

# Studi: Tingkat Gula Darah Bisa Turun Lewat Terapi Cahaya

Terapi cahaya merah disebut menghasilkan penurunan 27,7 persen tingkat glukosa darah.

**JAKARTA (IM)** - Sebuah studi baru mengungkapkan potensi pengobatan bebas obat untuk diabetes. Para peneliti mencatat penurunan signifikan dalam tingkat gula darah setelah satu sesi terapi cahaya merah selama 15 menit.

Terapi menggunakan cahaya merah dengan panjang gelombang rendah untuk mengatasi berbagai masalah kulit seperti keriput, kemerahan, jerawat, dan bekas luka, memerangi tanda-tanda

penuaan.

Para peneliti sedang aktif mengeksplorasi aplikasi potensialnya dalam pengobatan kondisi medis lain di luar masalah dermatologis.

Dalam studi yang diterbitkan di Jurnal Biophotonics, para peneliti menemukan bahwa paparan cahaya merah 670 nanometer (nm) merangsang produksi energi di dalam mitokondria individu sehat, pembangkit energi sel, yang pada gilirannya dapat menyebabkan peningkatan

konsumsi glukosa.

Para peneliti melakukan studi di antara 30 peserta sehat yang tidak memiliki kondisi metabolik atau tidak mengonsumsi obat apa pun. Mereka secara acak dibagi menjadi dua kelompok.

Pertama, kelompok yang terpapar cahaya merah 670 nanometer selama 15 menit; dan kedua, kelompok plasebo di mana peserta tidak terpapar cahaya sama sekali.

Peserta harus menyelesaikan tes toleransi glukosa oral dan mencatat tingkat gula darah mereka setiap 15 menit selama dua jam berikutnya. Analisis menunjukkan, terapi cahaya merah menghasilkan penurunan 27,7 persen dalam tingkat glukosa darah setelah

mengonsumsi glukosa dan mengurangi lonjakan glukosa maksimum sebesar 7,5 persen.

Meskipun studi ini dilakukan pada orang tanpa diabetes, para peneliti berharap temuan mereka dapat bermanfaat bagi mereka yang memiliki kondisi tersebut.

“Jelas bahwa cahaya memengaruhi cara kerja mitokondria dan ini memengaruhi tubuh kita secara seluler dan fisiologis. Studi kami telah menunjukkan bahwa kita dapat menggunakan satu paparan terapi cahaya merah selama 15 menit untuk mengurangi tingkat gula darah setelah makan. Meskipun ini hanya dilakukan pada individu sehat dalam makalah ini, ini memiliki potensi untuk

memengaruhi kontrol diabetes ke depan, karena dapat membantu mengurangi lonjakan glukosa yang berpotensi merusak dalam tubuh setelah makan,” kata penulis studi, dr Michael Pownner.

Selain manfaat potensial dari terapi cahaya merah, studi ini juga menyeroi konsekuensi jangka panjang yang signifikan dari cahaya biru bagi kesehatan manusia, termasuk disfungsi regulasi gula darah.

Temuan tersebut menjadi penting, terutama mengingat prevalensi yang semakin meningkat dari pencahayaan LED, yang memancarkan proporsi cahaya biru yang lebih tinggi dan kurang cahaya merah. ● tom

## SAMBUNGAN

demi program populis sifatnya mengganggu capaian ekonomi lainnya,” kata Bima.

Sidang kabinet paripurna yang dipimpin Presiden Joko Widodo (Jokowi) di Istana Negara, Jakarta Pusat, Senin (26/2), ikut membahas program makan siang gratis.

Seperti diketahui, program makan siang gratis menjadi salah satu program unggulan dari pasangan calon presiden calon wakil presiden nomor urut 2, Prabowo Subianto dan Gibran Rakabuming Raka.

## Makan Siang Gratis Masuk RAPBN 2025,...

Menteri Perencanaan Pembangunan Nasional (PPN)/Kepala Bappenas Suharso Monoarfa mengatakan, makan siang gratis menjadi salah satu program ikonik yang mulai diperhitungkan. Pembahasan program diperlukan agar wacana keberlanjutan setelah pemerintahan Presiden Jokowi tetap teralisasi.

“Ya memang harus memasukkan program-program ikonik dari presiden terpilih. Tentu saja itu diperhitungkan, dan Bappenas sedang menyusun itu,” kata Suharso usai Rapat Kabinet

Paripurna di Kompleks Istana Kepresidenan, Jakarta Pusat, Senin (26/2).

Sementara itu, Menteri Keuangan Sri Mulyani Indrawati menyebut, pemerintah belum memutuskan pagu indikatif dari masing-masing pos pendapatan dan belanja negara. Perencanaannya masih berjalan dalam tiga bulan ke depan. Bulan depan, pemerintah akan fokus menentukan pagu indikatif, setelah diumumkan presiden baru oleh KPU berdasarkan hasil hitung manual.

Sri Mulyani mengungkapkan, pemerintah sudah memperhitungkan makan siang gratis saat mengestimasi defisit di kisaran 2,45 persen hingga 2,8 persen dari produk domestik bruto (PDB) untuk tahun 2025.

Jika dilihat, target defisit pada tahun 2025 itu tidak berbeda jauh dibanding tahun 2024. Pada tahun ini, pemerintah mulanya menargetkan defisit sebesar 2,29 persen dari PDB atau sebesar Rp 522,8 triliun.

Terbaru, defisit diprediksi terkerek di kisaran 2,3 persen

hingga 2,8 persen karena lonjakan subsidi pupuk dan Bantuan Langsung Tunai (BLT). Namun, jika dibandingkan pada tahun 2023, target defisit tahun depan jauh lebih tinggi.

Pada 2023, pemerintah menargetkan defisit APBN mencapai 2,84 persen dan sesuai Perpres 75/2023 sebesar 2,27 persen. Realisasi defisit justru jauh lebih rendah, yaitu mencapai 1,65 persen dari PDB atau senilai Rp 347,6 triliun. Capaian defisit ini menjadi yang terendah sejak tahun 2011. ● mar

Berkshire Hathaway untuknya ketika dia meninggal dengan instruksi untuk melakukan apa pun yang menurutnya benar.

“Saya ingin mendenai mahasiswa di Einstein agar mereka dapat menerima biaya kuliah gratis,” kata Dr Gottesman.

“Ada cukup uang untuk melakukan hal itu selamanya,” lanjutnya.

Dia menambahkan bahwa dia kadang-kadang bertanya-tanya apa pendapat suaminya tentang sumbangan tersebut.

“Saya harap dia terkejut dan tidak cemberut,” katanya. “Dia memberi saya kesempatan untuk melakukan ini, dan saya pikir dia akan senang. Saya harap begitu,” katanya. ● mar

## Janda Sumbang Rp16 Triliun, Fakultas...

Albert Einstein datang dari Dr Ruth Gottesman, mantan profesor di sekolah Bronx.

Ini adalah salah satu sumbangan terbesar yang pernah diberikan kepada sekolah di AS, dan merupakan sumbangan terbesar yang pernah diberikan kepada sekolah kedokteran.

Bronx, wilayah termiskin di Kota New York, menduduki peringkat paling tidak sehat dari 62 wilayah di New York.

Dekan universitas Dr Yaron Yomer dalam sebuah pernyataan mengatakan, hadiah transformasional tersebut secara radikal merevolusi kemampuan pihaknya untuk terus menarik mahasiswa yang berkomitmen terhadap misi kami, bukan hanya mereka yang mampu.

Biaya sekolah di sekolah ini diketahui hampir mencapai USD59.000 setiap tahun, sehingga siswa mempunyai hutang yang besar.

Fakultas Kedokteran Albert Einstein mencatat bahwa siswa di tahun terakhir mereka akan mendapatkan penggantian biaya sekolah musim semi 2024, dan mulai Agustus, semua siswa, termasuk mereka yang saat ini terdaftar, akan menerima uang sekolah gratis.

“Donasi tersebut akan membebaskan dan mengangakat siswa kami, memungkinkan mereka untuk mengejar proyek dan ide yang mungkin menjadi penghalang,” terangnya.

Dr Gottesman, kini berusia 93 tahun, mulai bekerja

di sekolah tersebut pada 1968. Ia mempelajari ketidakhadiran belajar, menjalankan program literasi, dan mengembangkan protokol penyaringan dan evaluasi yang banyak digunakan.

Almarhum suaminya, David Gottesman, mendirikan rumah investasi terkemuka dan merupakan investor awal di Berkshire Hathaway, konglomerat multinasional Warren Buffet. Dia meninggal pada September 2022 pada usia 96 tahun.

Dr Gottesman mengatakan dalam sebuah pernyataan bahwa para dokter yang berlatih di Einstein terus memberikan layanan kesehatan terbaik kepada masyarakat di sini di Bronx dan di seluruh dunia.

“Saya sangat berterima kasih kepada mendiagn suami saya, Sandy, karena telah mewariskan dana ini kepada saya, dan saya merasa diberkati karena diberi hak istimewa untuk memberikan hadiah ini untuk tujuan yang mulia,” katanya.

Sekitar 50% siswa tahun pertama Einstein berasal dari New York, dan sekitar 60% adalah perempuan. Statistik yang diterbitkan oleh sekolah tersebut menunjukkan bahwa sekitar 48% mahasiswa kedokterananya berkulit putih, 29% adalah orang Asia, 11% adalah Hispanik, dan 5% berkulit hitam.

Dalam sebuah wawancara dengan New York Times, dia teringat bahwa mendiagn suaminya telah meninggalkan seluruh portofolio saham

memilih hak berupa tunjangan dan gaji setiap bulannya. Dasar itulah yang menjadi perhitungan niai tuntutan.

“Maka kalau kita hitung 30 tahun ke depan, dia masih berhak mendapatkan haknya. Kebetulan dia tidak sempat menikah jadi hak itu kembali kepada orang tua,” ungkap Kamaruddin.

Adapun dalam gugatan tersebut, nilai sengketa sebesar Rp7.583.202.000,00 sebagaimana tercantum dalam SIPP PN Jakarta Selatan.

Selain itu, ada juga

## Dihukum Bayar Bunga Rp1,7 Miliar...

memutuskan apakah pengadilan Hakim Engoron melakukan kesalahan hukum dan/atau fakta, dan apakah pengadilan tersebut menyalahgunakan kebijaksanaannya atau bertindak melebihi yurisdiksinya.

Pengacara mantan presiden tersebut juga berpendapat bahwa ia digugat secara salah berdasarkan undang-undang perlindungan konsumen yang biasanya digunakan untuk mengendalikan bisnis yang menipu pelanggan.

Tim hukum Trump sebelumnya telah menentang keputusan Hakim Engoron setidaknya 10 kali, termasuk

perintah pembungkaman. Proses banding bisa memakan waktu satu tahun atau lebih.

Trump dapat diberikan jeda dalam pengumpulan putusan jika ia menyerahkan uang, aset, atau jaminan banding untuk menutupi jumlah utangnya. Belum jelas rute mana yang akan diambilnya.

Dua putra Trump yang sudah dewasa dan salah satu terdakwa lainnya, Donald Jr dan Eric, diperintahkan untuk membayar masing-masing USD4 juta dan dilarang melakukan bisnis di New York selama dua tahun. Mereka bersikeras bahwa tidak ada kesalahan dan mengikuti

tuntutan ayah mereka pada Senin (26/2).

Pada bulan lalu, Trump diperintahkan untuk membayar USD83 juta setelah kalah dalam kasus pencemaran nama baik seorang wanita bernama E Jean Carroll, terkait kasus pelecehan seksual.

Menurut perkiraan Forbes, kekayaan Trump sekitar USD2,6 miliar. Meskipun tidak jelas berapa banyak uang tunai yang dia miliki, namun dia bersaksi tahun lalu bahwa dia memiliki aset likuid senilai USD400 juta.

Persidangan perdata yang dimulai pada Oktober 2023 sebagian besar berfokus pada

penentuan hukuman terhadap Trump karena Hakim Engoron telah memutuskan bahwa mantan presiden tersebut bertanggung jawab atas penipuan bisnis.

Dia menghadapi kasus lain di kampung halamannya di New York City bulan depan. Dalam proses pidana tersebut, Trump dituduh memalsukan catatan bisnis untuk menyembunyikan uang tutup mulut yang dibayarkan kepada bintang film dewasa sebelum pemilu 2016.

Pada Senin (26/2), jaksa Manhattan yang menangani kasus tersebut meminta hakim untuk memerintahkan pem-

bungkaman terhadap Trump.

Kantor kejaksaan mengatakan tindakan seperti itu diperlukan untuk melindungi juri, saksi, dan staf pengadilan dari sejarah panjang Trump dalam melontarkan pernyataan yang bersifat menghasut dan bersifat publik.

Steven Cheung, juru bicara kampanye Trump, menyebut permintaan tersebut sebagai “pelanggaran inkonstitusional” terhadap hak Trump.

Dia menegaskan kembali klaim mantan presiden tersebut bahwa dakwaan terhadap dirinya adalah upaya partisan untuk mencegah dia terpilih kembali. ● mar

## Aksi `Koboi` di Jatinegara Diduga...

(8/2) lalu, sekira pukul 02.00 WIB. “Saya baru berani bicara saat ini karena saya sempat alami trauma kemarin,” ujar Andika saat ditemui wartawan, Selasa (27/2).

Andika mengatakan, tidak mengetahui maksud GSL ingin menghabisinya. GSL diduga saat itu dalam pengaruh minuman keras. GSL diduga mantan suami dari dua artis, CK dan DL. Ia menduga

“Jadi awalnya beliau mendatangi saya dan langsung menodongkan pistol ke arah

saya. Saya tanya ada masalah apa, tetapi beliau tidak jelas bicaranya ke saya,” jelas Andika.

Tiba-tiba GSL mengo-kang pistolnya. Melihat ini, Andika langsung berlari untuk menyelamatkan diri ke lantai dua kantornya. Tak lama kemudian ia mendengar GSL menembakkan senpinya hingga tiga kali.

“Pertama di tembakkan ke kaca di sebelah kiri pintu kantor lantai dua. Kedua, dia tembakkan ke arah kaki saya. Terakhir, dia arahkan tembakkan ke saya,

persis di atas kepala saya. Saya menghindar hingga terkena pecahan kaca hingga saya lari ke dalam,” ujarnya.

Andika mengaku sudah lama mengenal GSL. Dia mengaku ada permasalahan bisnis dengan GSL.

Saat terjadi penembakan, dua teknisi yang sedang melakukan pengerjaan di sekitar lokasi, ketakutan dan berlari setelah mendengar suara tembakan.

“Habis menembak dia kabur. Saya jam 03.00 WIB di

hari kejadian langsung lapor ke Polres Jakarta Timur. Alhamdulillah laporan langsung diterima dan polisi langsung datang,” tutur Andika.

GSL disangkakan melakukan tindak pidana sebagaimana diatur Pasal 338 KUHP tentang Pembunuhan dan atau Pasal 53 KUHP tentang Percobaan Tindak Pidana.

Dan atau Pasal 1 ayat 1 Undang-undang Darurat Nomor 12 tahun 1951 tentang barang siapa yang tanpa hak memasukkan, memiliki dan

menggunakan senjata api atau bahan peledak.

Kapolres Metro Jakarta Timur, Kombes Nicolas Ary Lilipaly mengatakan, pihaknya masih mencari GSL.

“Pelaku penembakan masih melarikan diri. Sudah semuanya (pemeriksaan saksi). Sudah dipanggil dugaan pelaku sampai dua kali tapi tidak hadir, dengan alasan yang tidak sah. Keluarga berjanji akan menghadirkan dugaan pelaku juga sampai sekarang tidak direalisasi,” ujarnya. ● mar

## Terapi Cermin Efektif Tingkatkan Fungsi Motorik Pasien Stroke

**JAKARTA (IM)** - Stoke merupakan penyakit tidak menular yang menjadi salah satu masalah kesehatan di dunia.

Data Riskesdas 2018 menunjukkan prevalensi stroke di Indonesia meningkat seiring bertambahnya usia.

Kasus stroke yang terdiagnosis tertinggi pada usia 75 tahun ke atas (50,2%) dan terendah pada kelompok usia 15-24 tahun (0,6%).

Salah satu masalah fisik yang menonjol pada penderita stroke adalah kelemahan, bahkan kelumpuhan anggota gerak. Kondisi ini menyebabkan pasien stroke mengalami keterbatasan dalam menjalankan fungsinya dalam aktivitas sehari-hari.

“Pasien stroke mengalami penurunan dalam melakukan aktivitas sehari-hari secara mandiri dibandingkan dengan orang yang tidak mengalami stroke,” ujar Dosen Fakultas Keperawatan dan Kebidanan (FKK) Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya (Unusa) Yurike Septianingrum, belum lama ini.

Menurutnya, pasien stroke yang mengalami kelemahan pada satu sisi anggota tubuh disebabkan oleh penurunan tonus otot, sehingga tidak mampu menggerakkan tubuhnya (imobilisasi).

Hemiparasis disebabkan karena hilangnya suplai saraf ke otot sehingga otak tidak mampu untuk menggerakkan ekstremitas.

Hilangnya suplai saraf ke otot akan menyebabkan otot tidak lagi menerima sinyal kontraksi yang dibutuhkan untuk mempertahankan ukuran otot yang normal sehingga terjadi atrofi.

Atropi otot akibat kurangnya aktivitas dapat terjadi hanya dalam waktu kurang dari satu bulan setelah terjadinya serangan stroke.

Kontraktur merupakan

salah satu penyebab terjadinya penurunan kemampuan pasien penderita stroke dalam melakukan rentang gerak sendi.

Kontraktur diartikan sebagai hilang atau menurunnya rentang gerak sendi, baik dilakukan secara pasif maupun aktif karena keterbatasan sendi, fibrosis jaringan penyokong, otot, dan kulit.

Penderita stroke harus diberikan intervensi kesehatan agar tidak berdampak pada kecacatan dan kematian.

Intervensi yang dapat dilakukan pada pasien stroke selain terapi medis, yaitu terapi rehabilitasi yang mengandalkan dan melatih motor imagery/imajinasi pasien.

Penggunaan cermin akan memberikan stimulus penglihatan kepada otak saraf motorik serebral yaitu ipsilateral.

Terapi cermin adalah intervensi terapi alternatif yang berfokus pada menggerakkan anggota tubuh yang tidak terpengaruh dengan menggunakan cermin untuk menyampaikan rangsangan visual ke otak melalui pengamatan bagian tubuh yang tidak terdampak saat melakukan serangkaian gerakan.

Penggunaan cermin dapat melibatkan korteks premotor untuk rehabilitasi motorik.

Penelitian menunjukkan hasil yang menjanjikan dari terapi cermin dengan meningkatkan fungsi sensorik dan motorik setelah stroke.

Terapi ini memiliki dampak positif dalam mengurangi kerusakan saraf, menurunkan mortalitas dan kecacatan jangka panjang, mencegah komplikasi sekunder pada imobilitas dan disfungsi saraf, serta mencegah stroke yang berulang.

Terapi cermin terdiri dari gerakan aktif dan pasif yang bisa memperbaiki pergerakan, menurunkan tingkat ketegangan, kontraksi kekuatan otot, belajar gerakan, perbaikan koordinasi dan meningkatkan daya tahan. ● tom

## SAMBUNGAN

## Orangtua Brigadir J Gugat Ganti Rugi...

Brigadir J masih memiliki hak berupa tunjangan dan gaji setiap bulannya. Dasar itulah yang menjadi perhitungan niai tuntutan.

“Maka kalau kita hitung 30 tahun ke depan, dia masih berhak mendapatkan haknya. Kebetulan dia tidak sempat menikah jadi hak itu kembali kepada orang tua,” ungkap Kamaruddin.

Adapun dalam gugatan tersebut, nilai sengketa sebesar Rp7.583.202.000,00 sebagaimana tercantum dalam SIPP PN Jakarta Selatan.

Selain itu, ada juga

## 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.  
**ARTISTIK:** M Rifki, James Donald, Indra Saputra.  
**SIRKULASI-PROMOSI:** Amir Mahmud, Nurbayin, Akhyar, Ferry S., Fatwa Yuda.  
**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** (Swasti), **PEKANBARU** (Bob), **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:** 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

Kemudian, pernah diberikan juga kepada Menteri Koordinator Bidang Kemaritiman dan Investasi (Menko Marves) Luhut Binsar Pandjaitan dan mantan Kepala Badan

Intelijen Negara (BIN) AM Hendropriyono.

“Pemberian (pangkat) jenderal penuh kepada Pak Prabowo juga didasarkan pada dedikasi dan kontribusi Pak Prabowo

selama ini di dunia militer dan pertahanan,” ujar Dahnil.

Acara penyematan jenderal kehormatan kepada Prabowo juga diberikan Kepala Pusat Penerangan (Kapuspen) TNI

Mayjen R Nugraha Gumilar.

“Iya betul, naik pangkat jenderal kehormatan,” kata Gumilar kepada Kompas.com, Selasa. Diketahui, pangkat terakhir Prabowo adalah

Letnan Jenderal (Purn) atau bintang tiga. Dengan demikian, mantan Komandan Jenderal Kopassus dan Panglima Kostrad itu akan menyandang bintang empat. ● mar