

Pemerintah Gencarkan Skrining Diabetes hingga ke Daerah Terpencil

Prevalensi diabetes di Indonesia terus meningkat dari 10,7 juta jiwa (2019) menjadi 19,5 juta (2021), membawa RI ke peringkat kelima di dunia prevalensi pasien diabetes terbanyak.

JAKARTA (IM) - Sayangnya skrining diabetes jadi modal dasar melacak keberadaan orang dengan risiko diabetes. Dengan hal ini maka penanganan diabetes bisa lebih maksimal dan pencegahan bisa sedini mungkin dilakukan.

Masyarakat di daerah terpencil pun punya hak yang sama untuk mendapatkan skrining diabetes. Jadi, akses layanan kesehatan ini bisa dirasakan oleh semua orang.

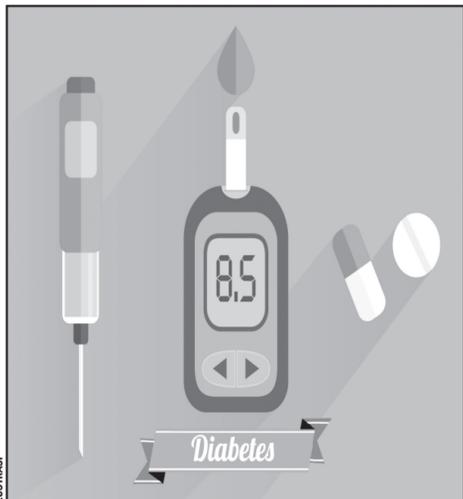
Itulah kenapa, Kementerian Kesehatan dari Direktorat Pelayanan Kesehatan Primer serta Direktorat Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular, bekerja sama dengan Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat, Perkumpulan Endokrinologi Indonesia (PERKEND), serta Novo Nordisk Indonesia melakukan aksi skrining diabetes melalui Affordability Project.

Tak hanya skrining dia-

betes, program kolaborasi itu juga memberikan edukasi dan perawatan diabetes di 46 fasilitas kesehatan primer di Jawa Barat. Bahkan, bagi pasien diabetes yang terdeteksi, akan diberikan bantuan insulin untuk meningkatkan penanganan diabetes di daerah terpencil dan sangat terpencil.

“Langkah ini menegaskan komitmen pemerintah dan pihak swasta untuk memberikan pelayanan kesehatan yang dapat diakses semua pihak, terutama mereka yang memiliki keterbatasan akses ke perawatan diabetes,” kata dr Eva Susanti selaku Direktur Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular Kemenkes.

Terlebih, kata dr Eva, prevalensi diabetes di Indonesia menunjukkan angka kenaikan. Artinya, diperlukan aksi atau tindakan segera dan komprehensif. Selagi upaya pencegahan juga dilakukan untuk memperkecil angka kasusnya.



ILUSTRASI

“Proyek kerjasama antara pemerintah dan swasta terbukti memberikan kontribusi yang signifikan dalam mengatasi masalah kesehatan di masyarakat, termasuk kasus diabetes ini,” jelasnya.

“Model kemitraan seperti ini memiliki potensi untuk diadopsi dalam berbagai inisiatif pencegahan dan pengendalian penyakit, sehingga kesejahteraan masyarakat bisa meningkat,” tambah dr Eva.

Dijelaskan Plt Kepala Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Barat dr Vini Adiani Dewi, dari program Affordability

Project periode September 2022 hingga Juni 2023, didapat data bahwa 118.521 individu berhasil mendapatkan skrining diabetes.

“Dari data itu, didapatkan bahwa 5% menderita diabetes. Ini mencerminkan prevalensi yang lebih tinggi dibandingkan dengan Data Risesdas Tahun 2018,” kata dr Vini.

Selain itu, lewat proyek tersebut didapatkan data pemeriksaan HbA1c dan menjangkau sebanyak 2.744 pasien dengan rerata HbA1c 9,3 persen, yang mana ini semakin menguatkan kebutu-

han akan pelayanan diabetes yang komprehensif dan berkesinambungan.

Secara nasional, prevalensi diabetes di Indonesia terus meningkat dari 10,7 juta jiwa (2019) menjadi 19,5 juta (2021), membawa RI ke peringkat kelima di dunia prevalensi pasien diabetes terbanyak.

Sedihnya, menurut laporan BPJS 2020 bahwa hanya 2 juta jiwa yang telah terdiagnosa dan mendapatkan penanganan melalui jaminan kesehatan nasional (JKN), dan hanya 1,2 persen kasus diabetes yang dapat mengontrol kadar gulanya dengan baik untuk menghindari komplikasi.

“Proyek ini cukup berhasil mencapai target pencapaian baru dan secara signifikan meningkatkan akses bagi populasi rentan di daerah terpencil dan sangat terpencil di Jawa Barat,” kata Vice President and General Manager Novo Nordisk Indonesia, Sreerakha Sreenivasan.

Ia menambahkan, dalam proyek ini turut dilibatkan 100 tenaga kesehatan profesional dan hampir 1.000 relawan kesehatan. Ini agar memastikan skrining, edukasi, dan penanganan diabetes di daerah terpencil dan sangat terpencil berjalan dengan baik. ● tom

SAMBUNGAN

cantik asal Bogor berinisial SZM (22), hanya bisa menangis ketika digiring polisi di Mako Polresta Bogor Kota. Perempuan tersebut beruru-

san dengan hukum lantaran tersandung kasus promosi judi online di akun media sosialnya.

Saat dihadirkan dalam konferensi pers di Mpolres

Indonesia Darurat Judi Online,...

Bogor Kota, SZM yang mengenakan baju tahanan tak hentinya menitikkan air mata menyesali perbuatannya. Perempuan muda itu sampai

harus ditenangkan sambil didampingi oleh anggota polwan.

“Selebgram mengiklankan atau mempromosikan link

DARI HAL 1

bermuatan perjudian online,” kata Kapolresta Bogor Kota Kombes Pol Bismo Teguh Prakoso, Selasa 22 Agustus 2023. ● mar

mengaku tidak punya mobil sehingga kemana-kemana selalu nail kereta atau goes sepeda.

“Freeland ditilang karena memacu mobilnya dengan kecepatan 132 km/jam dari kota Grande, Prairie sampai Peace River,” kata Juru Bicara

Katherine Cuplinskans.

Dia juga telah membayar denda tilang tersebut, menurut laporan South China Morning Post.

Cuplinskans tidak mengatakan kapan insiden itu terjadi dan bagaimana batas kecepatan di ruas jalan itu.

Namun, kecepatan maksimum di jalan tol Alberta hanya boleh mencapai 110 km/jam.

Informasi ini bermula diberitakan oleh Website Counter Signal.

Freeland merupakan legislator yang memimpin

daerah parlemen di pusat Toronto, Kanada.

Ia sering dipotret saat sedang menggunakan sepeda.

“Fakta yang masih mengejutkan ayah saya adalah saya sebenarnya tidak memiliki mobil,” ujar

Freeland kepada wartawan bulan lalu.

“Saya jalan kaki, saya naik kereta bawah tanah. Anak-anak saya berjalan dan naik sepeda dan naik kereta bawah tanah, itu sebenarnya lebih sehat untuk keluarga kami,” kata Freeland. ● osm

Wakil PM Kanada Ditilang,...

Kemenkominfo “Takedown” 14.297 Situs...

melakukan penanganan dari hulu ke hilir. Di tingkat hulu, Kementerian Kominfo meningkatkan literasi dan kecakapan digital masyarakat melalui kampanye, edukasi, dan sosialisasi Gerakan Nasional Literasi Digital bekerja sama dengan 141 mitra.

Selain itu, Kementerian Kominfo menyediakan berbagai pelatihan dan kegiatan edukasi bagi seluruh masyarakat Indonesia.

“Di tingkat menengah, kami melakukan monitoring dan penanganan konten produk keuangan ilegal di in-

ternet dengan melakukan kerja sama bersama pengelola platform media sosial untuk takedown konten produk keuangan ilegal dan situs terkait,” katanya.

Sedangkan di tingkat hilir, Kementerian Kominfo memberikan dukungan data kepada Badan Reserse Kriminal

(Bareskrim) Polri melakukan penegakan hukum terhadap pembuat serta penyebar produk keuangan ilegal.

Namun demikian, Mantan Wakil Menteri Desa, Pembangunan Daerah Tertinggal dan Transmigrasi (Wamendes PDTT) itu tetap mengingat-

kan agar masyarakat lebih cermat dan hati-hati.

“Dengan akses keuangan digital yang makin signifikan, kami berharap agar masyarakat dan publik luas semakin berhati-hati dalam memilih produk digital yang digunakan,” katanya. ● mar

Rocky Gerung Mangkir, Hakim...

kemudian memutuskan memanggil Rocky pada sidang selanjutnya, yakni 2 minggu ke depan.

“Sidang belum dapat kami lanjutkan. Sidang kita tunda 2 minggu ke tanggal 6 September. Diperintahkan ke juru sita untuk panggung terganggu,” imbuhnya.

Sebelumnya, sejumlah saksi terkait kasus dugaan ujaran kebencian Pengamat Politik Rocky Gerung pada Presiden Joko Widodo (Jokowi).

Direktur Tindak Pidana Umum Bareskrim Polri, Brigjen Djuhandhani Rahardjo Puro mengungkapkan, pemeriksaan dilakukan

secara paralel di Mabes Polri maupun Polda jajarannya.

“Pemeriksaan sudah berjalan di Dittipidum maupun wilayah, karena semua penyidik baik Dittipidum maupun penyidik wilayah kita libatkan,” kata Djuhandhani saat dikonfirmasi, Jakarta, Kamis (10/8).

Melalui Sistem Informasi Penelusuran Perkara (SIPP) Pengadilan Negeri Jakarta Selatan, diketahui gugatan kepada Rocky Gerung diajukan David itu teregister di PN Jakarta Selatan dengan nomer perkara 712/Pdt.G/2023/PN JKTSEL, yang mana Rocky dinilai melakukan perbuatan

melawan hukum.

Adapun, gugatan terhadap Rocky Gerung buntut dia memberikan kritik pada Presiden RI Joko Widodo (Jokowi).

Akibat kritiknya itu, terjadi kehebohan di publik dan berujung dilaporkan ke Polda Metro Jaya. ● mar

Survei SMRC: Elektabilitas Capres...

survei bulan Mei 2023. Saat itu, Prabowo berada di peringkat pertama dengan 34,1 persen, Ganjar peringkat kedua dengan 25,5 persen, dan Anies di posisi ketiga dengan 23,5 persen.

Kini, di bulan Agustus 2023, Ganjar menyialip Prabowo dengan menduduki peringkat pertama di survei

bakal capres. Sebab, elektabilitas Prabowo cenderung stagnan, sedangkan Anies menurun.

Sementara itu, SMRC juga menanyakan kepada responden tentang seberapa mungkin mereka mengubah pilihan capres. Deni mengungkapkan, pemilih kuat pada Ganjar tercatat seba-

nyak 69 persen, Prabowo 67 persen, dan Anies 64 persen.

“Jadi, kalau dibandingkan Ganjar, Ganjar sedikit di atas Prabowo soliditas dukungan yang sudah diraih sekarang. Kemudian, Anies Baswedan itu 64 persen lebih rendah soliditas dukungan yang sudah diraihnya. Sebanyak 34 persen masih mengatakan besar kemungkinan berubah pilihan ke calon lain,” ujar Deni.

“Yang mungkin lebih stabil dukungannya adalah dukungan untuk Ganjar. Tapi memang jarknya enggak terlalu besar kalau dibandingkan Prabowo,” katanya Deni menambahkan.

Survei SMRC ini dilakukan pada 31 Juli-11 Agustus 2023, dengan menganalisis 4.260 responden dari seluruh Indonesia. Wawancara terhadap responden dilakukan secara tatap muka. Margin of error survei dengan jumlah sampel tersebut secara nasional diperkirakan lebih kurang 1,65 persen pada tingkat kepercayaan 95 persen. ● mar

2023, dengan menganalisis 4.260 responden dari seluruh Indonesia. Wawancara terhadap responden dilakukan secara tatap muka. Margin of error survei dengan jumlah sampel tersebut secara nasional diperkirakan lebih kurang 1,65 persen pada tingkat kepercayaan 95 persen. ● mar

2023, dengan menganalisis 4.260 responden dari seluruh Indonesia. Wawancara terhadap responden dilakukan secara tatap muka. Margin of error survei dengan jumlah sampel tersebut secara nasional diperkirakan lebih kurang 1,65 persen pada tingkat kepercayaan 95 persen. ● mar

Salju Abadi Puncak Jaya Papua...

tutupan es di Puncak Jaya tersebut. Bahkan, saat terjadi El Nino kuat pada tahun 2015-2016, penipisan es pun mencapai 5 meter per tahun.

“Ekosistem yang ada di sekitar salju abadi menjadi rentan dan terancam. Perubahan iklim juga berdampak pada kehidupan masyarakat adat setempat yang telah lama bergantung pada keseimbangan lingkungan dan sumber daya alam di wilayah tersebut,” ungkap Dwikorita dalam keterangannya, dikutip Rabu (23/8).

Seperti diketahui, Indonesia menjadi salah satu lokasi

unik di wilayah tropis karena memiliki salju abadi. Salju abadi di Puncak Jaya, kata dia, adalah sebuah keajaiban alam yang menarik banyak perhatian dari kalangan ilmuwan, peneliti, serta pecinta alam. Namun, dalam beberapa dekade terakhir, dilaporkan terjadi penurunan drastis luas area salju abadi tersebut.

Dwikorita mengatakan bahwa, sejak tahun 2010, Pusat Penelitian dan Pengembangan (Puslitbang) BMKG bersama Ohio State University, AS, telah melakukan studi terkait analisis paleo-klimatologi berdasarkan inti es (ice

core) pada gletser Puncak Jaya. BMKG dengan didukung PT Freeport Indonesia kemudian terus melakukan kegiatan pemantauan secara berkala terhadap luas dan tebal gletser di Puncak Jaya.

Hasilnya, tambah Dwikorita, sejak pengamatan dilakukan sampai saat ini, tutupan es di Puncak Jaya mengalami pencairan dan menuju kepunahan. Pada 2010, tebal es diperkirakan mencapai 32 meter dan laju penipisan es sebesar 1 meter per tahun terjadi pada tahun 2010-2015.

Sementara itu, dari Studi Dampak Perubahan Iklim

pada Gletser di Puncak Jaya menambahkan bahwa dalam rentang waktu tahun 2016-2022, laju penipisan es terjadi sekitar 2,5 meter per tahun. Adapun luas tutupan es pada tahun 2022 sekitar 0,23 kilometer persegi dan terus mengalami pencairan.

“Dampak nyata lainnya dari pencairan es di pegunungan ini adalah adanya kontribusi terhadap peningkatan tinggi muka laut secara global,” imbuhnya.

Dwikorita menekankan pula bahwa semua pihak perlu meningkatkan kesadaran tentang pentingnya menjaga

dan melindungi lingkungan. Upaya mitigasi dan adaptasi perubahan iklim harus dilakukan bersama baik oleh pemerintah, masyarakat, maupun sektor swasta dan pihak terkait lainnya. Pengurangan emisi Gas Rumah Kaca dan menerapkan energi baru dan atau terbarukan menjadi langkah penting yang harus segera dilakukan.

“Kita perlu terus menjaga dan mengendalikan laju kenaikan suhu dengan cara mentransformasikan energi fosil menjadi energi yang lebih ramah lingkungan,” tandasnya. ● osm

Turunkan Berat Badan dengan Jalan Mundur

JAKARTA (IM) - Jalan mundur atau dikenal sebagai retro walking, merupakan salah satu bentuk latihan populer yang menawarkan berbagai manfaat kesehatan. Meskipun mungkin tampak sedikit canggung pada awalnya, menambahkan jalan mundur ke dalam rutinitas kebugaran bisa memberikan hasil mengejutkan dalam hal kesehatan fisik dan mental.

Berjalan mundur menggunakan otot-otot yang berbeda dibandingkan dengan berjalan normal.

Karena itu, jalan mundur dapat memperkuat otot paha depan, sehingga membantu mereka yang memiliki masalah lutut karena mengurangi tekanan pada sendi lutut.

Sebuah penelitian yang diterbitkan di National Library of Medicine menunjukkan, berjalan mundur dapat bermanfaat untuk mengurangi masalah lutut. Peneliti juga menyarankan untuk mengolaborasi jalan cepat ke depan dan berjalan mundur selama 150 menit per pekan.

Hal yang sama juga diungkap ahli gastroenterologi asal India, Dr Pal Manickam.

Ia mengatakan, berjalan mundur dapat meningkatkan daya tahan otot kaki bagian bawah.

Jalan mundur membutuhkan lebih banyak energi daripada berjalan biasa,

sehingga dapat membantu menurunkan berat badan dengan membakar lebih banyak kalori.

“Saat berjalan mundur, Anda tidak dianjurkan melakukannya dengan cepat seperti jalan ke depan. Lakukan rutinitas jalan mundur dengan hati-hati dan langkah pendek, itu bisa menjadi ide yang baik bagi peningkatan kesehatan,” kata Dr Pal Manickam seperti dilansir India Today, Selasa (22/8).

Jika ditambah dengan berjalan kaki secara teratur, jalan mundur dapat meningkatkan kesehatan kardiovaskular. Selain itu, berjalan mundur juga memperbaiki postur tubuh yang bungkuk akibat terlalu sering melihat gawai dan berbagai aktivitas lain.

“Berjalan mundur pun bisa meningkatkan keterampilan keseimbangan dan koordinasi, karena berjalan mundur membutuhkan lebih banyak konsentrasi daripada berjalan maju, sehingga membantu menstimulasi otak kecil, bagian otak yang bertanggung jawab atas kontrol motorik,” jelas Manickam.

Sedangkan untuk manfaat mentalnya, berjalan mundur membantu menstimulasi aktivitas otak dan meningkatkan fungsi kognitif.

Dengan menantang otak untuk mengkoordinasikan gerakan ke arah yang berbeda, berjalan mundur dapat meningkatkan efisiensi saraf yang mengarah pada kemampuan berpikir yang lebih tajam dan retensi memori yang lebih baik. ● tom

Tiga Manfaat Pare untuk Kesehatan

JAKARTA (IM) - Pare merupakan salah satu makanan yang memiliki cita rasa pahit, sehingga bagi sebagian orang tidak menyukainya.

Pare masuk ke dalam golongan labu-labuan yang memiliki nama latin *Momordica charantia*. Jenis tanaman merambat yang buahnya sering dimanfaatkan sebagai bahan pangan atau pengobatan.

Namun, perlu diketahui bahwa pare memiliki sejumlah manfaat yang baik untuk kesehatan.

Pare mengandung berbagai vitamin, seperti vitamin A, C, E, B1, B2, B3, dan B9. Tak hanya itu, pare juga mengandung mineral dan senyawa antioksidan yang di dalamnya memiliki banyak khasiat untuk tubuh.

Berikut manfaat pare untuk kesehatan.

1. Menurunkan gula darah

Pare telah diyakini dapat membantu mengobati diabetes. Sebuah studi menyebutkan bahwa mengonsumsi 2.000 mg pare setiap hari dapat menurunkan gula darah dan hemoglobin A1c.

Tak hanya itu, me-

ngonsumsi pare selama empat minggu juga menyebabkan penurunan kadar gula darah.

Selain itu, pare juga mampu menurunkan kadar fruktosamin dalam tubuh sehingga bisa membantu mengatur kadar gula darah dalam jangka waktu panjang.

2. Kadar kolesterol

Manfaat selanjutnya yakni pare dapat menurunkan kadar kolesterol untuk mendukung kesehatan jantung secara keseluruhan.

Kadar kolesterol yang tinggi dapat menyebabkan plak lemak menumpuk di arteri, sehingga jantung dipaksa bekerja lebih keras untuk memompa darah dan meningkatkan risiko penyakit jantung.

3. Menurunkan berat badan

Pare memiliki kalori yang rendah, tetapi tinggi serat. Sehingga, pare baik untuk membantu menurunkan berat badan.

Selain itu, kalori pare yang rendah dan tinggi akan serat dapat membuat kenyang lebih lama, mengurangi rasa lapar, dan nafsu makan.

Sebuah penelitian menunjukkan bahwa pare memiliki efek yang menguntungkan pada pembakaran lemak dan penurunan berat badan. ● tom

InternationalMedia

PEMIMPIN REDAKSI: Osmar Siahaan
PELAKSANA HARIAN: Lusi J, Bambang Suryo Sularso.
PENANGGUNG JAWAB: Prayan Purbas.
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 SAMARINDA (Cv Gama Abadi, Alan/Tatang), MAKASSAR dan MANADO (Jefri/Meike, Jemmy), TARAKAN KALTIM (Ali), BALI (Svasti), 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./leks (di luar kota Rp 3.000./leks), 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: InternationalMedia @redaksi_IM