya untuk dekriminalisasi keadaan darurat kebidanan.

Pengacara Esmé mengatakan dalam sebuah pernyataan bahwa mereka akan mengajukan banding atas keputusan tersebut dan mencatat bahwa ini adalah hukuman pertama dari jenisnya di bawah pemerintahan Presiden Nayib Bukele yang menyebut

aborsi sebagai 'genosida besar'.

Selama 20 tahun terakhir, El Salvador telah secara kriminal menuntut 181 wanita yang menderita kedaruratan kebidanan.

Larangan aborsi paling memukul orang miskin di negara itu, yang tidak dapat mengakses perawatan medis yang memadai untuk menurunkan risiko keguguran atau

lahir mati.

Pada November 2021 Pengadilan Hak Asasi Manusia Inter-Amerika memutuskan bahwa El Salvador telah melanggar hak-hak seorang wanita yang diidentifikasi sebagai Manuela yang dikirim ke penjara karena melanggar undang-undang aborsi dan meninggal saat menjalani hukuman 30 tahun. ● **osm**

Indonesia Tambah Tiga Vaksinasi dalam Program Imunisasi Dasar Anak

JAKARTA (IM) - Menteri Kesehatan RI Budi Gunadi Sadikin mengemukakan kebijakan pemerintah menambah tiga vaksinasi dalam program imunisasi dasar anak merupakan bagian dari transformasi layanan kesehatan primer. "Kami menambah jumlah imunisasi wajib kepada masyarakat dari 11 menjadi 14 vaksin," kata Budi Gunadi Sadikin, saat menyampaikan keterangan pers secara virtual yang diikuti dari YouTube Kemenkes RI di Jakarta, Kamis (12/5).

Budi mengatakan tiga vaksin baru itu, yakni HPV untuk pencegahan kanker serviks bagi para ibu, PCV untuk pneumonia pada balita, dan Rotavirus untuk pencegahan diare pada balita.

"Seluruh vaksin merupakan bagian dari imunisasi dasar," katanya.

Menurut Budi vaksin HPV diberikan karena kanker serviks merupakan kanker kedua setelah payudara yang mengakibatkan kematian bagi para ibu dan wanita Indonesia. Sebab, kanker payudara belum ada vaksinnya, sedangkan

kanker serviks sudah ada.

Untuk vaksin HPV dan Rotavirus ditargetkan menasar anak usia di bawah lima tahun karena kematian anak yang paling banyak berasal dari infeksi, pneumonia dan infeksi diare. Penyebab kematian terbesar akibat infeksi di kalangan anak sudah ada vaksinnya, yakni PCV dan vaksin Rotavirus.

Budi mengatakan, kebijakan itu merupakan salah satu program baru yang diluncurkan di sistem layanan kesehatan primer di Indonesia terkait dengan transformasi kesehatan pilar pertama. Kemenkes telah menancangkan enam pilar transformasi sistem kesehatan, yakni transformasi sistem layanan kesehatan primer, transformasi sistem layanan kesehatan sekunder atau rujukan, transformasi sistem ketahanan kesehatan, transformasi sistem pembiayaan kesehatan, transformasi SDM kesehatan dan transformasi sistem teknologi dan bioteknologi kesehatan.

"Program imunisasi anak tahun ini merupakan bagian dari transformasi sistem layanan kesehatan primer dan transformasi sistem teknologi informasi kesehatan," katanya. ● **tom**

Diet Mediterania Bantu Kaum Muda Kelola Depresi

JAKARTA (IM) - Perbaikan pola makan tampak dapat membantu kaum muda meredakan gejala depresi. Jenis pengaturan pola makan yang direkomendasikan adalah diet Mediterania. Manfaat diet Mediterania dalam meredakan gejala depresi ini diungkapkan dalam sebuah studi yang dipublikasikan pada The American Journal of Clinical Nutrition.

Studi yang dilakukan oleh tim peneliti dari University of Technology Sydney ini melibatkan 72 pria berusia 18-25 tahun sebagai partisipan.

Dalam studi yang berlangsung selama 12 pekan ini, sebagian partisipan diminta untuk menjalani diet Mediterania. Diet ini merupakan pengaturan pola makan yang didominasi oleh buah, sayur, kacang polong dan kacang-kacangan, biji-bijian, ikan, minyak zaitun, dan sedikit daging serta produk susu.

Sebagian lainnya yang merupakan kelompok kontrol diberikan terapi pertemanan, di mana mereka diberikan dukungan sosial. Penilaian terhadap para partisipan dilakukan pada awal studi, pekan keenam, dan pekan ke-12.

Hasil studi menunjukkan bahwa kelompok yang menerapkan diet Mediterania mendapatkan skor yang secara signifikan lebih tinggi pada pengukuran kualitas hidup dan pada Beck Depression Inventory Scale.

Tim peneliti menilai temuan dalam studi ini dapat menjadi pertimbangan bagi pasien dan psikolog untuk memberikan rekomendasi

kepada pasien pria muda yang depresi. Misalnya, memberikan saran kepada pasien untuk menemui ahli gizi dan memperbaiki pola makan sambil menjalani terapi untuk depresi mereka.

Ketua tim peneliti Jessica Bayes mengatakan kelompok yang menerapkan diet Mediterania cenderung lebih banyak mengonsumsi makanan segar.

Mereka juga lebih sedikit mengonsumsi makanan cepat saji, gula, atau daging olahan.

"Ada banyak alasan mengapa secara ilmiah kami berpikir makanan dapat mempengaruhi suasana hati," jelas Bayes, seperti dilansir WebMD, Kamis (12/5).

Salah satu alasannya, sekitar 90 persen serotonin dibuat di dalam usus oleh mikroba usus. Serotonin, lanjut Bayes, adalah zat kimia di dalam tubuh yang membantu seseorang untuk merasa bahagia.

"Ada bukti yang menyatakan bahwa mikroba-mikroba ini bisa berkomunikasi dengan otak lewat saraf vagus, melalui sesuatu yang disebut axis usus-otak," lanjut Bayes.

Agar bisa memiliki mikroba yang bermanfaat, mikroba tersebut perlu mendapatkan makanan yang mencukupi. Makanan untuk mikroba tersebut adalah serat.

"Yang ditemukan dalam legum, buah, dan sayur," jelas Bayes. Bayes mengatakan hampir semua partisipan menyatakan bahwa mereka akan meneruskan diet Mediterania setelah menyelesaikan studi.

Diet Mediterania diketahui memiliki banyak manfaat bagi kesehatan. Sebagian dari manfaat diet Mediterania adalah dapat menurunkan risiko diabetes tipe 2, penyakit jantung, penyakit Alzheimer, stroke, dan masalah kesehatan lain. ● **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.
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 Tanzi), **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**.
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./leks (di luar kota Rp 3.000./leks), 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

Penembakan Brutal di Aceh,...

belum diketahui identitas pelaku penembakan misterius tersebut, serta motif dari aksi sadis ini.

Keluarga kedua korban penembakan yang juga berdatangan ke RSUD Zainol

Abidin Banda Aceh, nampak menangis histeris melihat korban telah terbujur kaku tak

bernyawa. Mereka sudah menyiapkan berbagai keperluan, untuk

membawa pulang jenazah kedua korban penembakan brutal tersebut. ● **mar**