

Pentingnya Menggunakan Tabir Surya sebelum Beraktivitas Sehari-hari, Demi Cegah Penuaan



JAKARTA (IM) - Paparan sinar matahari atau photoaging menyebabkan penuaan kulit hingga 80 persen. Jadi, untuk mencegah munculnya garis halus, pigmentasi, dan kerutan, adalah dengan membatasi jumlah radiasi matahari. Tetapi menghindari sinar matahari cukup sulit, mengingat kita hidup di daerah tropis. Inilah fungsi penggunaan tabir surya atau sunscreen sebelum beraktivitas sehari-hari.

Tabir surya mengandung bahan, seperti seng oksida, yang menyerap atau memantulkan radiasi UV dan menghilangkannya sebelum merusak sel-sel kulit. Produk ini juga mengurangi dosis kumulatif radiasi yang diterima kulit.

Penelitian menunjukkan tabir surya dapat mencegah gejala penuaan dengan mengatasi pemicunya, yakni mencegah ekspresi protein MMP.

Dilansir The Conversation, ekspresi protein MMP telah dikaitkan dengan kerusakan DNA pada sel kulit dan produksi spesi oksigen reaktif. Spesi oksigen reaktif adalah bahan kimia sangat reaktif yang terbentuk dari oksigen yang dapat merusak komponen seluler lainnya, seperti DNA dan protein. Kedua faktor ini disebabkan oleh paparan sinar matahari yang terlalu banyak.

Meski begitu, kita perlu pintar dalam memilih produk tabir surya karena banyak yang hanya membatasi rentang spektrum UV pada spektrum sinar matahari saja.

Padahal, paparan cahaya tampak seperti cahaya biru, dan inframerah, juga dapat menyebabkan photoaging.

Jadi, tidak semua produk tabir surya melindungi dari penuaan dini, tetapi dapat menguranginya. Produk terbaik untuk digunakan sebenarnya tergantung pada preferensi pribadi. Namun secara umum, semakin tinggi SPF, semakin besar perlindungan yang dimiliki terhadap photoaging. ● tom

Antibodi Covid-19 Masyarakat Indonesia Bertambah 4 Kali Lipat Dari Tahun Sebelumnya

JAKARTA (IM) - Kabar baik untuk Indonesia, karena kadar antibodi Covid-19 yang dimiliki masyarakatnya meningkat 4 kali lipat di 2022 dibanding tahun sebelumnya.

Hal ini diungkap Ahli Epidemiologi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia (FKMUI) Iwan Ariawan saat mempresentasikan hasil Serologi Survey Nasional Ketiga, Kamis (11/8).

Temuan ini didapatkan peneliti dengan cara membandingkan antibodi responden Serologi Survey Nasional pertama yang dilakukan pada Desember 2021.

"Kadar antibodinya ada peningkatan 4 kali lipat antibodi penduduk Indonesia di Juli 2022, dibanding Desember 2021," ujar Iwan saat konferensi pers Kementerian Kesehatan (Kemenkes).

Tidak hanya itu secara umum kadar antibodi Covid-19 masyarakat Indonesia di 2022 juga meningkat dari tahun sebelumnya, dengan presentase 87,8 persen di Desember 2021 bertambah menjadi 98,5 persen di Juli 2022.

Perbandingan survei antibodi Covid-19 Indonesia 2022 ini didapatkan setelah peneliti memeriksa 84,5 persen dari total responden di Desember 2021.

Saat itu Desember 2021, sebanyak 20.501 sampel darah berhasil diambil. Lalu di Juli 2022, responden yang sama kembali diambil darahnya untuk dilihat kadar antibodi Covid-19.

Para responden ini tersebar di 100 kabupaten kota yang terpilih, sehingga bisa dianggap mewakili seluruh provinsi di Indonesia.

Iwan menegaskan, meski kadar antibodi Covid-19 masyarakat meningkat di 2022 tapi bukan berarti masyarakat terbebas dari infeksi, karena tetap akan bisa tertular. "Meski begitu tetap bisa terinfeksi Covid-19, tapi risiko Covid-19 berat atau meninggal karena Covid-19 jauh lebih berkurang," tutup Iwan. ● 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.
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** (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 Langganan Rp 50.000,-/Bulan.
PERCETAKAN: PT. Internasional Media Promosindo
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

Awas! Kesehatan Mulut yang Buruk Bisa Picu Strok dan Serangan Jantung

Orang dengan penyakit gusi bisa dua kali lebih mungkin terkena strok.

JAKARTA (IM) - Sebuah survei terbaru dari merek sikat gigi Tepe menemukan bahwa lebih dari setengah orang Inggris yang diwawancarai tidak tahu bahwa kesehatan mulut terkait dengan kondisi kesehatan jangka panjang. Strok adalah satu kondisi yang lebih mungkin terjadi pada orang dengan kesehatan mulut yang buruk.

"Saat kita memikirkan manfaat dari menjaga kesehatan mulut, yang terpikirkan mungkin gigi yang kuat saja, padahal manfaatnya lebih banyak daripada itu. Kesehatan mulut yang buruk terkait dengan peningkatan risiko tekanan darah tinggi,

serangan jantung, strok, dan jantung," kata dokter umum Sarah Jarvis, seperti dilansir laman Express, Jumat (12/8).

Jarvis menjelaskan, keterkaitan ini ada karena bakteri pada gusi yang meradang dapat melakukan perjalanan ke pembuluh darah di tempat lain pada tubuh. Selain itu, peradangan pada gusi juga dapat memicu peradangan yang merusak pada pembuluh darah jantung dan otak.

Strok, yang membunuh sekitar 38 ribu orang Inggris per tahun, terjadi ketika suplai darah ke bagian otak menjadi terbatas. Ketika area ini menjadi terbatas, suplai oksigen mereka berkurang dan sel-sel

otak mau tidak mau mati.

Peradangan pembuluh darah dapat memainkan peran penting dalam beberapa bentuk strok. Dalam beberapa kasus, peradangan melemahkan dinding pembuluh darah.

Ketika darah melewati area yang lemah ini, mereka dapat menggelembung dan membentuk aneurisma di otak. Jika aneurisma ini pecah, darah akan tumpah ke jaringan otak. Ini adalah strok hemorrhagik.

Darah di pembuluh yang meradang juga bisa lebih mudah menggumpal, menghalangi aliran darah, dan menyebabkan strok iskemik. Satu studi belum lama ini menunjukkan bahwa orang dengan penyakit gusi kira-kira dua kali lebih mungkin terkena strok karena efek peradangan.

Studi tahun 2019, yang diterbitkan dalam jurnal Vas-

cular Health and Risk Management, mengamati lebih dari 2.000 studi tentang strok dan kesehatan gigi untuk menghasilkan kesimpulan yang kuat tentang hubungan tersebut. Orang Inggris juga memiliki sedikit pengetahuan bahwa radang sendi atau diabetes juga dapat dipengaruhi oleh kesehatan mulut yang buruk.

Hanya 16 persen orang yang mengisi survei Tepe tahu bahwa radang sendi terkait dengan kesehatan mulut yang buruk. Lalu, hanya satu dari tiga yang tahu bahwa diabetes juga terkait.

Penyakit gusi dikatakan terkait langsung dengan beberapa bentuk radang sendi. Dokter gigi dari San Diego, Paul Taylor, menjelaskan bahwa kesehatan mulut yang buruk sebenarnya dapat mendorong sistem kekebalan untuk menyerang persendian.

Taylor mengutip sebuah penelitian di jurnal PLoS Pathogens yang menemukan bakteri spesifik yang dapat menyebabkan penyakit gusi juga dapat menyebabkan rheumatoid arthritis dan memperburuknya. Gejala utama penyakit gusi, menurut layanan kesehatan nasional Inggris (NHS), termasuk gusi berdarah saat menyikat gigi, menggunakan benang gigi, atau makan makanan keras.

Ini juga dapat menyebabkan gusi menjadi bengkak, merah atau sakit. Ada beberapa cara mudah untuk mencegah penyakit gusi yaitu sikat gigi dua kali sehari dan bersihkan sela-sela gigi dari sisa makanan.

"Jangan lupa ganti sikat gigi setiap satu hingga tiga bulan," kata NHS. ● tom

DARI HAL 1

Warga Keluhkan Peralite Langka...

SAMBUNGAN

Peralite sama Pertamina cuma antre panjang gak kayak biasa tapi antre panjangnya tetep jalan si," jelasnya.

Lalu, pekerja lainnya bernama Teguh Putra juga merasakan hal yang sama.

Dia mengatakan kalau sempat mengalami antrean tak biasa saat pulang kerja di pom bensin Pertamina sekitar Ragunan, Jakarta Selatan pada Senin (8/8/2022) lalu.

"Lumayan antre, 15 menit ada kali," ucapnya kepada

Okezone siang ini.

Dia kembali menegaskan kalau antrean itu lebih panjang dari biasanya.

Stok Tinggal 18 Hari

PT Pertamina (Persero) melaporkan realisasi penyaluran bahan bakar minyak (BBM) subsidi jenis Peralite sudah mencapai 16,8 juta kiloliter dari kuota yang ditetapkan tahun ini sebesar 23,05 juta kiloliter.

"Hingga Juli 2022 sudah

tersalurkan 16,8 juta kiloliter dari kuota 23,05 juta kiloliter," kata Corporate Secretary Pertamina Patra Niaga Irto Ginting saat dihubungi MNC Portal, Jumat (12/8).

Irto mengatakan, ketersediaan stok Peralite berada di level 18,3 hari. Menurutnya, ketersediaan bahan bakar murah itu masih relatif aman.

"Hari ini stok Peralite berada di level 18,3 hari dan terus berproduksi," ucapnya.

Adapun konsumsi Solar

subsidi sudah mencapai 9,9 juta kiloliter dari 14,9 juta kiloliter. Serta ketahanan stok Solar mencapai di level 19 hari.

Menteri Energi dan Sumber daya Mineral (ESDM) Arifin Tasrif mengemukakan pemerintah bakal tetap menahan harga BBM bersubsidi jenis Peralite dan Solar.

Hal itu untuk menjaga ketersediaan kuota yang cukup di tengah tingkat konsumsi masyarakat melebihi proyeksi

awal tahun.

Arifin mengatakan bahwa keputusan pemerintah untuk menahan harga BBM bersubsidi itu dilakukan untuk menjaga momentum pertumbuhan ekonomi domestik yang mencapai 5,44 persen sepanjang paruh pertama 2022.

"Peralite ini sementara kita pertahankan, cuma ya langkah pertama ini kita harus bisa mengimbangi masyarakat untuk hemat energi," pungkasnya. ● mar

LPSK Belum Bisa Lindungi Bharada E...

kini belum memfasilitasi LPSK bertemu secara langsung dengan Bharada E.

"Tanyakan ke Bareskrim kapan mereka akan fasilitasi LPSK ketemu Bharada E?" ujar Edwin saat dihubungi melalui pesan singkat, Jumat (12/8).

LPSK memberi perlindungan sebagai justice collaborator harus bertemu langsung dengan pihak yang mengajukan permohonan, dalam hal ini Bharada E.

"Kita dengar dulu keterangannya (Bharada E secara langsung)," papar Edwin.

Edwin kemudian memaparkan terkait syarat menjadi justice collaborator atau juga bisa disebut saksi pelaku.

Syarat pertama merupakan tindak pidana tertentu.

Menurut LPSK, kasus pembunuhan Brigadir J dianggap memenuhi syarat pertama. Kedua, justice collaborator bukan merupakan pelaku utama. Ketiga, memiliki keterangan penting untuk mengungkap tindak pidana.

Keempat, bersedia mengembalikan aset yang diperoleh dari tindak pidana. Kelima, adanya ancaman nyata ataupun potensial kepada justice collaborator dan keluarganya.

Syarat terakhir, harus dikonfirmasi dengan beberapa mekanisme yang dilakukan LPSK, termasuk bertemu langsung dengan saksi pelaku.

Tolak Amplop dari "Bapak"

LPSK mengaku pernah menolak amplop pemberian dari pihak mantan Kepala Divisi Profesi dan Pengamanan Polri Inspektur Jenderal Ferdys Sambo.

Amplop tersebut diberikan usai bertemu Ferdys Sambo di Kantor Divisi Propam Polri, Kebayoran Baru, Jakarta Selatan pada 13 Juli 2022 lalu.

"Peristiwa amplop itu terjadi bukan di rumah Kadiv Propam (Sambo), tetapi terjadi di kantor Propam," ujar Wakil Ketua LPSK Edwin Partogi di kantornya, Ciracas, Jakarta Timur, Jumat (12/8).

Amplop tersebut diberi-

kan saat jeda setelah LPSK meminta keterangan Sambo dan menunggu kedatangan Bhayangkara Dua Richard Eliezer atau Bharada E. Saat itu, salah satu petugas LPSK menunaikan shalat di Masjid Mabes Polri, sehingga hanya ada satu petugas LPSK yang menunggu di ruang tunggu tamu kantor Kadiv Propam.

"Pada kesempatan tersebut, salah seorang staf berseragam hitam dengan garis abu-abu menyampaikan titipan atau pesan 'bapak' untuk dibagi berdua," kata Edwin.

Staf tersebut, lanjut Edwin, menyodorkan sebuah map yang di dalamnya terdapat dua amplop coklat dengan

ketebalan masing-masing sekitar satu sentimeter.

"Petugas LPSK tidak menerima titipan atau pesan tersebut dan menyampaikan kepada staf tersebut untuk dikembalikan saja," tutur Edwin.

Seperti diketahui, Polri menetapkan empat tersangka kasus pembunuhan Brigadir J. Mereka adalah Irfen Ferdys Sambo, Bharada E, Bripkar Ricky Rizal atau Bripkar RR, dan Kuat.

Keempat tersangka dijerat pasal pembunuhan berencana. Mereka disangkal Pasal 340 subditer Pasal 338 jo 55 dan 56 KUHP dengan ancaman hukuman mati atau seumur hidup. ● mar

Pria Lakukan Penyanderaan di Bank...

dilaporkan AFP.

Tindakannya mendapat dukungan publik - dengan sorak-sorai orang banyak berkumpul di luar dan meneriakkan: "Kamu adalah pahlawan."

Penyanderaan itu akhirnya berakhir dengan damai tanpa cedera, setelah negosiasi mencapai kesepakatan yang memungkinkan tersangka menerima USD35.000 (sekira Rp513 juta) dari tabungannya di muka, menurut laporan saluran TV LBC.

Polisi mengawal para sandera dan tersangka dari cabang Bank Federal dekat Jalan Hamra, di barat kota. Para pejabat belum mengatakan apakah pria itu akan menghadapi dakwaan.

Menurut LBC, keluarga tersangka sangat membutuhkan tabungan mereka, dengan beberapa anggota keluarga di rumah sakit.

Saudara laki-laki tersangka mengatakan kepada wartawan: "Saudara laki-laki saya memiliki USD210.000 di bank dan ingin mendapatkan

hanya USD5.500 untuk membayar tagihan rumah sakit."

Dan istri serta saudara laki-lakinya, yang berada di luar bank, mengatakan bahwa "setiap orang harus melakukan hal yang sama" untuk mendapatkan akses ke apa yang "hak mereka".

Ada kemarahan yang meluas di Lebanon atas kontrol ketat atas rekening bank orang, yang mulai berlaku pada 2019. Ada juga pembatasan transfer uang ke luar negeri.

Negara ini berada di ten-

gah-tengah salah satu krisis ekonomi paling parah di dunia di zaman modern - dan dampaknya semakin terasa ketika biaya hidup melonjak dan ada kekurangan gandum dan obat-obatan.

Di luar cabang, pengunjuk rasa meneriakkan: "Turunkan aturan bank".

"Insiden serupa terus terjadi," kata George al-Haji, yang mengepalari serikat pekerja bank Lebanon, kepada AFP. Dalam insiden terpisah pada Januari, seorang nasabah yang marah menyandera puluhan

sandera di sebuah bank di lembah Bekaa, menuntut agar uangnya bisa diambil dalam dolar Amerika Serikat (AS).

"Para deposan menginginkan uang mereka, dan sayangnya kemarahan mereka meledak di hadapan karyawan bank karena mereka tidak dapat mencapai manajemen," tambahna.

Mata uang lokal Lebanon telah kehilangan lebih dari 90% nilainya sejak awal krisis, dan PBB mengatakan empat perlima penduduknya hidup dalam kemiskinan. ● mar

Kuasa Dicabut, Eks Pengacara Bharada E...

sebagai pengacara yang ditunjuk negara, saya minta Rp 15 triliun supaya saya bisa foya-foya," ujar Deolipa, kuasa hukum Bharada E dari tanggal 6-10 Agustus 2022, saat dihubungi, Jumat (12/8).

Dia mengancam mengugut sejumlah pejabat negara jika fee Rp 15 triliunnya tidak dibayar.

"Negara kan kaya, masa kita minta Rp 15 triliun enggak ada? Ya kalau enggak ada,

kita gugat," tuturnya.

Pihak yang akan digugat Deolipa, di antaranya Presiden Joko Widodo (Jokowi), Kapolri Jenderal Listyo Sigit Prabowo, dan Wakapolri Komjen Gatot Eddy Pramono. Gugatan akan dilayangkan secara perdata ke Pengadilan Tata Usaha Negara (PTUN).

Sejauh ini Deolipa mengklaim belum menerima pemberitahuan dari

Bareskrim perihal pencabutan kuasanya sebagai pengacara Bharada E.

Sebelumnya, Direktur Tindak Pidana Umum (Dirtipidum) Badan Reserse Kriminal (Bareskrim) Polri Brigjen Andi Rian Djajadi mengatakan, Bharada E mencabut kuasa Deolipa Yumara dan Boerhanuddin dari status pengacara.

"Iya betul," ujar Andi saat dimintai konfirmasi pada

Jumat (12/8).

Pencabutan kuasa yang Bharada E lakukan itu tertuang dalam surat pencabutan kuasa yang beredar. Surat ini sudah dikonfirmasi oleh Andi. Di dalam surat berupa ketikan tersebut, Bharada E mencabut kuasa Deolipa dan Boerhanuddin per 10 Agustus 2022.

"Dengan ini, saya selaku pemberi kuasa menyatakan mencabut kuasa tersebut

terhitung sejak tanggal surat ini ditandatangani," demikian salah satu pernyataan Bharada E dalam surat tersebut.

Kemudian, Bharada E menuliskan bahwa Deolipa dan Boerhanuddin sudah tidak punya hak untuk melakukan tindakan hukum terhadap dirinya. Dia menyebutkan, surat kuasa kepada Deolipa dan Boerhanuddin per 6 Agustus 2022 sudah tidak berlaku lagi. ● mar

Kasus Baru Covid-19 di Indonesia...

katanya.

KPK mempunyai waktu 1x24 jam untuk menentukan status hukum Mukti Agung dan para pihak yang diamankan dalam OTT tersebut. KPK akan segera mengumumkan status hukum serta kronologi OTT di Pemalang dan Jakarta hari ini.

Intruksi Ganjar ke Wabup

Gubernur Jawa Tengah Ganjar Pranowo menginstruksikan Wakil Bupati Pemalang Mansyur Hidayat untuk segera mengambil alih pemerintahan. Menyusul kabar Bupati Pemalang MAW terjaring operasi tangkap tangan (OTT) Komisi Pemberantasan Korupsi (KPK).

"Karena kemarin sudah ada berita dan kawan-

kawan sudah memuat maka saya langsung turun hari ini untuk komunikasi dengan kawan-kawan di Pemkab dan Wakil Bupati agar segera mengambil alih pemerintahan agar layanan masyarakat tetap berjalan dengan baik," kata Ganjar usai konsolidasi dengan Wakil Bupati Pemalang dan jajarannya di Graha Sasana Bakti Praja, Kantor Bupati Pemalang,

Jumat (12/8).

Ganjar juga berpesan kepada Wakil Bupati dan seluruh jajaran Pemkab Pemalang untuk menghentikan praktik buruk dan busuk.

Apakah itu terkait dengan nilai-nilai yang merugikan masyarakat seperti korupsi kolusi nepotisme (KKN) ataupun urusan minta komisi, atur-mengatur proyek, jual beli jabatan, atau

apa pun sejenisnya.

informasi OTT terhadap Bupati Pemalang terjadi Kamis (11/8) malam. Diberitakan, MAW terjaring OTT di Gedung DPR, Jakarta.

Selain dia, KPK juga mengamankan puluhan orang lain. KPK belum mengumumkan secara resmi status hukum para pihak yang diamankan dalam OTT tersebut. ● mei

OTT Bupati Pemalang, 34 Orang...

6.062.463 orang sembuh. Sedangkan jumlah yang meninggal bertambah 18 orang. Sehingga total meninggal men-

jadi 157.189 orang. Sebelumnya, total akumulasi kasus positif Covid-19 di Indonesia pada Kamis, 11 Agustus

2022 sebanyak 6.267.137 kasus. Kemudian, kasus yang sembuh total sebanyak 6.057.237 orang sembuh. Sedangkan total me-

ninggal menjadi 157.171 orang. Data penambahan kasus positif Covid-19 di Indonesia ini dipublikasikan oleh

Kementerian Kesehatan (Kemkes) melalui laman Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. ● mar