

## Penduduk Dewasa Indonesia Masuk 10 Besar Terpendek Dunia



**JAKARTA (IM)** - Hasil pemeringkatan organisasi independen World Population Review (WPR) menempatkan penduduk dewasa Indonesia di peringkat 10 negara dengan tubuh terpendek di dunia. Indonesia masuk urutan

ke-182 dari 199 negara yang disurvei di dunia. Guru Besar Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia (FKUI) Prof Tjandra Yoga Aditama mengatakan tubuh yang pendek bukan berarti kurang dipenuhinya kebutuhan gizi.

Meski gizi merupakan salah satu faktor penyebab, tetapi tubuh pendek juga dipengaruhi faktor genetika.”Ada faktor genetika tertentu tentang tinggi atau pendeknya seseorang, walau asupan gizi tentu dapat juga punya pengaruh. Di sisi lain, mereka yang lebih pendek sama sekali tidak bisa serta merta dihubungkan dengan kurang sehat dibandingkan mereka yang tinggi,” ujar Tjandra.

Mantan Kepala Balitbangkes Kemenkes itu

mengaku belum mengecek hasil pemeringkatan WPR. Menurutnya, perlu dianalisa secara detail untuk memahami poin-poin penting dalam survei tersebut, termasuk korelasinya dengan status gizi penduduk.

Secara nilai gizi tidak bisa hanya dilihat dari tinggi atau pendek, tapi status gizi secara umum, body mass index (BMI), dan lain-lain. Status gizi adalah keadaan yang diakibatkan oleh keseimbangan antara asupan zat gizi dari makanan dengan kebutuhan nutrisi yang diperlukan tubuh untuk metabolisme.

“Perlu dianalisa dulu apa sebenarnya yang tertulis di WPR itu. Apapun analisisnya, tapi yang jelas semua penduduk kita harus dapat asupan makanan bergizi yang dibutuhkan,” tegasnya.

Adapun, berdasarkan hasil survei tinggi badan tersebut, penduduk Indonesia berkisar 166 cm, satu kelompok dengan Bolivia 168 cm, Filipina 165 cm, Vietnam 168 cm, Kamboja 165 cm, Nepal 164 cm, Ekuador 167 cm, Sri Lanka 168 cm, Nigeria 170 cm, dan Peru 166 cm. ● **tom**

### SAMBUNGAN

## Jokowi Target Pertumbuhan Ekonomi...

Undang-Undang (Perppu) Cipta Kerja, Undang-Undang Pengembangan dan Penguatan Sektor Keuangan (PPSK), serta Undang-Undang Hubungan Keuangan antara Pemerintah Pusat dan Pemerintah Daerah (HKPD).

“Kemudian dengan kebijakan transformasi melalui hilirisasi sumber daya alam, transisi energi, peningkatan sumber daya manusia, dan pembangunan IKN (ibu kota negara),” ucapnya.

Pemerintah juga menargetkan sejumlah asumsi makro lainnya di 2024. Seperti nilai tukar rupiah

ditargetkan mencapai Rp 14.800-Rp 15.400 per dollar AS. Berikut target asumsi makro saat ini yang rencananya akan dituangkan di dalam KEM-PPKF 2024.

Inflasi 1,5-3,5 persen, Nilai tukar rupiah Rp 14.800-Rp 15.400 per dollar AS, Suku bunga SPN 6,5-7,4 persen, Harga minyak mentah Indonesia (ICP) 75-85 dollar AS per barrel.

Lifting minyak 592.000-651.000 barrel per hari, Lifting gas 1.007.000-1.058.000 barrel setara minyak per hari, Rasio kemiskinan: 6,5-7,5 persen Gini ratio: 0,36-0,37 Pengangguran: 3,6-4,3 persen. ● **mar**

### InternationalMedia

**PEMIMPIN REDAKSI:** Osmar Siahaan

**PELAKSANA HARIAN:** Lusi J, Bambang Suryo Sularso.

**PENANGGUNG JAWAB:** Prayan Purbu.

**KORDINATOR LIPUTAN/FOTO:** Sukris Priatmo.

**REDAKSI :** Frans G, Vitus DP, Berman LR, Bambang Suryo Sularso.

**ARTISTIK :** M Rifki, James Donald, Indra Saputra.

**SIRKULASI-PROMOSI :** A Susanto, Nurbayin, Slamet, Ahyar, Ferry.

**AGEN: SOLO (ABC), BELITUNG ( Naskafa Tjen). PANGKAL PINANG (Yuliani, John Tanzil), BALIKPAPAN dan SA-**

**MARINDA ( V Gama Abadi, AliKantana), MAKASSAR dan**

**MANADO (Jefri/Meike, Jenny), TARAKAN KALTIM (Ali),**

**BALI (Swasti), PEKANBARU (Bob), 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 :** Beni, 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  
**Tel :** 021-6265566

**Twitter:** International Media @redaksi\_IM

# Kesehatan

## Cegah Penyakit Berbahaya, Masyarakat Diimbau Periksa Kesehatan Setahun Sekali

Pemeriksaan kesehatan berfungsi untuk mendeteksi dini apa yang terjadi pada kesehatan diri sehingga seseorang bisa terhindar dari penyakit.

**JAKARTA (IM)** - Dokter spesialis okupasi kedokteran lulusan Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia Lubna Sadat mengimbau agar masyarakat melakukan pemeriksaan kesehatan paling tidak satu tahun sekali.

“Normalnya, kalau tidak ada keluhan atau tidak

ditemukan penyakit tertentu biasanya 1 tahun sekali (melakukan pemeriksaan kesehatan),” kata Lubna, kemarin.

Pemeriksaan kesehatan berfungsi untuk mendeteksi dini apa yang terjadi pada kesehatan diri sehingga seseorang bisa terhindar dari penyakit yang lebih berat.

Dokter bisa saja meminta pasien kembali menjalani pemeriksaan kesehatan jika hasil diagnosa menunjukkan terdapat sesuai yang perlu ditindaklanjuti.

“Tapi bila hasil lab atau hasil pemeriksaan diagnostik ditemukan hasil yang butuh tindak lanjut, biasanya kami sarankan diulang kembali sesuai kebutuhan atau kondisi penyakit yang ditemukan,” kata Lubna.

“Sekarang, bagaimana kita melakukan edukasi, sosialisasi kepada masyarakat agar mereka ingin memeriksakan diri sejak dini,” imbu

Lubna, yang juga mengambil magister bidang kedokteran kerja di UI.

Masyarakat yang hendak melakukan pemeriksaan kesehatan perlu melakukan persiapan sesuai dengan jenis pemeriksaan yang ingin dijalani.

Misalnya, bila ingin melakukan pengecekan darah, mereka perlu berpuasa selama 10 hingga 12 jam sebelumnya dan hanya boleh minum air putih.

“Selain itu cukup istirahat,” kata Lubna.

Pemeriksaan kesehatan biasanya dilakukan berbasis

risiko dari kondisi pasien atau berdasarkan usia.

Pasien bisa menyampaikan riwayat kesehatan mereka terlebih dahulu, misalnya penyakit yang diderita sehingga pihak medis bisa menyarankan pemeriksaan apa yang cocok untuk dilakukan.

“Medical check-up ada yang berbasis risiko dari kondisi si pasiennya ini atau berdasarkan usia. Memang itu pasti dibedakan. Misalnya di usia lanjut di atas 50 tahun, itu apa saja yang harus diperiksa. Kami juga melakukan analisa atau pemeriksaan awal,” pungkasnya. ● **tom**

## Pentingnya Peran Orangtua dan Pemerintah dalam Cegah Stunting

**JAKARTA (IM)** - Stunting merupakan masalah gizi kronis yang diakibatkan karena kekurangan asupan gizi dalam waktu cukup lama yang ditandai dengan anak memiliki tinggi badan lebih pendek daripada anak seusianya.

Masalah gizi stunting menjadi salah satu perhatian paling serius bagi pemerintah.

Stunting mengakibatkan terhambatnya pertumbuhan dan perkembangan anak baik secara fisik, motorik, maupun mental. Kemudian dampak jangka panjang yaitu menurunnya kemampuan berpikir, metabolisme tubuh yang tidak optimal, sehingga terjadi penurunan prestasi belajar

dan produktifitas anak-anak.

Orang tua memiliki peran yang paling penting dalam fase kehidupan anak dari bayi, balita, masa prasekolah, hingga seterusnya. Peran orang tua dalam pencegahan stunting dapat dilakukan pada masa emas 1000 hari pertama kehidupan, yaitu saat anak baru lahir hingga usia 2 tahun.

Asi Eksklusif menjadi satu-satunya yang diberikan bagi anak baru lahir hingga usia 6 bulan. Ketika anak berusia kurang dari 6 bulan, dengan memberikan makanan apapun selain ASI.

Diketahui menurut laman kemkes.go.id, ASI Eksklusif berpotensi menurunkan resiko anak terkena stunting karena zat gizi mikro dan makro yang terkandung

sangat baik bagi anak usia dibawah 6 bulan.

Setelah anak menginjak usia 6 bulan keatas, baru dampingi dengan Makanan Pendamping ASI (MPASI) secara bertahap sesuai usianya. MPASI bermanfaat untuk melengkapi zat gizi yang sebelumnya hanya berasal dari ASI.

Selain itu, pola asuh orang tua dan kebersihan di rumah menjadi faktor penting dalam mendukung tumbuh kembang anak agar optimal. Dibutuhkan pengetahuan gizi dan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS) bagi para orang tua untuk menerapkannya.

Dalam hal ini, peran pemerintah menjadi salah satu yang dapat membantu.

Sementara itu, peran pemerintah dalam upaya pen-

anganan stunting yaitu melalui intervensi gizi sensitif dan intervensi spesifik. Intervensi spesifik dibagi menjadi 3, yaitu pemberian tablet tambah darah bagi remaja putri dan ibu hamil, serta peningkatan asupan gizi.

Lalu, pelaksanaan konsultasi ibu hamil 4-6 kali oleh tenaga kesehatan seperti dokter agar bisa segera diberikan intervensi. Dan yang terakhir yaitu pemerintah menyiapkan untuk melengkapi seluruh Puskesmas dengan USG untuk memantau perkembangan janin selama kehamilan.

Sementara, intervensi gizi sensitif merupakan intervensi pendukung untuk mempercepat penurunan stunting, seperti penyediaan air bersih dan sanitasi, pemberian

bantuan makanan bergizi seperti program Pemberian Makanan Tambahan (PMT), pendidikan anak usia dini (PAUD), bantuan sosial seperti Program Keluarga Harapan (PKH), fortifikasi bahan pangan, dan masih banyak lagi.

Apabila para orang tua mampu melaksanakan pola asuh yang tepat dan masyarakat melaksanakan dengan baik program pencegahan stunting yang telah dicanangkan pemerintah, maka tentunya prevalensi stunting di Indonesia lambat laun akan menurun, sehingga bukan tidak mungkin akan menciptakan generasi emas bebas stunting di masa depan. ● **tom**

### SAMBUNGAN

Mahfud, merujuk pada KUHP baru atau Undang-Undang Nomor 1 Tahun 2023 tentang Kitab Undang-Undang Hukum Pidana yang akan berlaku pada tahun 2026 mendatang.

“Hukumannya hukuman mati, tapi tidak akan dieksekusi. Saya akan men-

## Ferdy Sambo Tak akan Dieksekusi Mati,...

duga dia akan meninggal di penjara, seumur hidup. Tapi terserah hakim saja ya. Anda jangan bilang lagi, wah ini sudah mempengaruhi, karena anda tanya lho ini. Saya, ilmu hukum saya begitu. Kalau seumur hidup ya sudah di situ,” ujarnya.

Mantan Ketua MK ini

menjelaskan, jika dalam KUHP baru memuat pasal yang memungkinkan vonis mati yang telah dijatuhkan turun menjadi hukuman seumur hidup, apabila seorang terpidana mati dianggap berkelakuan baik.

Selain itu, Ferdy Sambo juga akan melakukan upaya

hukum lainnya seperti banding atau kasasi.

“Bahwa nanti pelaksanaannya berubah karena banding mempertimbangkan lain, kasasi mempertimbangkan lain, atau pada saat 10 tahun dia itu orang baik, sudah turunkan ke seumur hidup,” katanya.

### DARI HAL 1

Sebelumnya, mantan Kadiv Propam Polri Ferdy Sambo telah mengajukan banding atas vonis mati yang dijatuhkan majelis hakim PN Jakarta Selatan, beberapa waktu lalu.

Pengajuan banding itu tercatat di PN Jakarta Selatan. ● **mar**

## Kisah Cinta Dua Narapidana Penjara...

membayangkan akan melanjutkan ke jenjang yang lebih serius, yaitu menikah.

“Kami benar-benar jatuh cinta karena surat. Saya ingat bagaimana teman sekamar saya menggoda saya setiap kali ada surat masuk,” ucap Revathi seperti dilansir Al Jazeera.

Jauh sebelum mengekanl Revathi, Anburaj terjatir kasus perampokan di Hutan Veerappan, India.

Saat dia masih berusia 20 tahun.

Sementara Revathi dipenjara sejak usia 16 tahun karena membunuh majikan yang telah menjualnya. Karena

menolak diperdagangkan, Revathi kecil melawan dan berakhir dengan penikaman hingga mucikarinya tewas.

Anburaj dan Revathi bertemu pertama kali dalam sebuah pelatihan lokakarya yang diadakan tempat penjara pria. Kala itu, Revathi tidak bisa berbahasa Kannada, yang digunakan orang lokal. Beruntungnya, ia bertemu dengan Anburaj, yang berasal dari negara bagian asal Revathi Tamil Nadu dan fasih berbahasa Tamil.

“Suatu hari, saya diminta membuat sesuatu dari tanah liat sebagai bagian dari lo-

kakarya teater kami di penjara pria. Saya memilih untuk membentuk patung seorang ibu. Kehilangan ibu saya di usia muda, itu adalah gambaran pertama yang muncul di benak saya,” kata Revathi sebagaimana dilansir Al Jazeera.

Dia diliputi oleh emosi dan Anburaj, yang merupakan asisten direktur untuk prakarsa teater penjara, membantunya menyelesaikan patung itu. Persahabatan berkembang di antara keduanya.

“Kami hanya berbicara beberapa kata secara pribadi tetapi dia menulis kepada saya secara menyeluruh. Kata-katanya selalu baik dan

menenangkan,” kata Revathi sembari tersenyum.

Sejak saat itu mereka saling jatuh cinta dan memutuskan untuk menikah saat menjalani masa pembebasan bersyarat. Hal ini diperoleh karena keduanya berperilaku baik selama masa tahanan.

Empat tahun kemudian, saat Anburaj pergi tampil di festival teater Bengaluru, Revathi melahirkan anak pertama mereka saat di penjara bayi perempuan kecil yang prematur.

“Begitu saya memeluknya, saya merasakan kegembiraan dan harapan yang luar biasa. Ada juga rasa tanggung jawab

## Minta Izin Fokus Urus Sepak Bola,...

dan konsentrasi mengurus sepak bola, mendampingi Pak Erick Thohir, Bu Ratu Tisha, dan teman-teman Exco (Komite Eksekutif PSSI),” katanya.

Zainudin tidak memberikan jawaban yang gamblang ketika terus ditanya wartawan apakah ia akan mundur dari kursi Menpora atau tidak.

Ia lagi-lagi hanya memberi jawaban bahwa ia mendapat izin dari Jokowi untuk me-

ngurus sepak bola.

Sebelumnya, Menteri BUMN Erick Thohir terpilih sebagai Ketua Umum PSSI dalam Kongres Luar Biasa yang digelar pada Kamis (16/2) lalu.

Sedangkan Ratu Tisha yang merupakan mantan Sekretaris Jenderal PSSI 2017-2020 mulanya terpilih sebagai Wakil Ketua Umum I PSSI, tetapi kemudian posisinya diubah menjadi Wakil Ketua Umum II.

Dalam KLB itu juga terpilih 12 anggota Komite Eksekutif.

Sementara itu, Jokowi memberi sinyal bahwa dua menteri bisa merangkap jabatan antara di kabinet dan di kepengurusan PSSI.

“Yang paling penting, semuanya bisa mengantar waktunya,” kata Jokowi, Jumat (17/2) lalu.

Kepala Negara menilai, Zainudin dan Erick tidak perlu melepas jabatan karena

mereka yang menjadi orang terkaya di dunia dengan harta kekayaan USD213 miliar (Rp3.154 triliun).

Diketahui, Musk menikah dengan ibu Vivian, penulis Kanada Justine Wilson, sejak 2000. Dia melahirkan seorang putra, Nevada, pada 2002 yang meninggal setelah 10

hari karena Sindrom Kematian Bayi Mendadak (SIDS). Dia kemudian memiliki putra kembar Xavier dan Griffin. Lalu anak laki-laki kembar tiga yakni Damian, Kai dan Saxon, yang berusia 16 tahun.

Kelima remaja laki-laki itu tetap tidak menonjolkan diri, meskipun ayah mereka

memiliki hak asuh bersama.

Tidak jelas apa yang melatarbelakangi penolakan Vivian terhadap ayahnya secara terbuka seperti itu.

Musk belum berkomentar, dan tidak jelas apakah dia mengetahui rencana Vivian sebelum dokumen pengadilan diajukan. ● **osm**

## Anak Elon Musk Mantap...

Wilson.

Xavier Musk (18), mengajukan dokumen di Santa Monica, California, pada 18 April tahun lalu. Remaja transgender itu menjelaskan bahwa mereka ingin mengambil nama belakang ibu mereka untuk menjauhkan mereka dari ayah mereka. Dia

membeberkan alasan di balik keputusannya itu.

“Saya tidak lagi tinggal dengan atau ingin berhubungan dengan ayah kandung saya dengan cara apapun,” ujarnya.

Mereka belum berkomentar apakah mereka menerima dukungan keuangan dari ayah

## Joe Biden Mendadak ke Ukraina, ...

AS itu bertemu dengan pemimpin Ukraina di jantung ibu kota di tengah perang Rusia adalah signifikan dan

simbolis. Kunjungan mendadak Biden ini dilakukan menjelang peringatan satu tahun invasi

Rusia ke Ukraina. Ini merupakan kunjungan pertama Biden ke Ukraina sejak awal konflik Rusia-Ukraina.

Dalam hampir setahun sejak invasi Rusia ke Ukraina, kunjungan itu mengirimkan pesan yang

jelas ke Moskow - bahwa Amerika, dan Barat, tidak akan segan-segan mendukung Ukraina. ● **mar**