



***SUNTIKAN
UNTUK
MELINDUNGI
ANAK***

SELAMAT TAHUN BARU



*recover
together
recover
stronger*



SUSUNAN REDAKSI

PENANGGUNG JAWAB:

Kepala Biro Komunikasi dan Pelayanan Masyarakat

PEMIMPIN REDAKSI:

Busroni, S.IP

REDAKTUR PELAKSANA I:

Aji Muhawarman, ST, MKM

REDAKTUR PELAKSANA II:

Prawito, SKM, MM

ANGGOTA DEWAN REDAKSI:

Nani Indriana, SKM, MKM; Didit Tri Kertapati, SH; Giri Inayah Abdullah, S.Sos, MKM; Resty Kiantini, SKM, M.Kes; Faradina Ayu R., S.I.Kom; Awalokita Mayangsari, SKM; Ferri Satriyani, SKM; Delta Fitriana, SE; Reiza Muhammad Iqbal, A.Md; Utami Widyasih, A.Md; Teguh Martono, S.Sos; Endang Retnowaty; Khalil Gibran A., ST; Rifany Sastradipradja, S.Sos; Wayang Mas Jendra

SEKRETARIAT:

Kartika Indra Susilowati;
Endang Tri Widiyastuti, A.Md

Redaksi menerima kontribusi tulisan yang sesuai misi penerbitan. Dengan ketentuan panjang tulisan 2-3 halaman, font calibri, size font 12, spasi 1,5, ukuran kertas A4. Tulisan dapat dikirim melalui email mediakom.kemkes@gmail.com. Redaksi berhak mengubah isi tulisan tanpa mengubah maksud dan substansi

DESAIN Vita Susanto

FOTO Wayang Mas Jendra

Suntikan untuk Melindungi Anak



drg. Widyawati, MKM

ANAK-ANAK usia sekolah dasar masih rentan dari berbagai penyakit sehingga memerlukan perlindungan tambahan agar dapat terhindar dari risiko terinfeksi penyakit tersebut. Untuk itu, Kementerian Kesehatan menggelar Bulan Imunisasi Anak Sekolah (BIAS) yang rutin diselenggarakan pada bulan Agustus dan November setiap tahun.

Tujuan pemberian vaksin kepada anak ini, antara lain, adalah untuk memperpanjang antibodi atau kekebalan, terutama terhadap penyakit difteri, tetanus, campak, dan rubella, karena penyakit-penyakit ini tidak hanya dapat dialami mereka ketika masih bayi tapi juga bisa terjadi saat mereka di usia sekolah.

Pelaksanaan BIAS tidak sepenuhnya dapat berjalan secara maksimal karena selama pandemi COVID-19 banyak siswa yang belajar secara daring. Di sisi lain, mulai 14 Desember 2021, pemerintah juga mulai menggencarkan vaksinasi COVID-19 untuk anak usia 6-11 tahun, yang juga merupakan murid sekolah dasar. Kedua program dilaksanakan

dengan melakukan suntikan kepada anak dengan tujuan memberikan perlindungan dari penyakit yang dapat dicegah dengan imunisasi (PD3I).

Redaksi mengangkat tema vaksinasi tersebut sebagai Media Utama edisi akhir tahun 2021 ini. Kami menjelaskan tentang manfaat BIAS dan vaksinasi COVID-19 serta bagaimana kedua program berjalan.

Referensi film kali ini membahas seputar film-film yang berpartisipasi dalam Health for All Film Festival 2021 yang diselenggarakan oleh Organisasi Kesehatan Dunia (WHO). Banyak informasi lain yang disajikan dalam edisi ini, seperti hasil penelitian yang mengaitkan detak jantung dengan potensi mengalami demensia di rubrik Kilas Internasional, beragam kegiatan Kementerian Kesehatan dalam rubrik Peristiwa, serta informasi ringan dan bermanfaat pada rubrik Info Sehat dan Serba-serbi.

Selamat membaca dan sampai jumpa lagi di tahun depan.

Redaksi Mediakom

\daftar isi\

Desember 2021

16-27
MEDIA UTAMA



Jangan Abaikan Imunisasi Rutin

KEMENTERIAN KESEHATAN TETAP MENGGELAR PROGRAM VAKSINASI LANJUTAN RUTIN KEPADA ANAK SEKOLAH. BERSAMAAN DENGAN PROGRAM VAKSINASI COVID-19.

Etalase **3**

Suara Pembaca **6**

Isi Piringku **7-8**

MENIKMATI ANGEUN KACANG BEREUM

Info Sehat **10-15**

- JANGAN ASAL BERSIHKAN KARANG GIGI
- PERIKSA PENDENGARAN SI KECIL SEJAK LAHIR
- PENYEBAB DAN BAHAYA TIDUR SESAAT

Di Antara Dua Vaksin

WAKTU PELAKSANAAN BULAN IMUNISASI ANAK SEKOLAH BERSAMAAN DENGAN VAKSINASI COVID-19 UNTUK ANAK-ANAK. DEPOK MENGAKTIFKAN KEMBALI PUSKESMAS DAN POSYANDU.



20 Media Utama

Peristiwa 32-37

- INOVASI MANDIRI KAMPUNG GERMAS DESA PRANGGONG
- KOMITMEN MENGHAPUS STIGMA HIV
- KEMENKES GANDENG PRAMUKA KUATKAN SISTEM KETAHANAN KESEHATAN
- ANTUSIASME VAKSINASI ANAK 6-11 TAHUN DI KEMENKES
- MENKES LANTIK EMPAT PEJABAT ESELON I
- OMICRON PERTAMA MASUK INDONESIA

Belajar Sambil Berlari Ala Sekjen Kemenkes

PRIA KELAHIRAN SOLO INI MERUMUSKAN TIGA PROGRAM SEKJEN KEMENKES YANG MENDUKUNG 6 BIDANG TRANSFORMASI SISTEM KESEHATAN.

29 Profil



Galeri Foto 38-41

Kilas Internasional 42

- DETAK JANTUNG SEBAGAI RISIKO DEMENSIA
- SAUDI PERKETAT PROTOKOL KESEHATAN DUA MASJID SUCI

Lentera 46

MENOLAK MENTALITAS INSTAN

Serba Serbi 48-53

- TARI TRADISIONAL INI DIKENAL DI MANCANEGERA
- BIKIN MUSIK SENDIRI DENGAN APLIKASI INI
- MENIKMATI JEPRETRAN FOTO LEWAT KAMERA INSTAN

Referensi Film 54

KOREK API DI BANGSAL RUMAH SAKIT

Resensi Buku 56

GURU AINI DI TANJUNG HAMPAR

Komik 58

VAKSIN COVID-19 UNTUK ANAK SD USIA 6-11 TAHUN SUDAH DIMULAI

Saudi Perketat Protokol Kesehatan Dua Masjid Suci

ARAB SAUDI MEMPERKETAT ATURAN PENANGANAN PANDEMI SETELAH TERJADI KENAIKAN KASUS HARIAN. MEMAKAI MASKER DAN MENJAGA JARAK BERLAKU KEMBALI DI MASJIDIL HARAM DAN MASJID NABAWI.

44 Kilas Internasional



Tari Tradisional Ini Dikenal di Mancanegara

TARI-TARI TRADISIONAL DARI BERBAGAI DAERAH INI MEMILIKI KARAKTERISTIK SENDIRI. TAK HERAN JIKA BERHASIL GO INTERNATIONAL.



48 Serba-Serbi

Resolusi Kesehatan 2022

PANDEMI COVID-19 MEWARNAI DUNIA SEPANJANG TAHUN INI DAN MUNGKIN JUGA TAHUN DEPAN. LANTAS, APA RESOLUSI KESEHATANMU DI TAHUN 2022? BERIKUT INI JAWABAN DARI SEJUMLAH PEMBACA MAJALAH MEDIKOM.

1 Kopi Ireng @maul_bal

Resolusi kesehatan tahun 2022: jangan kasih kendur protokol kesehatan di mana pun Anda berada.

2 No Name @MasihGelap02

S hindari penyebab stres. U, ubah pola hidup. P, perbanyak sosialisasi. E, enyahkan asap rokok. R, rajin berolahraga.

3 Dimas Jendra @DimasJendra

Yang jelas diet sehat. Soale, semakin tambah umur semakin gendut, trus rentan kena penyakit dah.

4 Yulia Gazali @yulia_gazali

Mulai olahraga lagi. Mulai mengurangi konsumsi gula. Mulai mengurangi karbohidrat.

5 Agus Salim @AgInfus21

Peningkatan konsumsi tinggi kalsium, olahraga aerobik tingkat dua biar bugar, cek kadar vitamin D.

6 Rudy Sutanto @RudySut78307951

Menjaga otak tetap sehat, jauh dari virus media sosial, olahraga bersama dengan menjaga jarak, rekreasi dengan teman2-teman agar *happy*. Biar tambah imun, minum jamu.

7 Asa Silitonga @asa_silitonga

Menjaga lingkungan menjadi lebih sehat, yang pasti berdampak bagi kesehatan.

8 Me @itt598

Menerapkan pola makan sehat, tentukan olahraga yang disukai, biasakan detoks harian, dan tetap menjaga protokol kesehatan.

9 Erwina @wina277

Sehat dimulai dari lingkungan yang bersih melalui gerakan pengamanan sampah rumah tangga dengan komposter, sampah dapur didaur ulang menjadi pupuk yang bermanfaat serta bernilai ekonomis.

10 Lena Hutasoit @lennahutasoit

Lebih rajin lagi berolahraga dan menjaga kesehatan mental sehingga sehat secara jiwa dan raga.

11 Made Yogi @madeykm

Resolusi kesehatan saya di tahun 2022 adalah sebagai seorang akupunktur terapis, saya berharap akupunktur sebagai salah satu pilihan pemulihan kesehatan dapat lebih dikenal dan menjangkau semua kalangan masyarakat.

12 Awasajayah @2021kagakkurus

Punya mental kuat biar imun di tubuh ikutan kuat juga.



Menikmati Angeun Kacang Bereum

DENGAN RASANYA YANG UNIK, ANGEUN KACANG BEREUM (SAYUR KACANG MERAH) JADI NGANGENIN. MANFAATNYA PUN BANYAK.

Penulis: Utami Widyasih



Jika membicarakan kuliner dari tatar Pasundan, tentu tidak akan ada habisnya. Ragam masakannya yang autentik dijamin akan menggugah selera makan kita. Oleh karenanya, jangan heran jika makanan Sunda akan selalu dirindukan banyak orang. Salah satu jenis makanan tradisional khas Sunda yang terbilang sederhana dan praktis, namun kaya akan gizi, adalah angeun kacang bereum (Sayur Kacang Merah). Tidak seperti sup yang gurih, Angeun Kacang Bereum memiliki rasa yang cukup unik. Jalinan rasa asam, manis, sedikit pedas, dan gurih bersatu padu dalam kuah yang segar. Bagi orang sunda yang tengah merantau, angeun kacang menjadi menu penepis rindu pada kampung halaman.

Mayang (33 tahun), wanita karier asal Cimahi yang telah menetap di Jakarta sejak 2010, sangat menyukai sayur kacang merah yang dikreasikan dengan labu dan tomat hijau.

"Cara membuatnya juga mudah dan rasanya tetap segar meskipun dimakan dalam keadaan dingin", tandas Mayang kepada *Mediakom*.

Mayang mengatakan jika ia lebih sering makan sayur kacang merah saat pulang ke rumah orang tuanya di Cimahi. Tapi saat di Jakarta, sayur kacang merah termasuk menjadi menu yang sering dibuat untuk keluarganya, bisa sekitar 2-3 minggu sekali. Kacang merah yang digunakan bernama kacang endul, yang biasa dibeli dari Cimahi.

Cara membuat angeun kacang bereum

cukup mudah. Bahan dan bumbunya juga sederhana, yaitu kacang merah direbus dan bisa ditambah tetelan sapi guna memperkuat rasa kaldunya (opsional). Lalu masukan bumbu iris yang terdiri dari bawang merah, bawang putih, lengkuas, dan cabai. Jangan lupa tambahkan daun bawang, daun salam, gula merah, asam jawa dan garam untuk menguatkan rasa.

Manfaat Kacang Merah Bagi Tubuh

Kacang merah (*Phaseolus vulgaris*) merupakan jenis kacang-kacangan yang umum ditemukan di Indonesia. Kacang merah memiliki berbagai macam varian. Di antaranya yang terkenal yaitu seperti *red bean*, *kidney bean*, dan kacang

adzuki (kacang tolo).

Walaupun bentuknya kecil, kacang merah memiliki kandungan gizi yang baik bagi tubuh, yaitu sebagai sumber protein nabati, karbohidrat kompleks, serat, vitamin B, kalium tiamin, kalsium, fosfor, dan zat besi. Oleh karena itu, jika kita mengonsumsi kacang merah inilah beberapa manfaat kesehatan yang bisa kita dapatkan, berdasarkan situs Verywell Fit

Membantu Menjaga Berat Badan

Hasil penelitian menunjukkan bahwa menambahkan kacang merah sebagai sumber energi nabati dapat membantu mengontrol obesitas, dan penyakit lainnya seperti kardiovaskular, diabetes dan sindrom metabolisme. Sangat dianjurkan untuk menggantikan makanan dengan tinggi kalori dan lemak hewani (seperti burger atau sosis) dengan kacang-kacangan atau bisa juga menggabungkan antara seporci kecil daging dengan kacang-kacangan dalam mengolah masakan.

Menurunkan Kolesterol

Menambahkan kacang merah dalam menu diet dipercaya mampu menurunkan kadar kolesterol jahat dalam tubuh. Kandungan omega 3 dan 6 pada kacang merah meningkatkan penghancuran kolesterol jahat.

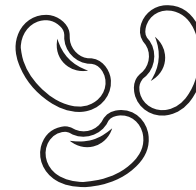
Memperbaiki Kemampuan Mengontrol Gula Darah

Kandungan gula yang tinggi dalam darah kita, berpotensi meningkatkan berbagai risiko penyakit kronis, seperti penyakit jantung dan diabetes. Kacang merah termasuk dalam kategori makanan dengan indeks glikemi yang rendah. Dengan mengonsumsi kacang merah, maka bisa membantu seseorang (yang mengidap diabetes maupun

tidak) meningkatkan kontrol gula darah dalam jangka panjang. Hal ini dikarenakan kacang merah yang tinggi akan kandungan protein, serat dan karbohidrat yang pelan untuk dicerna.

Membantu Kerja Bakteri Baik

Serat dan tepung yang terkandung pada kacang merah berfungsi sebagai prebiotik. Sehingga sangat bermanfaat bagi bakteri di dalam pencernaan. Oleh karenanya kacang merah bisa meningkatkan kesehatan pencernaan dan mencegah beberapa jenis kanker.



Dengan bahan dasar kacang merah, manfaat makanan tradisional Tanah Pasundan ini bisa menjaga berat badan dan tentu saja menurunkan kolesterol.

Nilai Gizi



Dilansir dari panganku.org, kandungan gizi kacang merah rebus, per 100 gram berat dapat dimakan yaitu:

Air (Water)	: 63.1 g
Energi (Energy)	: 144 Kal
Protein (Protein)	: 10.0 g
Lemak (Fat)	: 1.0 g
Karbohidrat (CHO)	: 24.7 g
Serat (Fibre)	: 3.5 g
Abu (ASH)	: 1.2 g
Kalsium (Ca)	: 144 mg
Fosfor (P)	: 150 mg
Besi (Fe)	: 2.8 mg
Natrium (Na)	: 6 mg
Kalium (K)	: 311.0 mg
Tembaga (Cu)	: 0.27 mg
Seng (Zn)	: 1.5 mg
Thiamin (Vit. B1)	: 0.10 mg
Riboflavin (Vit. B2)	: 0.08 mg
Niasin (Niacin)	: 0.7 mg

Tip Mengolah Kacang Merah Kering

Sulit mendapatkan kacang merah segar? Jangan khawatir, kita bisa tetap memanfaatkan kacang merah kering untuk diolah. The Bean Institute memberikan tip cara mengolahnya agar empuk dan mengembang:

1 Bersihkan

Tempatkan kacang pada tampah, pilihlah kacang dengan kondisi baik dan buang kotoran yang ada, seperti daun, kerikil, dan sebagainya

2 Cuci

Setelah kacang dipilih yang bagus, selanjutnya taruh kacang pada saringan dan cuci dengan air dingin yang mengalir

3 Rendam

Cara yang paling direkomendasikan untuk merendam kacang merah ialah dengan direbus. Siapkan panci yang cukup besar dan isi 10 gelas air untuk setiap 2 gelas kacang merah. Selanjutnya panaskan hingga mendidih dan biarkan selama 2-3 menit. Buang air rebusan, tutup panci dan biarkan selama 4 jam. **M**

01 | 12 | 2021

AKHIRI AIDS : CEGAH HIV, AKSES UNTUK SEMUA

Sampai saat ini, mereka masih menghadapi stigma baik keluarga, petugas kesehatan maupun masyarakat. Ini disebabkan oleh kurangnya pengetahuan dan pemahaman tentang HIV AIDS. Peringatan ini diharapkan bisa meningkatkan kesadaran masyarakat seputar HIV AIDS. Gejala klinis HIV tidak diketahui dengan pasti tandanya, untuk itu diperlukan pemeriksaan lewat skrining HIV di fasyankes. Kemenkes telah menyiapkan 10.000 layanan fasyankes yang bisa melakukan skrining HIV di Indonesia

MEMPERINGATI HARI

AIDS SEDUNIA

Infeksi HIV dan Infeksi Menular Seksual (IMS) jadi masalah kesehatan di dunia. Di level nasional, diperkirakan terdapat 543.100 ODHIV yang tersebar di seluruh Indonesia.

Pemerintah berkomitmen mengakhiri AIDS pada tahun 2030. Komitmen tersebut dijawantahkan dengan menyusun strategi penanggulangan HIV, AIDS dan IMS yang mengacu pada strategi global dan menargetkan pencapaian 95-95-95

Target 95-95-95 adalah 95% mengetahui status ODHIV, 95% ODHIV yang terinfeksi mendapatkan terapi ARV, dan 95% ODHIV mendapat terapi ARV mengalami supresi virus



Jangan Asal Bersihkan Karang Gigi

KARANG GIGI ADALAH SISA MAKANAN YANG MENGERSAS DAN MENEMPEL DI GIGI. PEMBERSIHANNYA HARUS DILAKUKAN OLEH DOKTER GIGI. CEGAHLAH DENGAN RUTIN MENYIKAT GIGI.

Penulis: Giri Inayah

Saat tersenyum kadangkala kita merasa terganggu karena ada karang gigi menyembul di antara barisan gigi. Bila hal ini terjadi, segeralah minta bantuan dokter gigi untuk membersihkannya. Jangan gunakan cara lain, seperti menyikat gigi dengan bubuk kimia atau abu gosok.

"Satu-satunya cara membersihkan karang gigi adalah dengan pergi ke dokter gigi. Pasien akan dibersihkan dengan alat bantu scaler manual atau ultrasonik," kata Dr. drg. Fatimah Maria Tadjoeidin, Sp.Perio., dosen di Departemen Periodonsia Fakultas Kedokteran Gigi Universitas Indonesia, kepada *Mediakom* pada 20 Desember lalu.

Karang gigi atau kalkulus gigi adalah plak yang termineralisasi menjadi endapan yang keras. "Deposit plak yang menempel pada gigi dalam jangka waktu lama dapat terkalsifikasi (mengeras) sebagai karang gigi," ujar Fatimah.

Faktor lokal di dalam rongga mulut,

kata Fatimah, dapat mempengaruhi timbulnya karang gigi, seperti posisi gigi tidak ideal atau malaposisi sehingga makanan mudah terselip dan sulit untuk dibersihkan. "Lama-kelamaan makanan tersebut termineralisasi atau mengeras dan menjadi karang gigi," katanya.

Untuk mencegahnya, Fatimah menyarankan agar orang rutin menyikat gigi minimal dua kali sehari dengan waktu yang tepat, yaitu pagi hari setelah sarapan dan malam hari sebelum tidur. Meski demikian, kita tetap dianjurkan agar memeriksakan diri ke dokter gigi setiap enam bulan sekali untuk *scaling* gigi, prosedur non-operasi yang dilakukan untuk membersihkan dan menghilangkan plak dan karang pada gigi. Ini karena karang gigi tidak bisa hilang hanya dengan menyikat gigi.

Karang gigi yang tidak rutin dibersihkan akan menyebabkan bau mulut. Selain itu, gusi mudah berdarah dan bengkak sehingga menyebabkan terjadi peradangan gusi atau gingivitis. "Ini (gingivitis) bisa berlanjut ke periodontitis. Bukan hanya peradangan yang melibatkan gusi saja tetapi bisa ke jaringan penyangga gigi lainnya, seperti tulang alveolar. Dampaknya, gigi bisa goyang atau tanggal," Fatimah menuturkan. Periodontitis adalah infeksi gusi yang merusak gigi, jaringan lunak, dan tulang penyangga gigi. Adapun tulang alveolar termasuk jaringan penyangga gigi yang merupakan bagian dari rahang atas dan bawah.

Fatimah menyarankan, selain rutin menyikat gigi dan memeriksakan diri ke dokter gigi, kita minum banyak air mineral dan berkumur dengan air mineral setelah makan makanan yang manis dan lengket untuk membasis sisa makanan. Penggunaan obat kumur juga dapat dilakukan sesuai indikasi dan saran dokter.



Cara Menyikat Gigi yang Benar

AMERICAN Dental Association (ADA), perhimpunan dokter gigi Amerika Serikat, merekomendasikan sikat gigi dan cara menyikat gigi yang benar berdasarkan fakta dan hasil penelitian. Berikut ini beberapa rekomendasi organisasi itu.

1 Sikat gigi lembut

Gunakan sikat gigi berbulu lembut dan berikan tekanan lembut saat menyikat gigi. Kedua hal ini dapat membantu orang mengurangi risiko cedera gusi.

2 Desain sikat gigi

Kini ada berbagai pilihan desain kepala sikat gigi yang dapat dipilih. Sebuah penelitian sistematis menemukan bahwa sikat gigi dengan bulu bertingkat atau bulu bersudut memiliki kinerja yang lebih baik daripada bulu sikat datar konvensional dalam menghilangkan plak.

3 Manual atau listrik

Baik sikat gigi manual maupun listrik sama-sama efektif untuk menghilangkan plak. Orang yang memiliki masalah ketangkasan menyikat

gigi, seperti orang tua, penyandang disabilitas, atau anak-anak, atau mereka yang memiliki peralatan gigi seperti kawat gigi mungkin merasa lebih mudah menggunakan sikat gigi listrik.

4 Dua kali sehari

Sikat gigi dua kali sehari selama dua menit menggunakan pasta gigi berfluorida. Menyikat gigi selama dua menit terbukti dapat menghilangkan plak yang signifikan secara klinis dan penggunaan pasta gigi yang mengandung fluorida meningkatkan tingkat konsentrasi fluorida dalam cairan biofilm (lapisan berlendir tipis di permukaan organ mulut seperti gigi dan gusi) dan air liur yang berhubungan dengan penurunan risiko pengeroposan dan remineralisasi gigi. Remineralisasi terjadi ketika mineral seperti fluorida, kalsium, dan fosfat bersatu kembali dengan email melalui konsumsi makanan dan air.

5 Menyeluruh

Saat menyikat gigi, tempatkan sikat di garis gusi pada sudut 45 derajat untuk menghilangkan plak dari atas dan tepat di bawah batas gusi dan gerakkan sikat dengan lembut maju-mundur dalam sapuan pendek. Untuk membersihkan permukaan bagian dalam gigi depan, sikat harus dimiringkan secara vertikal dan membuat beberapa sapuan ke atas dan ke bawah. Yang penting diperhatikan, semua permukaan gigi harus tersentuh ketika menyikat gigi.

6 Rawat sikat gigi

Sikat gigi harus dirawat baik-baik. Bilas sikat gigi secara menyeluruh setelah digunakan untuk menghilangkan sisa pasta dan kotoran. Simpan sikat gigi di tempat kering dan terbuka serta

dalam posisi tegak setelah digunakan dan biarkan mengering. Menyimpan sikat gigi yang lembab dalam wadah tertutup akan mendorong pertumbuhan mikroba. Sikat gigi harus diganti kira-kira setiap tiga sampai empat bulan atau lebih sering jika bulunya menjadi kusut atau berjumbai. Efektivitas sikat berkurang saat bulu menjadi aus.

7 Bakteri di sikat gigi

Sikat gigi yang sudah dipakai dan diletakkan di kamar mandi memang mengandung sejumlah bakteri tapi belum ada penelitian yang menunjukkan bakteri ini menyebabkan efek kesehatan yang merugikan. Namun, bila Anda tertarik pada sanitasi sikat gigi, maka merendam sikat gigi dalam tiga persen cairan hidrogen peroksida atau obat kumur dapat mengurangi jumlah bakteri.

8 Jangan berbagi

Sikat gigi tidak boleh digunakan bersama orang lain. Hal ini dapat mengakibatkan pertukaran cairan tubuh dan mikroorganisme di antara orang-orang tersebut. **M**



Periksa Pendengaran Si Kecil Sejak Lahir

PEMERIKSAAN PENDENGARAN PADA BAYI SEJAK LAHIR AKAN MEMBANTU MENGIDENTIFIKASI GANGGUAN PENDENGARANNYA SEJAK DINI. AGAR ANAK DAPAT TUMBUH DAN BERKEMBANG DENGAN BAIK.

Penulis: Didit Tri Kertapati



Memiliki seorang anak merupakan kebahagiaan bagi setiap orang tua. Tangis pertama yang terdengar adalah kegembiraan bagi ayah dan ibunya. Namun, selain kebahagiaan tersebut, ada hal-hal yang wajib dilakukan oleh orang tua ketika bayinya terlahir ke dunia. Salah satunya adalah memeriksakan kondisi pendengaran si kecil sejak lahir seperti yang disarankan Layanan Kesehatan Nasional Inggris (NHS).

“Tes pendengaran yang dilakukan segera setelah lahir dapat membantu mengidentifikasi sebagian besar bayi

dengan gangguan pendengaran yang signifikan dan pengujian di kemudian hari di masa kanak-kanak dapat mendeteksi masalah apa yang terlewatkan atau semakin memburuk secara perlahan,” tulis NHS.

Data Global Burden of Disease Study 2019, yang mengkaji prevalensi gangguan pendengaran selama 1990-2019, menunjukkan bahwa saat ini 1,5 miliar orang atau 20 persen populasi dunia menghadapi masalah pendengaran. Mayoritas di antaranya atau 1,16 miliar orang menderita kehilangan gangguan pendengaran ringan tapi 430 juta orang menderita gangguan moderat dan tinggi, yang bila tidak ditangani,

maka kondisinya kemungkinan semakin buruk. Dari jumlah penderita gangguan moderat dan tinggi ini, 109,4 juta orang di antaranya berada di Asia Tenggara.

Hasil survei Pusat Pengendalian Penyakit Amerika Serikat (CDC) pada 2019 menunjukkan, satu hingga dua orang per 1.000 bayi mengalami gangguan pendengaran. CDC menyarankan agar bayi harus menjalani pemeriksaan pendengaran sebelum mereka berusia satu bulan. Bayi biasanya diperiksa pendengarannya saat masih di rumah sakit, baik di kamar bayi maupun di kamar ibu mereka.

CDC menjelaskan, pemeriksaan pendengaran terhadap bayi tidak



Hasil survei Pusat Pengendalian Penyakit Amerika Serikat (CDC) pada 2019 menunjukkan, satu hingga dua orang per 1.000 bayi mengalami gangguan pendengaran.

menimbulkan rasa sakit dan memerlukan waktu beberapa menit saja. Bayi yang tidak lulus pemeriksaan akan mengikuti pengujian selanjutnya oleh audiolog terlatih sehingga dapat diketahui seberapa parah gangguan pendengarannya dan jenisnya. Bayi yang tidak lulus pemeriksaan pertama harus menjalani tes pendengaran lengkap sebelum usia tiga bulan.

Menurut NHS, apabila tidak dilakukan tes pendengaran pada bayi sejak lahir, maka ada kemungkinan masalah pendengarannya tidak terdiagnosis selama berbulan-bulan atau bahkan bertahun-tahun. Akibatnya, anak-anak dapat mengalami hambatan

dalam perkembangan bicara, bahasa, keterampilan sosial, dan pendidikan.

NHS menyebutkan, ada beberapa faktor yang menyebabkan bayi lahir mengalami gangguan pendengaran, seperti infeksi di dalam rahim atau saat lahir seperti rubella atau campak jerman dan cytomegalovirus, yang dapat menyebabkan gangguan pendengaran progresif. Faktor lain adalah kondisi bawaan yang membuat telinga atau saraf pendengaran tidak berfungsi dengan baik, kerusakan pada koklea (saraf pendengaran yang mengirimkan sinyal ke otak) karena cedera kepala yang parah, paparan suara keras atau operasi kepala, kekurangan oksigen saat lahir, serta penyakit seperti meningitis dan ensefalitis (keduanya melibatkan pembengkakan di otak).

Orang tua juga perlu memahami tanda-tanda seorang anak mengalami

gangguan pendengaran. Ciri-ciri anak yang memiliki masalah pada pendengarannya, antara lain, adalah kurangnya perhatian atau konsentrasi yang buruk, tidak merespons saat namanya dipanggil, berbicara dengan keras dan mendengarkan televisi dengan volume tinggi, kesulitan menentukan dari mana asal suara, dan salah mengucapkan kata-kata. "Bicaralah dengan dokter umum atau pengujung kesehatan jika Anda mengkhawatirkan pendengaran anak Anda. Anak Anda dapat menjalani tes pendengaran pada usia berapa pun," tulis NHS.

Menemukan masalah gangguan pendengaran pada bayi sejak dini dapat memberikan peluang bagi mereka untuk dapat terus tumbuh dan berkembang dengan baik. CDC mengatakan, semua bayi dengan gangguan pendengaran harus memulai layanan intervensi sebelum usia enam bulan.

Layanan intervensi yang dapat diterima si anak dan keluarganya, antara lain, adalah bertemu dengan seorang profesional atau tim yang terlatih untuk menangani anak-anak yang mengalami gangguan pendengaran. Para profesional ini dapat membantu keluarga dan anak belajar berkomunikasi. Tim ini dapat membantu memasang alat bantu dengar pada bayi. Keluarga dapat bergabung dengan kelompok pendukung keluarga. Keluarga juga mengakses sumber daya lain yang tersedia untuk anak-anak dengan gangguan pendengaran dan keluarga mereka. **M**



Penyebab dan Bahaya Tidur Sesaat

TIDUR SESAAT ATAU MICROSLEEP DAPAT MEMBAHAYAKAN KESELAMATAN. PENYEBABNYA BISA KURANG TIDUR ATAU KUALITAS TIDUR YANG BURUK.

Penulis: Didit Tri Kertapati

Pernahkah Anda tiba-tiba tertidur sejenak ketika tengah menonton televisi atau saat mengemudikan kendaraan. Kondisi demikian biasanya disebut sebagai *microsleep*. Menurut *WebMD*, *microsleep* adalah proses yang mengacu pada episode tidur yang berlangsung kurang dari 30 detik dan sering orang tidak menyadarinya. Bahkan, tidur sesaat ini dapat terjadi dalam momen yang berdekatan tapi gagal untuk terjaga.

Periode tidur sesaat diilustrasikan oleh *WebMD* terjadi pada saat otak Anda membalik dengan cepat antara tertidur dan terjaga dan setiap periode tidur hanya berlangsung beberapa detik. Padahal, suatu periode tidur setidaknya perlu satu menit sebelum otak dapat mencatatnya. Laman *Healthline* menyebut *microsleep* bisa terjadi kapan saja dan bahkan di saat orang sedang melakukan aktivitas penting. Menurut *Healthline*, ia bisa terjadi di mana saja, seperti di tempat kerja, sekolah, saat menonton televisi, mengemudi, atau mengoperasikan mesin, sehingga dapat membahayakan keselamatan.

Penyebab Kecelakaan

Pusat Pengendalian Penyakit Amerika Serikat (CDC) menyebut insiden kecelakaan berada di peringkat ketiga penyebab kematian di Negeri Abang Sam setelah penyakit kanker dan jantung. Menurut data Administrasi Keselamatan Lalu Lintas Jalan Raya Nasional Amerika, sebagaimana diberitakan *WebMD*, diperkirakan terjadi 6.000 kecelakaan fatal setiap tahun yang berhubungan dengan pengemudi yang mengantuk. Sebuah survei juga menunjukkan 4 persen pengemudi mengatakan bahwa mereka tertidur saat mengemudi setidaknya sekali dalam 30 hari terakhir.

Menurut *WebMD*, *microsleep* sangat berbahaya bagi pengemudi karena waktu yang dibutuhkan untuk melakukan kesalahan serius pada kemudi sangat singkat. Jika Anda tertidur selama tiga detik saat melaju dengan kecepatan 96 kilometer per jam, Anda dapat menempuh jarak sekitar 91 meter ke arah yang salah. Ini dapat membuat Anda keluar dari jalan atau ke jalur lalu lintas yang berlawanan.

Penyebab

Healthline menyebutkan bahwa penyebab pasti dari *microsleep* tidak sepenuhnya dipahami tetapi diyakini terjadi ketika bagian otak tertidur dan bagian otak lainnya tetap terjaga. Saat ini disimpulkan bahwa kurang tidur merupakan faktor risiko terjadinya *microsleep*.

WebMD menyatakan, kualitas tidur yang buruk dapat menyebabkan tidur sejenak, yang antara lain disebabkan oleh masalah diabetes dan gula darah, *sleep apnea*, tekanan darah tinggi, obesitas, depresi, dan kecemasan. Penggunaan alkohol dan obat-obatan tertentu juga dapat menyebabkan *microsleep*. Selain itu, antihistamin adalah salah satu obat yang umum digunakan yang dapat menyebabkan kantuk.

Pencegahan

Menurut *Healthline*, meningkatkan kualitas tidur akan mencegah orang tertidur di tempat dan waktu yang salah dan juga berkontribusi pada kesehatan yang lebih baik. Jumlah tidur yang cukup dapat menaikkan tingkat energi, suasana hati, dan konsentrasi sekaligus mengurangi risiko masalah kesehatan.

WebMD memberikan sejumlah saran untuk mengurangi *microsleep* dalam jangka pendek, yakni:

- Ubah apa yang Anda lakukan. Bangun

dan bergerak sangat membantu.

- Tidur siang bila Anda tidak bisa mengatasi rasa kantuk. Tidur selama 20 menit atau lebih dapat membantu mengurangi rasa kantuk.
- Berbicara dengan seseorang karena percakapan akan membangunkan sel-sel otak, mempercepat pernapasan, dan memompa oksigen ekstra ke aliran darah.
- Minum kafein, biarkan sekitar 30 menit dan cobalah untuk tidak

mengonsumsinya terlalu dekat dengan waktu tidur.

Untuk perbaikan jangka panjang, *WebMD* menyarankan agar orang meningkatkan kebiasaan tidur serta melakukan olahraga secara rutin. Pembatasan penggunaan layar ponsel menjelang waktu tidur serta menghindari makanan berat, kafein, nikotin, dan alkohol dalam beberapa jam sebelum tidur juga sangat bermanfaat. **M**



Tanda-tanda Microsleep

Meski tidak dapat diketahui secara pasti tapi *microsleep* dapat dikenali dari tanda-tanda yang terjadi pada tubuh. *Healthline* menyebutkan beberapa gejala pada tubuh sebagai tanda munculnya *microsleep*.

Gejala umum

- Tidak menanggapi informasi.
- Tatapan mata kosong.
- Menundukkan kepala.
- Mengalami sentakan tubuh secara tiba-tiba.
- Tidak dapat mengingat apa yang terjadi dalam satu atau dua menit terakhir.
- Berkedip lambat.

Tanda-tanda peringatan

- Ketidakmampuan untuk

membuka mata.

- Menguap berlebihan.
- Sentakan tubuh.
- Terus berkedip untuk tetap terjaga.

Tanda ketika mengemudi

- Keluar dari jalur.
- Berulang kali menguap.
- Kelopak mata berat.

Untuk mengatasinya, tetaplah jaga pikiran Anda saat mengemudi agar tetap waspada. Dengarkan musik dengan tempo cepat atau putar buku audio atau *podcast*. Beristirahatlah jika Anda merasa tidak mampu menahan kantuk hingga terasa kondisi fisik sudah pulih dan siap melanjutkan perjalanan.

Jangan Abaikan Imunisasi Rutin



KEMENTERIAN KESEHATAN
TETAP MENGGELAR PROGRAM
IMUNISASI LANJUTAN RUTIN
KEPADA ANAK SEKOLAH.
BERSAMAAN DENGAN
PROGRAM VAKSINASI
COVID-19.

Penulis: Didit Tri Kertapati

Setiap bulan Agustus dan November, Kementerian Kesehatan menggelar program Bulan Imunisasi Anak Sekolah (BIAS), yang memberikan vaksinasi lanjutan kepada anak-anak sekolah, yang sebelumnya telah mendapat vaksinasi dasar sejak masih bayi. Program ini pertama kali dimulai pada tahun 1984 dan sampai saat ini terus berlangsung dengan menjangkau siswa sekolah dasar (SD) yang duduk di bangku kelas 1, 2, 5, dan 6.

"Tujuannya untuk memperpanjang antibodi, memperpanjang kekebalan, terutama terhadap penyakit difteri, tetanus, campak, dan rubella, karena penyakit-penyakit ini tidak hanya dapat dialami mereka ketika masih bayi tapi juga bisa terjadi pada anak usia sekolah. Campak, misalnya, sampai usia sekolah menengah pertama masih bisa kena," kata Direktur Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Kementerian

Kesehatan, Maxi Rein Rondonuwu, ketika ditemui *Mediakom* di ruang kerjanya pada Senin, 20 Desember lalu.

Maxi menjelaskan, vaksinasi dalam program BIAS sangat penting untuk melindungi kesehatan anak pada usianya maupun di waktu mendatang. Dia mencontohkan vaksin rubella, yang bertujuan agar para perempuan bila dewasa dan hamil nanti tidak sampai mengalami sindrom rubella kongenital (CRS), yakni sekumpulan gejala penyakit yang terdiri dari katarak, penyakit jantung bawaan, gangguan pendengaran, dan keterlambatan perkembangan pada anak yang dikandungnya. Contoh lain adalah vaksin tetanus yang, menurut Maxi, dapat mencegah terjadinya tetanus neonatal, penyakit tetanus yang menyerang bayi baru lahir yang menjadi salah satu penyebab angka kematian bayi tinggi.

Hal senada juga dikatakan oleh Ketua Umum Ikatan Dokter Anak

Indonesia (IDAI), dr. Piprim Basarah Yanuarso, Sp.A.(K).. Program BIAS, kata Piprim, bermanfaat untuk memberikan perlindungan kepada anak dari penyakit yang bisa dicegah dengan vaksinasi.

Piprim berpesan agar orang tua tidak mengabaikan vaksinasi rutin ini. "Jangan sampai kita abai dengan vaksinasi rutin dan hanya berfokus pada vaksinasi COVID-19 karena penyakit-penyakit lainnya yang bisa dicegah dengan vaksinasi itu sebetulnya memiliki fatalitas yang lebih tinggi daripada COVID-19," kata Piprim dalam Seminar Awam "Tanya IDAI tentang Berita Terkini COVID-19 pada Anak" yang diselenggarakan secara daring pada 20 Desember lalu.

Program BIAS tahun 2021 ini menjangkau 4.385.640 anak SD kelas 1, 4.393.609 siswa SD kelas 2, 4.424.773 siswa SD kelas 5, dan 4.430.954 siswa SD kelas 6. Jenis vaksin diberikan pada waktu tertentu berdasarkan jenjang kelas mereka. Misalnya, siswa kelas 1 akan mendapatkan vaksin campak rubella (MR) pada bulan Agustus dan pada bulan November akan diberi vaksin difteri tetanus (DT).

Maxi mengatakan, pada prinsipnya



Maxi Rein Rondonuwu

Direktur Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Kementerian Kesehatan

anak-anak dapat menerima vaksinasi rutin ini. Hanya anak-anak yang mengidap penyakit khusus, seperti autoimun, yang harus mendapatkan rekomendasi dahulu dari dokter yang merawat sebelum menerima vaksinasi. Selain itu, "Bila pada saat mau divaksin dia dalam kondisi panas, itu kan bisa ditunda dulu, dicari penyebabnya, baru bisa dilakukan suntikan vaksin," jelas mantan Kepala Pusat Kesehatan Masyarakat Biromaru, Kabupaten Donggala, Sulawesi Tengah.

BIAS dan Vaksinasi COVID-19

Pada 14 Desember 2021, pemerintah secara resmi memulai vaksinasi COVID-19 bagi anak usia 6-11 tahun. Kegiatan ini dilakukan di 115 kabupaten/kota yang cakupan vaksinasinya untuk masyarakat umum sudah mencapai 70 persen dan orang lanjut usia 60 persen. Hal ini secara tidak langsung berdampak pada program BIAS, yang rutin dilakukan pada bulan Agustus dan November. Beberapa daerah bahkan memundurkan program BIAS ke bulan Desember.

Lantas mana yang harus didahulukan, vaksinasi BIAS atau COVID-19? "Diutamakan dulu BIAS karena tidak bisa bergeser bulan lain lagi. Jadi vaksinasi rutin yang diutamakan," kata Maxi.

Menurut Maxi, pelaksanaan BIAS sudah dijadwalkan secara rutin setiap tahun. Namun, apabila ada sekolah yang tidak bisa menjalankan program BIAS pada tahun ini karena kondisi pandemi, maka pelaksanaannya boleh ditunda ke tahun depan. "Kan ada



Tujuan vaksinasi lanjutan ini untuk memperpanjang kekebalan, terutama terhadap penyakit difteri, tetanus, campak, dan rubella, yang tidak hanya dapat menginfeksi bayi tapi juga anak usia sekolah.

(sekolah) yang tidak melaksanakan BIAS karena pandemi. Ada daerah yang memberlakukan Pemberlakuan Pembatasan Kegiatan Masyarakat (PPKM) darurat karena kasus tinggi pada bulan-bulan (pelaksanaan BIAS) itu sehingga mereka (para siswa) tidak bisa datang," ujar dia.

Dr. Nina Dwi Putri, Sp.A.(K), M.Sc. (TropPaed). dari Ikatan Dokter Anak Indonesia menyatakan, rekomendasi terbaru IDAI mengenai interval antara penerimaan vaksinasi rutin BIAS dan COVID-19 adalah dua pekan. Namun, untuk mekanisme mana yang harus didahulukan, Nina menyarankan agar sekolah mengikuti pelaksanaan di daerah setempat. "Jika ada kesempatan vaksinasi rutin dulu silakan. Jika (vaksinasi) COVID-19 dulu silakan. Karena saat ini belum semua sekolah mengadakan vaksinasi COVID-19," kata Nina. **M**





Cegah Wabah dengan Empat Vaksin

VAKSINASI LANJUTAN DALAM PROGRAM BULAN IMUNISASI ANAK SEKOLAH BERTUJUAN UNTUK MENCEGAH PENULARAN BEBERAPA JENIS PENYAKIT. AGAR TIDAK TERJADI WABAH.

Penulis: Didit Tri Kertapati

Dalam dekade terakhir, Indonesia menjadi sorotan dunia karena wabah penyakit difteri yang dikategorikan sebagai kejadian luar biasa. Pada tahun 2012 tercatat 1.192 kasus difteri dan di pengujung tahun 2017 ada 954 kasus difteri di 30 provinsi dengan jumlah kematian mencapai 44 kasus. Tingginya jumlah kasus difteri ini karena sebagian masyarakat masih menolak menerima vaksinasi.

"Kementerian Kesehatan menyebutnya 'immunity gap', yaitu kesenjangan atau kantong kosong kekebalan di kalangan penduduk di

suatu daerah akibat adanya akumulasi kelompok yang tidak mendapat imunisasi atau tidak lengkap imunisasinya sehingga rentan difteri," tulis dr. Arifianto, Sp. A., dalam bukunya, *Pro Kontra Imunisasi*.

Bayi yang baru lahir akan mendapatkan perlindungan dari penyakit difteri melalui vaksin difteri, pertusis dan tetanus (DPT) yang dikombinasikan dengan vaksin *Haemophilus influenzae* tipe B (HiB) dan polio yang disuntik ketika ia berusia 2 bulan. Bayi kemudian akan mendapat vaksinasi lanjutan pada usia 3 bulan, 4 bulan, dan 18 bulan yang dikombinasikan dengan vaksin lain sesuai ketentuan. Saat anak memasuki usia sekolah dasar atau setingkatnya, pemerintah kembali memberikan vaksinasi lanjutan melalui program Bulan Imunisasi Anak Sekolah (BIAS).

"Tujuan BIAS ini merupakan (vaksinasi) lanjutan. Kan mereka sudah mendapat vaksinasi rutin bayi seperti campak, difteri, dan tetanus. Supaya antibodi mereka tetap, maka diberikan (vaksin lanjutan) ke anak-anak sekolah," ujar Direktur Jenderal Pencegahan dan Penyakit Kementerian Kesehatan, Direktur Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Maxi Rein Rondonuwu, kepada *Mediakom* pada Senin, 20 Desember lalu.

BIAS merupakan implementasi dari kebijakan Kementerian Kesehatan tentang penyakit yang dapat dicegah dengan imunisasi (PD3I). Ada empat jenis vaksin yang diberikan dalam pelaksanaan BIAS, yakni difteri tetanus (DT), campak rubella (MR), tetanus difteri (Td), dan *human papillomavirus* (HPV). Program ini dilakukan rutin setiap tahun dengan melibatkan siswa sekolah dasar atau setingkatnya pada jenjang kelas tertentu. **M**

Penyakit yang Dapat Dicegah

PROGRAM BIAS bertujuan untuk mencegah munculnya penyakit tertentu. Berikut ini penjelasan tentang berbagai penyakit yang dapat dicegah melalui program BIAS, sebagaimana dirangkum dari buku *Pro Kontra Imunisasi*.

Difteri

Difteri adalah penyakit yang disebabkan oleh bakteri *Corynebacterium* yang masuk melalui saluran napas atas dan dapat menyebar ke berbagai organ tubuh. Upaya pencegahan penyakit ini adalah melalui pemberian imunisasi DPT sejak bayi berusia dua bulan dan dilanjutkan pada usia tiga bulan, empat bulan, dan saat di sekolah dasar.

Apabila terdapat 10 orang sehat yang belum pernah terpapar kuman difteri dan belum pernah mendapatkan imunisasi difteri, maka ketika satu dari mereka terinfeksi kuman difteri, maka tujuh dari 10 orang tersebut kemungkinan besar akan terinfeksi.

Tetanus

Tetanus adalah penyakit yang disebabkan oleh kuman yang masuk ke dalam tubuh melalui luka dan dapat menyebabkan kejang. Penyakit ini cukup mengkhawatirkan karena tetanus neonatorum, penyakit tetanus yang menyerang bayi baru lahir, telah menyebabkan kematian terhadap 8-20 persen kelahiran bayi di Indonesia.

Upaya pencegahan tetanus dilakukan melalui imunisasi yang mencakup vaksin DPT, DT, Td, dan vaksin toksoid tetanus (TT). Vaksin tetanus diberikan bersamaan dengan



Vaksinasi BIAS

BIAS merupakan implementasi dari kebijakan Kementerian Kesehatan untuk mencegah sejumlah penyakit. Vaksinasi massal dilakukan setiap tahun pada bulan tertentu dan diberikan kepada siswa sekolah dasar atau setingkatnya pada jenjang kelas tertentu.

Jenjang	Vaksin yang diberikan	Waktu pemberian
Kelas 1 SD	Campak rubella (MR)	Agustus
	Difteri tetanus (DT)	November
Kelas 2 SD	Tetanus difteri (Td)	November
Kelas 5 SD	Tetanus difteri (Td)	November
	Human papillomavirus (HPV)	Agustus
Kelas 6 SD	Human papillomavirus (HPV)	Agustus

vaksin difteri dan/atau pertusis sesuai jadwal yang sudah ditentukan. Selain tersedia dalam bentuk kombinasi dengan vaksin DPT; vaksin difteri, tetanus, dan pertusis (DPTaT); dan Vaksin Td, vaksin tetanus juga tersedia dalam bentuk tunggal (TT). Vaksin TT terutama diberikan kepada wanita hamil dan calon pengantin wanita untuk mencegah tetanus neonatorum.

Campak

Campak adalah penyakit yang ditandai dengan demam yang disertai ruam. Penyakit ini dapat menyebabkan kematian karena komplikasinya berupa pneumonia (radang paru) dan ensefalitis (radang otak). Di Indonesia, imunisasi campak rutin diberikan kepada bayi usia sembilan bulan sesuai panduan dari Badan Kesehatan Dunia (WHO) dan ketika anak memasuki sekolah dasar.

Rubella

Penyakit yang dikenal sebagai "campak Jerman" ini termasuk

penyakit ringan bagi anak-anak. Keluhan yang biasanya muncul adalah demam disertai ruam. Apabila penyakit ini menular ke wanita hamil pada trimester pertama kehamilan, ia dapat mengakibatkan wanita tersebut berisiko melahirkan bayi dengan sindrom rubella kongenital, yang ditandai bayi lahir dengan cacat bawaan.

HPV

Human papillomavirus (HPV) adalah virus yang menyerang kulit, daerah kemaluan, dan dinding leher rahim (serviks). Pemberian imunisasi HPV direkomendasikan kepada anak berusia 9-15 tahun serta pada wanita dewasa berusia 16-26 tahun. Vaksin diberikan tiga kali dengan dosis masing-masing 0,5 mililiter melalui suntikan. Vaksin HPV dapat mencegah infeksi yang menetap (persisten) dan perubahan sel menjadi prakanker. Sejumlah penelitian juga menunjukkan kemampuan vaksin HPV dalam mencegah terjadinya penyakit kulit kelamin dan dubur serta kanker dubur pada pria.



Di Antara Dua Vaksin

WAKTU PELAKSANAAN BULAN IMUNISASI ANAK SEKOLAH BERSAMAAN DENGAN VAKSINASI COVID-19 UNTUK ANAK-ANAK. DEPOK MENGAKTIFKAN KEMBALI PUSKESMAS DAN POSYANDU.

Penulis: Giri Inayah



Mary Liziawati

Kepala Dinas Kesehatan Kota Depok

Cakupan vaksinasi rutin di beberapa wilayah selama pandemi COVID-19 mengalami penurunan yang cukup signifikan. Penurunan juga terjadi di Kota Depok, Jawa Barat. Pada tahun 2019, vaksinasinya mencapai 95,8 persen tapi pada tahun 2020 hanya 74,5 persen.

Kepala Dinas Kesehatan Kota Depok, Mary Liziawati, mengatakan, penurunan ini terjadi karena masyarakat takut datang ke pusat kesehatan masyarakat (puskesmas) atau fasilitas pelayanan kesehatan lain, terutama pada saat jumlah kasus COVID-19 sedang di puncak. "Saat itu, pelayanan di puskesmas dibatasi dan pos pelayanan terpadu (posyandu) juga tidak aktif," kata dia.

Kini grafik kasus harian COVID-19 semakin landai dan cakupan vaksinasi rutin meningkat. Hingga November 2021, cakupan vaksinasi rutin di Kota Depok sudah mencapai 82,3 persen. "Mudah-mudahan bisa dipertahankan, meski ada varian COVID-19 baru. Kami akan mengaktifkan kembali posyandu dengan menerapkan protokol kesehatan yang ketat, kemudian membuka layanan vaksinasi di fasilitas kesehatan, dan melakukan pelacakan bayi dan anak usia di bawah dua tahun di tingkat rukun tetangga/rukun warga," kata Mary memaparkan strategi peningkatan cakupan vaksinasi di wilayahnya.

Mary bersyukur bahwa para orang tua cukup antusias untuk mengikuti program imunisasi dasar untuk anak. "Sudah terbentuk kesadaran masyarakat," kata dia.

Saat ini, program Bulan Imunisasi Anak Sekolah (BIAS) masih berjalan di Kota Depok. Ada sekolah yang telah menyelesaikan program itu dan ada yang masih menjalankannya hingga akhir Desember 2021. BIAS menyasar

siswa kelas 1, 2, dan 5 sekolah dasar atau sederajat.

"Pembelajaran tatap muka terbatas (PTMT) baru dimulai pada 1 Oktober dan sempat ada satu kecamatan di Depok yang menghentikan PTMT karena ada kasus COVID-19 di sekolah. Hal ini merupakan salah satu kendala pelaksanaan BIAS tidak berjalan cepat. Ada sekolah yang sudah selesai melaksanakan BIAS tapi masih ada yang saat ini melakukan (vaksinasi)," ujar Mary.

Tahun ini, BIAS berlangsung bersamaan dengan pelaksanaan vaksinasi COVID-19 untuk anak usia 6-11 tahun. Hal ini, menurut Mary, membuat orang tua lebih memilih vaksin COVID-19 untuk anak-anak mereka lebih dulu dengan berbagai alasan. "Meski demikian, kami tetap menyarankan (orang tua) untuk melaksanakan BIAS terlebih dahulu," kata dia.

BIAS ditargetkan selesai pada Desember dan saat ini vaksinasi COVID-19 sedang berlangsung. "Pada sekolah yang belum selesai (melaksanakan BIAS), biasanya vaksinasi COVID-19

diberikan kepada siswa di kelas yang tidak melaksanakan BIAS, yaitu kelas 3, 4, dan 6," kata Mary.

Menurut Mary, pelaksanaan vaksinasi COVID-19 lebih efektif dilaksanakan di sekolah karena bila dilaksanakan di puskesmas akan lambat pencapaiannya. Dalam sehari sedikitnya 38 sekolah dasar dan madrasah ibtidaiyah dapat melaksanakan vaksinasi COVID-19. Jumlah ini sesuai dengan jumlah puskesmas di sana.

"Di samping pelaksanaan oleh puskesmas, teman-teman dari TNI dan Kepolisian RI juga melaksanakan vaksinasi sendiri. Kami sudah menyusun data mengenai sekolah mana saja yang (pelaksanaan vaksinasinya) dilakukan oleh puskesmas dan mana yang akan dibantu oleh teman-teman dari TNI/Polri," Mary memaparkan.

Sasaran vaksinasi COVID-19 untuk anak-anak usia 6-11 tahun di Kota Depok adalah 197.714 orang, termasuk anak-anak di pesantren dan yang tidak sekolah serta anak-anak yang menjalani *homeschooling*. Bagi anak yang tidak bersekolah diimbau





untuk datang ke puskesmas setempat.

Pada saat vaksinasi COVID-19, anak-anak didampingi oleh orang tua mereka, berbeda dengan BIAS yang dilakukan anak-anak secara mandiri di sekolah. "Vaksin COVID-19 adalah vaksin baru. Perlu kami antisipasi. *Alhamdulillah*, tidak ditemukan keluhan apa pun setelah (mereka disuntik) vaksin COVID-19," kata Mary.

Selama 14-23 Desember 2021, 23,4 persen atau 46.348 anak di Depok sudah mendapatkan vaksin COVID-19 dosis pertama. Mereka akan mendapat dosis kedua setelah 28 hari kemudian. Saat ini, fokus vaksinasi COVID-19 dilakukan di sekolah formal yang menjadi sasaran

BIAS. Adapun bagi anak yang tidak bersekolah, vaksinasi bisa didapatkan di puskesmas.

Mary menyatakan bahwa skrining vaksinasi anak dilakukan cukup ketat, khususnya untuk tensi atau tekanan darah. "Jangan sampai ada anak yang mendapatkan vaksin dengan tensi tinggi karena tensi tinggi pada anak banyak kemungkinannya dan kami harus mengkonsultasikannya dulu kepada ahlinya. Selain itu, juga perlu dilakukan anamnesa terhadap riwayat penyakitnya," ujar Mary. Anamnesa adalah pemeriksaan medis dengan cara mewawancarai pasien atau orang tuanya untuk membuat penilaian klinis tentang status kesehatan pasien.

Menyuntik anak, menurut Mary, lebih mudah daripada menyuntik orang dewasa yang takut dengan jarum. Dengan persuasi biasanya anak-anak bisa menerima vaksinasi. Hal ini berbeda dengan orang dewasa yang takut jarum suntik dan biasanya akan melakukan perlawanan. "Anak-anak umumnya sudah siap karena sudah mendapatkan informasi sebelumnya," ujarnya. **M**



Pada sekolah yang belum selesai melaksanakan BIAS, biasanya vaksinasi COVID-19 diberikan kepada siswa di kelas yang tidak melaksanakan BIAS.



Meminimalkan Potensi Penularan COVID-19

PEMERINTAH MULAI MENGELAR VAKSINASI COVID-19 UNTUK ANAK USIA 6 HINGGA 11 TAHUN. BELUM ADA LAPORAN MENGENAI KEJADIAN IKUTAN SETELAH VAKSINASI YANG BERAT.

Penulis: Faradina Ayu

Pemberian vaksin COVID-19 untuk anak usia 6 hingga 11 tahun sudah dimulai pada 14 Desember 2021. Hal ini sesuai dengan instruksi presiden dan rekomendasi Kelompok Penasihat Teknis untuk Imunisasi Indonesia (ITAGI). "Pak Presiden melihat ini sangat penting untuk memajukan segera vaksinasi anak. Kalau yang terpapar dari anak tidak banyak, tidak seperti orang dewasa, tapi punya potensi, apalagi sekarang ada kekhawatiran kami terhadap varian virus COVID-19 baru Omicron," kata Direktur Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Kementerian Kesehatan, Maxi Rein Rondonuwu, kepada *Mediakom* pada Senin, 20 Desember 2021.

Di Afrika Selatan, tempat pertama kali Omicron ditemukan, kata Maxi, varian

virus tersebut cenderung lebih banyak menginfeksi anak-anak atau usia muda. Itu sebabnya pemerintah mengambil keputusan untuk segera melakukan vaksinasi COVID-19 kepada anak usia 6-11 tahun sebagai bentuk antisipasi terhadap munculnya varian baru tersebut.

Pelaksanaan vaksinasi pada anak ini juga diharapkan dapat memperkuat proteksi kelompok di masyarakat dan mempercepat tercapainya kekebalan kelompok. Jumlah sasaran vaksinasi anak ini mencapai 26,5 juta orang berdasarkan data sensus penduduk tahun 2020. Pelaksanaan vaksinasi akan dilakukan secara bertahap.

Tahap pertama, vaksinasi dilakukan di 115 kabupaten/kota pada 11 provinsi yang cakupan vaksinasi COVID-19 untuk masyarakat umum sudah mencapai 70 persen dan orang lanjut usia 60 persen. Per 14 Desember 2021 tercatat sekitar 8,8 juta anak akan menjadi sasaran vaksinasi di daerah tersebut. Sebelas provinsi itu antara lain adalah Banten, Daerah Istimewa Yogyakarta, DKI Jakarta, Jawa Barat, Jawa Tengah, Jawa Timur, Kalimantan Timur, Kepulauan Riau, Nusa Tenggara Barat, Sulawesi Utara, dan Bali.

Vaksin yang digunakan untuk anak-anak ini vaksin CoronaVac buatan Sinovac Biotech yang sudah mendapatkan izin penggunaan dalam keadaan darurat (EUA) dari Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM). Namun, tidak menutup kemungkinan vaksin jenis lain nanti digunakan setelah mendapat EUA dari BPOM dan rekomendasi ITAGI. "Untuk sekarang ini baru Sinovac yang punya EUA. Nanti, kalau ada vaksin lain, ya, kami pakai," ujar Maxi.

Seperti pada orang dewasa, pemberian vaksin bagi anak-anak ini dilakukan melalui suntikan ke lengan atas dengan dosis 0,5 milliliter. Vaksinasi



diberikan sebanyak dua kali dengan interval minimal 28 hari.

Sebelum divaksin, anak-anak akan diskruing terlebih dahulu sesuai format yang diatur dalam Keputusan Menteri Kesehatan Nomor HK.01.07/Menkes/6688/2021 tentang Pelaksanaan Vaksinasi COVID-19 bagi Anak Usia 6 Sampai dengan 11 Tahun. Tapi, dalam perkembangannya, menurut Maxi, format skrining ini akan ditinjau kembali dan akan dibuat lebih ringkas karena dalam pelaksanaannya jarang ditemukan anak-anak yang memiliki komorbid dan hipertensi. "Anak-anak sebenarnya, kalau dibilang (menderita) komorbid, rasanya

jarang. Jadi, skrining itu akan dibuat lebih ringkas lagi," katanya.

Secara umum, Maxi mengatakan, anak yang sehat dapat diberikan vaksinasi COVID-19. Akan tetapi, apabila anak sedang sakit atau dalam pengobatan karena penyakit tertentu, maka ia harus dikonsultasikan terlebih dahulu dengan dokter spesialis anak atau dokter yang menanganinya.

Agar anak merasa tenang ketika akan divaksin, mereka bisa didampingi oleh orang tua atau guru. Bagi orang tua yang belum mengizinkan anaknya untuk divaksin, Maxi menganjurkan agar tim vaksinasi melakukan pendekatan persuasif

kepada mereka terlebih dahulu.

Menurut Maxi, dalam sepekan pertama pelaksanaan vaksinasi, tidak ada laporan kejadian ikutan pasca-imunisasi (KIPI) yang berat. "Dari 150 ribu anak yang divaksin per Sabtu kemarin (18 Desember) yang saya pantau, belum ada laporan (KIPI berat)," kata dia.

Pelaksanaan vaksinasi dilakukan di beberapa tempat, seperti pusat kesehatan masyarakat, rumah sakit, atau fasilitas pelayanan kesehatan lain, baik milik pemerintah maupun swasta. Vaksinasi juga dilakukan di pos pelayanan vaksinasi di sekolah atau satuan pendidikan lain, lembaga kesejahteraan sosial anak (LKSA), dan sentra vaksinasi. Pembukaan pos pelayanan vaksinasi di sekolah dan LKSA dilaksanakan atas kerja sama dengan dinas pendidikan, kantor wilayah kementerian agama, atau dinas sosial setempat.

Anak-anak yang sudah selesai divaksin akan diberi sertifikat vaksin, yang juga dapat diunduh dari aplikasi PeduliLindungi. Dalam sertifikat tersebut tercantum data-data anak, seperti, nomor induk kependudukan, nama, dan tanggal vaksinasi. Adapun nomor telepon selular mereka menggunakan nomor telepon orang tua masing-masing. . M



Pelaksanaan vaksinasi pada anak ini diharapkan dapat memperkuat proteksi kelompok di masyarakat dan mempercepat tercapainya kekebalan kelompok.



Tidak Sakit Disuntik

ANAK-ANAK DAN ORANG TUA DI KECAMATAN CEMPAKA PUTIH ANTUSIAS MENGIKUTI VAKSINASI UNTUK ANAK DI DAERAH TERSEBUT. ADA BADUT DAN BINGKISAN YANG MENGHIBUR MEREKA.

Penulis: Didit Tri Kertapati & Faradina Ayu

Hari itu, Selasa, 21 Desember lalu, Farah Sakhi Afani menyambangi Sekolah Dasar Negeri Cempaka Putih Barat 01, Jakarta dengan didampingi ibunya. Siswa kelas 6 itu hendak mengikuti vaksinasi COVID-19 di sekolahnya. "Aku divaksin biar lebih sehat dan tadi pas disuntik tidak sakit. Sekarang disuruh menunggu dulu," ujar gadis berhijab ini.

Novischa, siswa lain di sekolah tersebut, datang bersama ayahnya. Setelah masuk ke gerbang sekolah, dia diberi sebuah formulir untuk diisi di sebuah ruangan yang di dalamnya sudah ada badut yang menghibur siswa. Selesai mengisi formulir, kata Novischa,

dia dipanggil ke ruangan sebelah untuk melakukan pemeriksaan kesehatan berupa pemeriksaan suhu, tekanan darah, dan kondisi kesehatan. "(Saya) ditanya punya alergi makanan, *nggak*? Langsung disuntik setelah ditanya. Pas disuntik, *nggak* sakit, *nggak* kerasa apa-apa," ujar Novischa. "Aku mau divaksin biar bisa jalan-jalan sama biar sehat *aja*."

Tak hanya anak-anak, orang tua mereka pun menyambut baik pelaksanaan vaksinasi COVID-19 bagi anak usia 6-11 tahun. Novrina, misalnya, mengaku lega karena anaknya, Andrina, siswi kelas 5 di sekolah tersebut, sudah bisa divaksin. "(Dulu) saya ngeri, ya. Kakaknya sudah divaksin semua. Saya sudah divaksin sekali. Ini (Andrina) belum divaksin. Jadi, kadang-



kadang agak riskan mau pergi ke mana-mana,” katanya kepada *Mediakom* saat mendampingi putrinya divaksin.

Menurut Novrina, Andrina tidak mengalami gejala apa pun setelah divaksin. “Saya tanya anaknya *nggak* sakit. Anaknya baik-baik saja,” ungkapnya.

Novrina sangat menyayangkan jika ada orang tua yang masih meragukan pemberian vaksin COVID-19 untuk anaknya. “Saya paling-paling bilang, vaksin itu supaya daya tahan tubuh kita lebih baik, agar di saat sakit kita masih ada pagarnya. Ini mencegah, bukan mengobati, agar tidak terlalu parah di saat kena,” ujarnya.

Kecamatan Cempaka Putih telah melaksanakan vaksinasi COVID-19 bagi anak usia 6-11 tahun sejak 14 Desember lalu dan sekitar dua ribu anak sudah mendapatkan vaksin dosis pertama. Vaksinasi di kecamatan ini menyasar

sekitar enam ribu anak yang tersebar di 21 sekolah dasar dan madrasah ibtdaiyah serta sekitar 150 anak yang bersekolah di luar kecamatan ini. “*Alhamdulillah*, sampai saat ini tidak ada keluhan. Yang takut saja juga jarang. Yang menangis juga belum ada. Saya belum menemukan,” kata Camat Kecamatan Cempaka Putih, Andri Ferdian, kepada *Mediakom*.

Selain murid sekolah dasar, ada sejumlah anak yang masih duduk di bangku pendidikan anak usia dini (PAUD) yang sudah dapat divaksin. Menurut Adri, anak-anak ini bisa mendapatkan vaksinasi di sentra vaksin di Ruang Publik Terpadu Ramah Anak (RPTRA) Matahari, pusat kesehatan masyarakat (puskesmas), dan fasilitas pelayanan kesehatan lain.

Pelaksanaan vaksinasi kecamatan ini melibatkan para petugas puskesmas setempat dan dibantu anggota TNI, Kepolisian RI, dan Badan Intelijen Negara



Belum ada laporan kejadian ikutan pascaimunisasi dengan kondisi yang serius. Hanya ada satu-dua anak yang mengaku merasa tidak enak badan.



Daerah Jakarta. Vaksinasi yang digelar setiap hari ini ditargetkan selesai pada akhir Desember 2021. Agar anak-anak nyaman mengikuti kegiatan vaksinasi, panitia menghadirkan badut dan memberikan bingkisan setelah mereka selesai disuntik. "Antusiasnya luar biasa. Apalagi dibantu dengan adanya badut dan hiburan untuk anak-anak, yang membuat mereka tertarik," kata Andri.

Menurut Kepala Puskesmas Kecamatan Cempaka Putih, dr. Murni Luciana, M.K.M., pelaksanaan vaksinasi di SDN Cempaka Putih Barat 01 melibatkan dua vaksinator, tiga dokter yang membantu proses pemeriksaan, dan enam tenaga administrasi yang membantu proses registrasi dan observasi. Murni menjelaskan, tahapan pelaksanaan vaksinasi pada anak ini pada dasarnya sama dengan orang dewasa.

Hanya saja, anak dianjurkan untuk didampingi oleh orang tua sehingga orang tua diminta untuk memastikan bahwa anaknya dalam kondisi sehat dan siap untuk divaksin. Apabila sang anak sedang dalam kondisi tidak sehat, vaksinasi akan ditunda dulu dan akan diberikan setelah anak tersebut lebih sehat.

Vaksin COVID-19 untuk anak ini diberikan sebanyak dua kali dengan interval minimal 28 hari, sehingga vaksin dosis kedua akan diberikan pada pertengahan Januari 2022. Untuk pelaksanaan vaksin dosis kedua, kata Murni, akan dilakukan di sekolah yang sama dengan pelaksanaan vaksin dosis pertama. "Sama seperti ini juga, berbasis sekolah. Kami sudah ada komunikasi dengan guru dan pihak sekolah agar mengkomunikasikannya dengan orang tua."

Murni menyebut stok vaksin untuk dosis pertama dan kedua sangat mencukupi. "Untuk vaksin, tidak ada masalah untuk Cempaka Putih," kata dia.

Menurut Murni, selama pelaksanaan vaksinasi pada 14-21 Desember lalu, belum ada laporan kejadian ikutan pascaimunisasi (KIPI) dengan kondisi yang serius. Hanya ada satu-dua anak yang mengaku merasa tidak enak badan, yang, menurutnya, masih tergolong sebagai KIPI ringan. "Kalau, misalnya, (kondisinya) serius, maka kami tetap berikan rujukan ke rumah sakit untuk penanganan-penanganan kejadian pascaimunisasi yang serius. Tapi, sejauh ini belum ada," ujarnya.

Murni berharap para orang tua segera membawa anaknya untuk menerima vaksin COVID-19 supaya bisa memberikan perlindungan kepada mereka dan menghindarkan mereka dari COVID-19. Ia menyatakan, para orang tua bisa mendatangi sentra-sentra vaksinasi di Cempaka Putih, seperti RPTRA Matahari, Rumah Sakit Umum Daerah Cempaka Putih, Puskesmas Kecamatan Cempaka Putih, dan kelurahan. **M**



dr. Murni Luciana, M.K.M.
Kepala Puskesmas Kecamatan
Cempaka Putih



Andri Ferdian
Camat Kecamatan Cempaka Putih



FOTO: FOTO: WAYANG MAS JENDRA

Waspada KIPI yang mungkin muncul

Pelaksanaan Vaksinasi COVID-19 pada anak usia 6-11 tahun sudah dimulai dan bukan tidak mungkin anak alami indikasi gejala Kejadian Ikutan Pasca Imunisasi (KIPI) setelah divaksinasi.

Segera lakukan penanganan dini, seperti memastikan anak cukup beristirahat, minum obat penurun panas jika diperlukan, memastikan anak mengkonsumsi air putih yang cukup, dan atasi rasa nyeri di tempat bekas suntikan dengan tetap menggerakkannya dan kompres dengan air dingin di bagian yang nyeri.



Nyeri pada lengan bekas suntikan



Sakit Kepala



Nyeri otot dan nyeri sendi



Mual atau muntah



Merasa Lelah



Demam suhu diatas 37,8 derajat celcius



Menggigil



Menggigil selama 1-2 hari



Alami gejala mirip flu

Jangan panik!

Segera lakukan penanganan dini jika anak alami Kejadian Ikutan Pasca Imunisasi (KIPI)



Memastikan anak cukup beristirahat



Minum obat penurun panas jika diperlukan



Memastikan anak mengkonsumsi air putih yang cukup



Atasi rasa nyeri di tempat bekas suntikan dengan tetap menggerakkan dan kompres dengan air dingin di bagian yang nyeri



Laporkan temuan KIPI yang dialami anak ke Puskesmas atau ke sentra vaksinasi



Kunta Wibawa Dasa Nugraha, SE, MA, Ph.D
Sekretaris Jenderal Kementerian Kesehatan

BELAJAR SAMBIL BERLARI

PRIA KELAHIRAN SOLO INI MERUMUSKAN TIGA PROGRAM YANG MENDUKUNG ENAM BIDANG TRANSFORMASI SISTEM KESEHATAN.

Penulis : Didit Tri Kertapati

Senin, 9 Agustus 2021 menjadi salah satu momen bersejarah dalam hidup Kunta Wibawa Dasa Nugraha, SE, MA, Ph.D. Hari itu, Kunta dilantik secara resmi sebagai Sekretaris Jenderal (Sekjen) Kementerian Kesehatan. Amanah sebagai pejabat Eselon 1 di lingkungan Kementerian Kesehatan merupakan pengalaman baru bagi pria yang sejak awal merintis karir sebagai aparatur sipil negara (ASN) di Kementerian Keuangan sesuai latar

belakang pendidikannya.

"*Nggak kebayang, terus terang saya kaget. Karena kalau melihat karir, ya karirnya di situ Kementerian Keuangan tidak pernah membayangkan lintas kementerian. Kalau lintas eselon 1 (di Kementerian Keuangan) saya sudah biasa, bolak-balik,*" ujar Kunta ketika berbincang dengan Mediakom secara daring pada 9 Desember lalu.

Pria kelahiran Solo 30 November 1968 ini lulus dari Fakultas Ekonomi Universitas Gadjah Mada pada tahun

1993. Setelah mengirimkan lamaran ke berbagai tempat termasuk melamar sebagai ASN, takdir membawa Kunta untuk menjadi seorang birokrat di Kementerian Keuangan setelah menerima Surat Keputusan Calon Pegawai Negeri Sipil (SK CPNS) pada Januari 1994. Kala itu, kisah Kunta, dirinya menerima penempatan di Badan Analisa Keuangan dan Moneter (BAKM), meski ketika penjurusan di bangku memilih Ilmu Ekonomi dan Studi Pembangunan, Kunta tidak terlalu



**UNTUK MEWUJUDKAN
3 PROGRAM ITU,
SEJUMLAH LANGKAH
REAL SEPERTI
MENGADOPSI SISTEM
PENGANGGARAN YANG
ADA DI KEMENKEU
KE KEMENKES.**



familiar dengan pekerjaan pertamanya tersebut.

Pada tahun 1997, Kunta mendapatkan beasiswa ke Boston University, Amerika Serikat. Sebelum berangkat, terlebih dahulu dirinya harus mengikuti pelatihan bahasa Inggris dan berbagai perbekalan kuliah di luar negeri lainnya. Tahun 1998, akhirnya Kunta bersiap berangkat ke Amerika, namun kekhawatiran menghinggapi dirinya karena di saat itu Indonesia tengah dilanda krisis moneter dan juga marak aksi demonstrasi menuntut reformasi.

Kekhawatiran tidak jadi mendapat beasiswa sempat melintas di benak Kunta. Selain itu, perjalanan dari Jatibening, Bekasi menuju Bandar Udara Soekarno-Hatta di Tangerang juga menjadi momen yang terus diingatnya.

"Waktu mau berangkat sekolah S2 perjuangan, saat itu sedang krisis moneter, besok mau berangkat Pak Harto turun. Waktu itu khawatir juga, tapi ternyata World Bank *committed* untuk memberikan beasiswa. Jadi saya dari tempat tinggal saat itu di Jatibening sampai ke bandar udara itu deg-degan setengah mati, untungnya sampai juga. Dan itu pertama kalinya saya naik

pesawat terbang," kenang pria asli Solo ini.

Tidak perlu lama sekembalinya dari kuliah di luar negeri, Kunta mendapatkan promosi sebagai pejabat Eselon 4 pada tahun 2000 dengan tugas mengurus pendapatan negara bukan pajak (PNBP). Tahun 2005, karir Kunta kembali meningkat setelah diangkat sebagai Eselon 3 yang mengurus analisa penerimaan perpajakan pada Direktorat Penyusunan Anggaran Pendapatan dan Belanja Negara, Direktorat Jenderal Anggaran Kementerian Keuangan. Tahun 2008, Kunta di-*rolling* menjadi kepala bidang analisa kebijakan perpajakan namun dirinya tidak lama di posisi tersebut karena pada tahun 2009 dia memilih untuk meletakkan jabatan karena ingin mengejar impiannya untuk menambah ilmu.

"Karena cita-cita mau sekolah lagi, Saya dapat beasiswa tahun 2009 saya ke Australia, jadi semua saya lepas, Eselon 3 saya lepas, istri saya juga Eselon 3 dilepas (ikut ke Australia)," kata ayah dua orang putra ini.

Mengenal Kemenkes

Pengalaman 6 tahun sebagai

Direktur Penyusunan Anggaran Pendapatan dan Belanja Negara memberikan bekal bagi Kunta untuk memahami pekerjaan di Kementerian Kesehatan meski saat itu hal yang diketahuinya lebih bersifat kebijakan belum sampai kepada aspek teknis. Pengetahuan Kunta tentang ruang lingkup kesehatan semakin bertambah ketika pandemi COVID-19 masuk ke Indonesia, dia ditunjuk menjadi salah satu perwakilan Kementerian Keuangan di Komite Penanganan Covid-19 dan Pemulihan Ekonomi Nasional (KPCPEN).

"Kemudian terjadi COVID-19, saya aktif di KPCPEN termasuk ada Pak Budi Gunadi Sadikin yang waktu itu menjadi Wakil Menteri BUMN dan saya banyak juga *engagement* dengan teman-teman Kementerian Kesehatan waktu itu terutama bagaimana meng-*handle* COVID-19, apa itu PSBB, *tracing*, *testing*, anggarannya juga kami rancang, semuanya saya lewati tak terasa," katanya.

Tiga Program

Berbekal selama mengabdikan di Kementerian Keuangan dan juga belajar di luar negeri, Kunta berusaha untuk beradaptasi dengan cepat



terkait kebijakan maupun program teknis di Kementerian Kesehatan serta hubungan dengan organisasi profesi. Sambil belajar dengan dunia barunya, Kunta kemudian merumuskan tiga program Sekretaris Jenderal Kementerian Kesehatan sekaligus mendukung 6 bidang transformasi sistem kesehatan yang juga sudah digaungkan oleh Menteri Kesehatan Budi Gunadi Sadikin.

"Karena saya Sekjen ada tiga hal yang akan saya perbaiki untuk internalnya," ujarnya.

Adapun tiga program yang menjadi fokus Kunta adalah pertama dari sisi anggaran, harus lebih efektif dan efisien. Kedua dari sisi sumber daya manusia, harus dibuat pola karir yang jelas sehingga orang yang bagus pasti akan mencapai titik tertinggi.

"Jangan sampai orang yang jelek malah naik, yang bagus malah tidak, itu yang harus *clear* mengenai SDM. Pola karir, pola mutasi, *talent pool*, *merit system* itu harus jelas betul. Ketiga mengenai organisasi, kita ingin membuat organisasi lebih baik, jadi ada struktur organisasi, anggaran dan juga SDM. Ini yang saya perkuat kembali," ungkapnya.

Untuk mewujudkan target tersebut, Kunta telah mengambil sejumlah langkah. Terkait anggaran meski dirinya baru masuk di pertengahan tahun namun tidak menghambatnya untuk melakukan komunikasi dengan Direktorat Jenderal Anggaran Kementerian Keuangan agar anggaran Kementerian Kesehatan dapat fleksibel dan menyesuaikan dengan program 6 bidang transformasi. Di sisi lain, Kunta juga mengadopsi sistem penganggaran yang ada di Kementerian Keuangan ke Kementerian Kesehatan yakni bahwa anggaran harus berdasarkan *performance base* dan jelas antara *output* serta *outcome*.

"Kalau kegiatan tidak ada hubungannya ya tidak perlu dilakukan, kalau itu kegiatan rutin ya sudah tidak perlu ada anggarannya," sebut Kunta.

Sementara untuk membenahi SDM, langkah yang diambil Kunta adalah melibatkan lembaga yang terbiasa mengelola SDM secara profesional. Harapannya nanti akan terbentuk pola karir, pola mutasi, *talent pool* dan *merit system* yang dapat berjalan baik.

"*Talent pool* harus benar-benar kita bangun, sehingga orang itu tahu

betul kekurangan saya di mana saya harus dilatih di mana, sehingga kita bisa mempersiapkan orang-orang selevel di bawah kita," ucapnya.

Dalam hal perbaikan organisasi, Kunta mengatakan bahwa saat ini sudah ada peraturan presiden yang mengatur tentang susunan organisasi dan tata kerja (SOTK) di Kementerian Kesehatan, sehingga perlu dilakukan penyesuaian dengan ketentuan tersebut dan mengisi pos-pos jabatan yang kosong kepada orang yang tepat. Hal ini diharapkan sudah terpenuhi akhir Desember tahun ini.

"Harapannya SOTK Desember akhir sudah selesai, jadi Januari akhir kita sudah bisa berlari karena sudah diisi orangnya," kata Kunta.

Di balik kesibukannya Kunta juga masih sempat meluangkan waktu untuk keluarga. Di waktu libur, Kunta biasanya menghabiskan waktu bersama keluarga dengan jalan-jalan ke tempat makan. Bakso dan soto merupakan makanan favoritnya. Kunta mengatakan, sesibuk apa pun kita harus tetap meluangkan waktu untuk keluarga.

"Kalau yang sudah berkeluarga, *me time* dengan keluarga itu penting," pesannya. **M**



Inovasi Mandiri Kampung Germas Desa Pranggong

Penulis: Giri Inayah

DESA Pranggong Kecamatan Andong, Boyolali, Jawa Tengah mengembangkan inovasi Kampung Germas Teguh Beriman. Inovasi ini diapresiasi oleh Wakil Menteri Kesehatan (Wamenkes) Dante Saksono Harbuwono karena pengembangannya dilakukan sendiri secara mandiri oleh masyarakat setempat.

Dalam kunjungannya ke Desa Pranggong, Dante menyampaikan kekagumannya atas inovasi yang dikembangkan di desa yang berjarak 43 KM dari Kabupaten Boyolali ini.

"Kita lihat di Desa Pranggong hari ini adalah bukti bahwa ini (Kampung Germas) bisa diupayakan oleh masyarakat secara mandiri. Tadi saya lihat ini tanpa dana tambahan dari pusat," ungkap Dante.

Menurut Dante, keberhasilan kesehatan dimulai dari unit yang paling kecil yang mandiri. Salah satu upaya

penanggulangan kesehatan dari unit yang kecil adalah dengan membangun iklim yang konsisten, yang terintegrasi dan bersama-sama.

"Tidak hanya di sektor kesehatan tetapi juga dari pemerintah daerah dan masyarakat. Dalam hal ini yang menjadi bukti nyata adalah adanya kampung Germas," ujarnya.

Warga Desa Pranggong telah mampu mengembangkan desanya menjadi desa yang sehat karena peran serta seluruh masyarakat. Selain itu, Dante mengatakan dengan adanya Kampung Germas ini diharapkan akan membantu mencapai target Rencana Pembangunan Jangka Menengah Nasional (RPJMN).

"Di sini masyarakat bisa berperan secara langsung, secara aktif. Tentu ini butuh inovasi. Inovasi ini mengandalkan potensi lokal yang ada. Dengan adanya Kampung Germas seperti ini, maka beberapa target bisa tercapai. Misalnya

target RPJMN mengenai stunting diupayakan untuk bisa turun," jelasnya.

Dante menjelaskan contoh Kampung Germas di Desa Pranggong akan coba diterapkan dan direplikasi pada masyarakat di tempat lainnya.

"Jadi kita akan punya dua pivot. Satu pivot yang berasal dari pemerintah yaitu upaya kesehatan dan satu pivot berasal dari masyarakat, yaitu kampung Germas dan materi ini kita akan upayakan supaya bisa teraplikasi di tempat-tempat lain di seluruh Indonesia," katanya.

Desa Pranggong adalah salah satu dari 15 Kampung Germas di Jawa Tengah. Desa ini memiliki taman bermain anak, hiasan dari sampah plastik, fasilitas kegiatan kesehatan warga, Posbindu, serta menjadi tempat pemberdayaan masyarakat dalam hal perkebunan rempah dan produksi jamu.

Melihat keberadaan Kampung Germas Desa Pranggong, Dante menilai Kampung Germas dapat menjadi akar kebangkitan sektor kesehatan hingga ekonomi yang terpuruk selama pandemi. Dengan demikian diharapkan akan semakin banyak Kampung Germas di Indonesia.

"Kita lihat bagaimana keterpurukan akibat situasi pandemi, kebutuhan kesehatan perlu ditingkatkan. Gerakan Kampung Germas, bisa bangkitkan kembali Indonesia dari sustainable unit paling kecil yaitu tingkat desa. Sudah berjalan di desa Pranggong, bagaimana potensi di daerah lain?" ungkap Dante.

Kampung Germas bisa dibangun sesuai dengan kekuatan lokal. Di Desa Pranggong, kekuatan lokal di antaranya pada pengolahan sampah, penyediaan tanaman obat, dan tanaman industri.

"Upaya ini bisa dikembangkan untuk menjadi model sistem kesehatan masyarakat di seluruh Indonesia. Kalau kita punya sistem berbasis pada sistem kesehatan yang objek dan subjeknya adalah masyarakat secara langsung, maka ini akan sangat nyata," tegasnya. **M**



Komitmen Menghapus Stigma HIV

Penulis: Faradina Ayu

HUMAN Immunodeficiency virus (HIV) dan penyakit Infeksi Menular Seksual (IMS) masih menjadi masalah kesehatan di dunia dan juga di Indonesia. HIV adalah virus yang merusak sistem kekebalan tubuh. HIV yang tidak segera ditangani akan berkembang menjadi kondisi serius yang disebut AIDS (acquired immunodeficiency syndrome). AIDS adalah stadium akhir dari infeksi HIV.

Jumlah kasus HIV di Indonesia cenderung fluktuatif. Menurut Aplikasi Asian Epidemic Modeling dan Spectrum diperkirakan terdapat 543.100 orang dengan HIV (ODHIV) yang tersebar di seluruh Indonesia.

Melihat kondisi itu, pemerintah berkomitmen akan mengakhiri AIDS pada tahun 2030. Sebagai bentuk komitmen tersebut Kementerian Kesehatan telah menyusun strategi penanggulangan HIV/AIDS dan IMS yang mengacu pada strategi global.

Namun demikian, meski upaya eliminasi HIV/AIDS terus dilakukan, capaian eliminasi HIV/AIDS di Indonesia masih jauh dari target.

Menurut Wakil Menteri Kesehatan,

dr. Dante Saksono Harbuwono, ada sejumlah penyebab yang menghambat upaya eliminasi HIV/AIDS di Indonesia di antaranya jumlah fasilitas pelayanan kesehatan yang mampu melakukan skrining HIV belum merata, serta rendahnya kesadaran ODHIV melakukan pengobatan terapi ARV.

"Saat ini kita belum mencapai 3 target eliminasi tersebut khususnya target pengobatan dan target supresi viralloadnya. Ini karena belum tersedianya fasilitas pelayanan kesehatan yang merata untuk melakukan tes dan pengobatan HIV/AIDS, tingginya *lost to follow up* pada pasien HIV/AIDS sehingga pengobatan belum optimal," terang Dante pada Puncak Peringatan Hari AIDS Sedunia 2021 di Jakarta, Rabu, 1 Desember 2021, seperti dikutip dari rilis Kemenkes.

Dari target 95-95-95, dilaporkan baru ada 75 persen ODHA yang mengetahui status HIV, dan baru 39,6 persen ODHIV yang mendapatkan obat ARV dan baru 32,4 persen ODHIV yang mendapatkan ARV sudah mengalami penurunan viralload.

Masih rendahnya target eliminasi ini,

kata Dante, juga dipengaruhi stigma dari keluarga, petugas kesehatan maupun masyarakat luas terhadap ODHIV. Minimnya dukungan dari orang sekitar turut berdampak pada rendahnya tingkat kepatuhan ODHIV melakukan pengobatan ARV.

Berdasarkan situasi tersebut, Kemenkes berkomitmen untuk menghapus stigma dan diskriminasi terhadap pasien HIV/AIDS, salah satunya dengan meningkatkan akses pelayanan pada pasien HIV secara komprehensif, terintegrasi dan bermutu.

Tiga 'Zero'

Target eliminasi AIDS pada tahun 2030 adalah tiga 'zero', yaitu tidak ada lagi infeksi baru HIV, tidak ada lagi kematian akibat HIV/AIDS, dan tidak ada lagi diskriminasi pada Orang Dengan HIV/AIDS (ODHA).

Selain itu Kemenkes juga menargetkan pencapaian target 95-95-95 pada tahun 2025 untuk mencapai ending AIDS 2030. "Kondisi itu dicapai dengan 95 persen ODHA mengetahui status HIV-nya, 95 persen ODHA dalam pengobatan ARV dan 95 persen orang yang dalam pengobatan ARV viralloadnya tersupresi," jelas Direktur Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Menular Langsung, dr. Siti Nadia Tarmizi, saat memberikan keterangan pers pada peringatan Hari AIDS Sedunia 2021 di Jakarta, Rabu, 1 Desember 2021.

Untuk mencapai target tersebut, sejumlah langkah strategis telah disusun Kemenkes bersama stakeholder terkait diantaranya menerbitkan Rencana Aksi Nasional (RAN) Eliminasi HIV/AIDS; memperluas akses pencegahan, layanan diagnosis HIV dan pengobatan ART dan infeksi oportunistik; menjalin kerjasama dengan *stakeholder* terkait serta melakukan inovasi pencegahan dan pengendalian HIV/AIDS dan IMS. **M**



Kemenkes Gandeng Pramuka Kuatkan Sistem Ketahanan Kesehatan

Penulis: Giri Inayah

KEMENTERIAN Kesehatan menggandeng Pramuka dalam peningkatan dan penguatan ketahanan kesehatan masyarakat. Hal ini dilakukan dengan melakukan penandatanganan nota kesepahaman oleh kedua pihak. Penandatanganan nota kesepahaman ini dilaksanakan dengan Kwartir Nasional Gerakan Pramuka untuk pembangunan sistem kesehatan pengendalian pandemi COVID-19.

"Kami menyadari tidak bisa bekerja sendiri. Kita juga tidak bisa melakukannya dalam bentuk program tetapi harus berbasis gerakan yang sesuai dengan Gerakan Pramuka," kata Menteri Kesehatan Budi Gunadi Sadikin, 24 Desember 2021.

Budi berharap kerja sama ini bisa terus berlanjut dan dioptimalkan dalam bentuk program yang berdampak bagi sistem kesehatan. Selanjutnya, jangkauannya juga harus diperluas, hingga kwartir cabang di kabupaten/kota.

"Kerja sama ini mestinya harus jadi program. Kita harus membuat tanda kecakapan khusus. Tapi tanda kecakapannya berkaitan dengan kesehatan," ujarnya.

Dengan demikian, akan semakin banyak sumber daya manusia di bidang kesehatan yang terampil dan berkualitas serta mendukung ketahanan sistem kesehatan. Seorang pramuka senantiasa ingat dengan janji Tri

Satya yang di antaranya menyebutkan bahwa pramuka bersungguh-sungguh menolong sesama hidup dan mempersiapkan diri membangun masyarakat.

"Untuk itu pramuka siap meneruskan perjuangan dengan ikut mengambil peran dalam reformasi sistem kesehatan nasional serta pengendalian pandemi COVID-19," kata Ketua Kwartir Nasional Gerakan Pramuka Budi Waseso.

Pada kondisi seperti sekarang ini, pramuka ikut aktif dalam berbagai aktivitas pencegahan dan penanganan COVID-19. Pramuka melakukan tugasnya dengan menjadi contoh, penyambung informasi, edukator dan pendamping di masyarakat. Melalui cara ini, pramuka berupaya meningkatkan kapasitas sekaligus memberdayakan mereka untuk lebih dalam menghadapi pandemi COVID-19.

"Pramuka tergerak untuk menjadi bagian dari penanganan pandemi. Berbagai kegiatan telah dilakukan seperti mengajak masyarakat untuk patuh terhadap protokol kesehatan, selalu bersimpati dan empati terhadap mereka yang terdampak COVID-19, membantu vaksinasi bagi masyarakat di seluruh pelosok Tanah Air," tutur Budi. **M**



Antusiasme Vaksinasi Anak 6-11 Tahun di Kemenkes

Penulis: Didit Tri Kertapati

KEMENTERIAN Kesehatan bersama Organisasi Aksi Solidaritas Era Kabinet Indonesia Maju (OASE KIM) menyelenggarakan vaksinasi COVID-19 bagi anak usia 6-11 tahun. Kegiatan ini disambut antusias oleh anak-anak serta orang tua yang mendampingi.

Ibu Negara Iriana Joko Widodo dan Wury Ma'ruf Amin ikut hadir dalam kegiatan yang diselenggarakan mulai Senin, 27 Desember 2021 tersebut, di

Auditorium Siwabessy, Kemenkes. Sejak pagi, ratusan anak-anak telah hadir untuk mengikuti vaksinasi sekaligus tatap muka dengan Ibu Negara.

Ibu Negara mengatakan, saat menyaksikan kegiatan vaksinasi tidak tampak anak yang cemas maupun takut kala akan mendapatkan suntikan di lengannya. "Saya tadi melihat situasi kondisi anak-anak semuanya tidak ada yang takut semuanya gembira dan semuanya sudah divaksin," kata Iriana.

Sementara itu istri Menteri Kesehatan, Ida Rachmawati berharap kegiatan ini dapat menjadi sarana sosialisasi bagi para orang tua yang anak-anaknya belum divaksin COVID-19 agar segera membawa ke sentra vaksinasi.

"Kami harapkan kepada para orang tua yang anak-anaknya belum divaksin kami tunggu di Kementerian Kesehatan di Kuningan untuk segera memvaksinasi anak-anaknya,"

ucap Ida.

Program vaksinasi untuk anak usia 6-11 tahun resmi dilakukan oleh pemerintah mulai 14 Desember lalu di tiga provinsi yakni Provinsi DKI Jakarta, Provinsi Jawa Barat dan Provinsi Banten. Selanjutnya daerah yang cakupan vaksinasi dosis pertama telah mencapai 70% penduduk dan vaksinasi lansia sudah diberikan kepada 60% di wilayahnya maka diperbolehkan untuk menyelenggarakan vaksinasi anak-anak.

Pelaksanaan vaksinasi COVID-19 anak usia 6-11 tahun berlangsung sejak 27-29 Desember di Gedung Prof. Sujudi Kemenkes. Menurut Ida, vaksinasi COVID-19 bagi anak-anak sangat penting untuk menjaga keselamatan di era pandemi ini.

"Saya yakin semua orang tua dimanapun berada menginginkan anak-anaknya sehat apalagi di masa pandemi yang saat ini belum sepenuhnya berlalu," imbuhnya. **M**



Menkes Lantik Empat Pejabat Eselon I

Penulis: Faradina Ayu

MENTERI Kesehatan, Budi Gunadi Sadikin melantik empat pejabat eselon I di lingkungan Kementerian Kesehatan. Pelantikan ini sejalan dengan rencana Kemenkes untuk melakukan transformasi sistem kesehatan nasional dalam rangka mengantisipasi pandemi yang akan datang.

Pelantikan dilaksanakan pada Rabu, 15 Desember 2021 di Kantor Kemenkes, Kuningan, Jakarta. Empat pejabat eselon I tersebut antara lain Dr. dr. Maxi Rein Rondonuwu, DHSM, MARS sebagai Direktur Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit; Dr. Dra. Lucia Rizka Andalusia, Apt, M.Pharm, MARS sebagai Direktur Jenderal Kefarmasian dan Alat Kesehatan; drg. Arianti Anaya, MKM sebagai Direktur Jenderal Tenaga Kesehatan dan Setiaji, ST. M.Si sebagai Staf Ahli Menteri Kesehatan Bidang Teknologi Kesehatan.

“Setiap krisis memberikan kesempatan dan peluang bagi kita untuk melakukan transformasi menjadi yang lebih baik, tugas utama dari bapak dan ibu adalah memastikan bahwa transformasi sektor kesehatan

Indonesia ke depannya menjadi jauh lebih baik,” kata Budi.

Kepada Direktur Jenderal Kefarmasian dan Alat Kesehatan, Budi berpesan agar dapat memastikan sistem ketahanan kesehatan Indonesia ke depan jauh lebih kuat terutama dengan didukung oleh ketersediaan obat-obatan, alat-alat medis, alat kesehatan, vaksin yang diproduksi, diteliti dan juga didistribusikan sampai ke seluruh pelosok Indonesia.

“Kesiapan rantai pasok dari hulu ke hilir penguasaan teknologi untuk pengembangan obat-obatan dan alat kesehatan harus dibangun di negeri kita ini,” ujarnya.

Selanjutnya, Budi mengatakan jajaran di Direktorat Jenderal Pencegahan dan Pengendalian Penyakit harus mampu mengendalikan sumber penyakit yang mungkin bukan berasal dari manusia saja. Di samping itu, juga harus melakukan surveilans dan monitoring, melakukan pencegahan-pencegahan agar idealnya jangan sampai wabah penyakit terjadi.

“Tindakan-tindakan strategis yang harus dilakukan agar proses identifikasi,

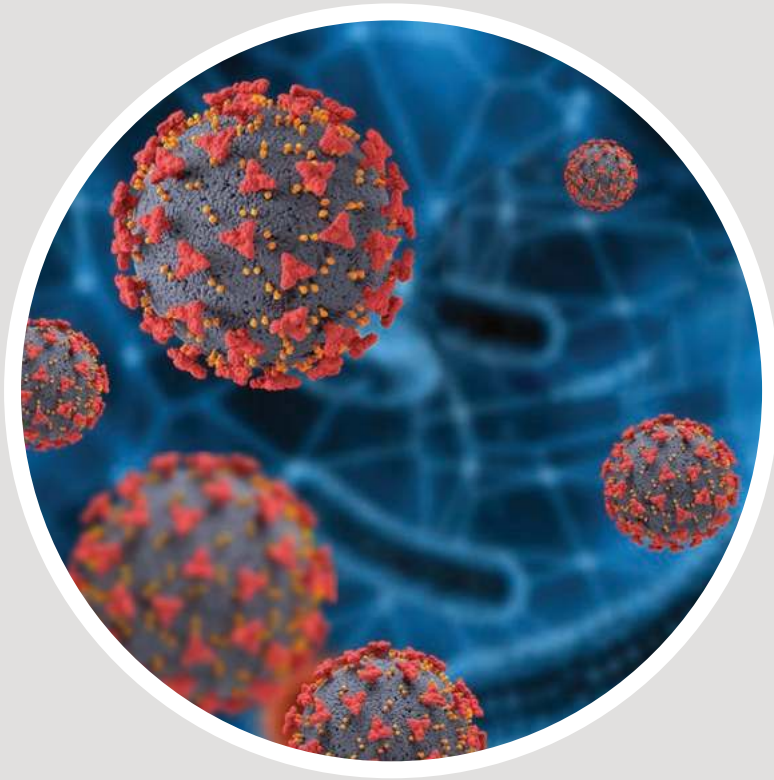
proses surveilans, proses di sisi hulu dari pencegahan penyakit baik menular maupun tidak menular. Seharusnya lebih kita kuatkan dibandingkan dengan hanya merespon di sisi hilir, di sisi kuratif pada saat rakyat kita sudah mulai sakit,” ucapnya.

Ada tiga isu yang menjadi tugas utama Direktur Jenderal Tenaga Kesehatan yaitu dari sisi jumlah dokter, dari sisi distribusi dan dari sisi kualitas dokter.

Selain itu, Budi berharap kepada Staf Ahli Menteri Bidang Teknologi Kesehatan Menkes agar segera mengimplementasikan penggunaan teknologi informasi dalam mendukung perubahan layanan kesehatan maupun diagnostik kesehatan, seperti, sistem database yang baik, mekanisme kecerdasan buatan, *machine learning* dan *internet optic*.

“Layanan teknologi informasi harus ditujukan untuk melayani rakyat, bukan untuk melayani pejabat. Hindarilah aplikasi-aplikasi yang merepotkan seluruh tenaga kesehatan kita hanya untuk memuaskan atau melayani pejabat,” tegasnya.

Tak hanya melantik empat pejabat eselon I, Budi juga melantik dr. Andi Saguni, MA sebagai Direktur Utama Rumah Sakit Umum Pusat Fatmawati. Kepada Andi, Budi juga menitipkan tiga hal antara lain, yang pertama, RSUP Fatmawati harus menjadi *center of excellent* untuk bidangnya di Asia Tenggara dan yang kedua, seluruh rumah sakit vertikal harus bisa memastikan budaya penelitian harus dibangkitkan. Ketiga, RSUP Fatmawati harus menjadi pengampu bagi rumah sakit-rumah sakit lain di daerah sekitarnya dan di seluruh Indonesia. **M**



Omicron Pertama Masuk Indonesia

Penulis: Didit Tri Kertapati

KEMENTERIAN Kesehatan (Kemenkes) menyampaikan informasi perkembangan kasus varian Omicron COVID-19 yang masuk ke Indonesia. Kasus pertama Omicron ini ditemukan pada 15 Desember 2021 dengan 1 pasien terkonfirmasi.

"Kementerian Kesehatan tadi malam telah mendeteksi ada seorang pasien inisial 'N' terkonfirmasi Omicron pada tanggal 15 Desember," ucap Menteri Kesehatan (Menkes) Budi Gunawan Sadikin pada 16 Desember 2021 melalui saluran YouTube Kementerian Kesehatan.

Terungkapnya kasus pasien COVID-19 terjangkit Omicron di Indonesia ini bermula dari pengambilan sampel rutin bagi para petugas yang bekerja di Wisma Atlet Pademangan pada tanggal 8 Desember 2021. Sampel tersebut kemudian dikirimkan ke Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan (Balitbangkes) Kemenkes pada 10 Desember 2021 untuk dilakukan penelitian melalui *whole genome sequencing* (WGS). Hasil WGS menunjukkan ada tiga petugas

kebersihan wisma atlet yang positif COVID-19 dan salah satunya terkonfirmasi positif omicron.

"Tanggal 15 keluar hasil *gynome sequence* dari tiga orang ini, satu adalah omicron yang dua bukan. Untuk yang satu ini sudah kami *double check* ke GISAID dan memang terkonfirmasi omicron," sebut Menkes.

Sejak pertama kali dilakukan pengambilan sampel ketiga, pekerja ini tidak memiliki gejala seperti batuk maupun demam, secara kondisi fisik mereka juga tampak sehat. Meski tanpa gejala mereka bertiga tetap melakukan isolasi di wisma atlet.

"Ketiga pasien ini di karantina di wisma atlet dan tanpa gejala, mereka juga sudah diambil PCR keduanya dan hasil PCR-nya semuanya negatif," terang Menkes.

Budi menambahkan di luar satu pasien yang sudah terkonfirmasi positif Omicron, Kemenkes juga mendeteksi lima kasus *probable* Omicron. Namun, lima kasus ini masih belum dipastikan dipastikan positif omicron. Saat ini, sedang menjalani tes PCR dengan spesifikasi yang khusus.

"Kelima ini masih *probable* dan sample sudah dikirim ke Balitbangkes dan diharapkan dalam tiga hari ke depan kita sudah bisa mengkonfirmasi apakah benar ini Omicron atau tidak," ucap Budi.

Kelima orang yang saat ini berstatus *probable* terdiri dari dua orang warga negara Indonesia (WNI) yang baru pulang dari Amerika Serikat dan Inggris serta tiga orang warga negara Tiongkok yang datang ke Manado dan saat ini sudah menjalani karantina di Manado.

Budi menyampaikan dengan diumumkan temuan pasien positif Omicron di Indonesia masyarakat diminta untuk tidak panik dan tetap beraktivitas seperti biasa. Karena penularan Omicron sangat cepat masyarakat diharapkan untuk tetap disiplin menggunakan masker dan menjaga protokol kesehatan.

"Pesan dari kami adalah tidak usah khawatir, tidak usah panik, tetap hidup seperti biasa yang penting adalah jaga kewaspadaan, jangan kendor disiplin protokol kesehatan, memakai masker dan menjaga jarak, pastikan jangan terlalu berkerumun," imbuhs Menkes. **M**



Dokter Kecil di Boyolali

Wakil Menteri Kesehatan Dante Saksono Harbuwono mengunjungi Sekolah Dasar Negeri 9, Boyolali, Jawa Tengah pada Jumat, 10 Desember 2021, dalam penguatan pembangunan kesehatan di Kabupaten Boyolali melalui program Dokter Kecil. Program ini mengenalkan siswa kepada usaha kesehatan sekolah dan perilaku hidup sehat dan bersih. Para dokter kecil diharapkan akan menjadi kader kesehatan yang menyebarkan kesadaran tentang pentingnya kesehatan kepada teman, keluarga, dan lingkungannya. **M**

Penulis : Wayang Mas Jendra

Foto : Dok. Kemenkes RI









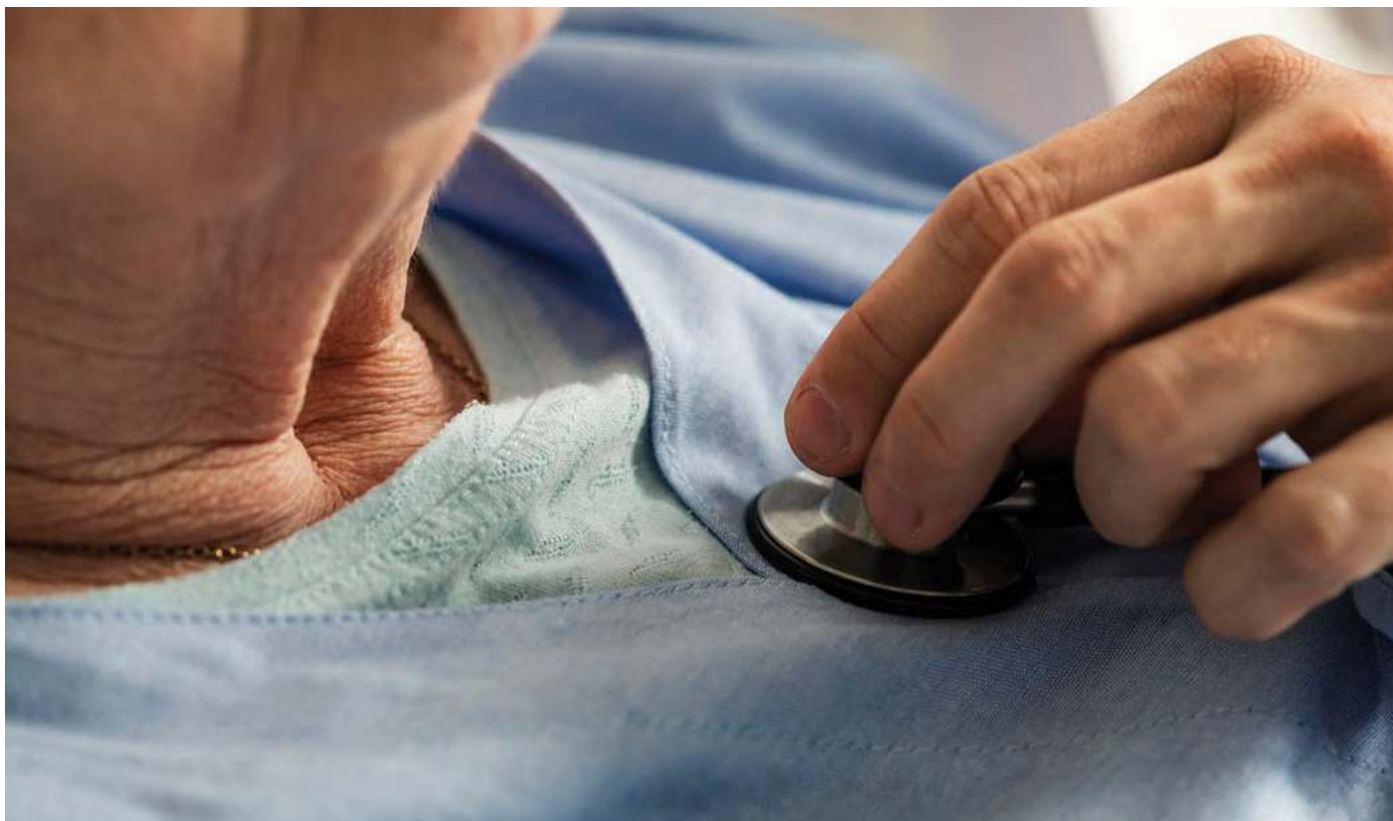
Kick off Vaksinasi COVID-19 untuk Anak

Pemerintah secara resmi melaksanakan *kick off* vaksinasi COVID-19 untuk anak usia 6-11 tahun pada Selasa, 14 Desember 2021. Hal ini dilaksanakan di sejumlah sekolah seperti Sekolah Dasar Negeri (SDN) 03, Cempaka Putih, Jakarta; SDN 01 Depok, Jawa Barat; dan SDN 03 Rawa Buntu, Kota Tangerang Selatan. Vaksinasi ini diharapkan dapat mendukung kegiatan pembelajaran tatap muka berjalan dengan aman dan segera bisa diterapkan di seluruh daerah. **M**

Penulis : Wayang Mas Jendra

Foto : Dok. Kemenkes RI





Detak Jantung sebagai Risiko Demensia

PENELITI SWEDIA
MENYIMPULKAN BAHWA
PENINGKATAN DENYUT
JANTUNG PADA ORANG USIA
LANJUT MENJADI INDIKATOR
FAKTOR RISIKO DEMENSIA.

Penulis: Didit Tri Kertapati

Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Karolinska Institutet di Swedia menyimpulkan bahwa peningkatan denyut jantung pada orang usia lanjut menjadi indikator faktor risiko demensia. Hasil penelitian tersebut telah dipublikasikan dalam jurnal *Alzheimer's & Dementia: The Journal of the Alzheimer's Association* pada 3 Desember lalu.

"Kami percaya (hasil penelitian ini) akan bermanfaat untuk mengeksplorasi apakah detak jantung saat istirahat dapat mengidentifikasi pasien dengan risiko demensia tinggi," kata Yume Imahori, peneliti di Departemen Neurobiologi, Ilmu Perawatan dan Masyarakat, Karolinska Institutet.

Menurut *Science Daily*, detak jantung saat istirahat mudah diukur

dan dapat diturunkan melalui olahraga atau perawatan medis. Para peneliti percaya bahwa hal ini dapat membantu mengidentifikasi orang-orang dengan risiko demensia yang lebih tinggi untuk mendapat intervensi dini.

Menurut *Mayo Clinic*, demensia adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan sekelompok gejala yang mempengaruhi memori, berpikir, dan kemampuan sosial cukup parah sehingga mengganggu kehidupan sehari-hari. Meskipun demensia pada umumnya tampak sebagai kehilangan ingatan tapi kehilangan ingatan bisa disebabkan oleh berbagai faktor.

Kehilangan ingatan saja tidak berarti orang menderita demensia, meskipun sering kali hal ini merupakan salah satu tanda awal dari kondisi tersebut. Demensia bukan penyakit tertentu tetapi

beberapa penyakit dapat menyebabkan demensia. Penyakit alzheimer adalah penyebab paling umum dari demensia progresif pada orang dewasa yang lebih tua tetapi ada sejumlah penyebab lain dari demensia.

Dalam studi Karolinska Institutet ini, para peneliti memeriksa apakah detak jantung saat istirahat pada 2.147 orang berusia 60 tahun atau lebih dan tinggal di Stockholm berhubungan dengan demensia dan penurunan kognitif, terlepas dari faktor risiko lain yang diketahui, seperti penyakit kardiovaskular. Penelitian yang diikuti peserta hingga 12 tahun ini menunjukkan bahwa individu dengan denyut jantung saat istirahat mencapai 80 kali per menit atau lebih tinggi memiliki rata-rata risiko 55 persen lebih tinggi mengalami demensia dibandingkan dengan denyut jantung 60-69 kali per menit. Hubungan tersebut tetap signifikan setelah disesuaikan dengan potensi pembaur, seperti berbagai penyakit kardiovaskular. Namun, para peneliti mengingatkan bahwa hasilnya mungkin telah dipengaruhi oleh kejadian kardiovaskular yang tidak terdeteksi dan banyak peserta dengan penyakit kardiovaskular meninggal selama masa tindak lanjut sehingga tidak berkembang ke arah demensia.

Penelitian berdasarkan data dari Studi Nasional Swedia tentang Penuaan dan Perawatan di Kungsholmen (SNAC-K) ini tidak dapat menunjukkan hubungan sebab-akibat. Meski demikian, tim peneliti yang dipimpin oleh dosen senior Chengxuan Qiu ini memberikan penjelasan untuk hubungan tersebut, termasuk efek dari penyakit kardiovaskular yang mendasari dan faktor risiko kardiovaskular, arteri yang kaku, dan ketidakseimbangan antara aktivitas saraf simpatik dan parasimpatis terhadap risiko mengalami demensia.



“Jika kita mengikuti fungsi kognitif pasien tersebut dengan hati-hati dan melakukan intervensi lebih awal, timbulnya demensia mungkin tertunda, yang dapat berdampak besar pada kualitas hidup mereka,” kata Yume Imahori, penulis utama hasil penelitian tersebut.

Alzheimer’s Disease International memperkirakan jumlah orang yang hidup dengan demensia secara global akan meningkat, dari 55 juta pada tahun 2020 menjadi 139 juta pada tahun 2050. Saat ini, tidak ada obat untuk demensia tetapi semakin banyak bukti menunjukkan bahwa mempertahankan gaya hidup sehat dan kesehatan kardiovaskular dapat membantu menunda timbulnya demensia dan meredakan gejalanya.

Mayo Clinic juga menyarankan orang yang memiliki masalah dengan pendengaran agar segera mengobatinya karena memiliki peluang lebih besar untuk mengalami penurunan kognitif. Perawatan dini gangguan pendengaran, seperti penggunaan alat bantu dengar, dapat membantu mengurangi risiko demensia. Mengobati tekanan darah tinggi, kolesterol tinggi, dan diabetes serta menurunkan berat badan jika mengalami kelebihan berat badan juga disarankan sebagai upaya untuk mengurangi risikonya. **M**



Alzheimer’s Disease International memperkirakan jumlah orang yang hidup dengan demensia secara global akan meningkat, dari 55 juta pada tahun 2020 menjadi 139 juta pada tahun 2050.

Saudi Perketat Protokol Kesehatan Dua Masjid Suci

ARAB SAUDI MEMPERKETAT ATURAN PENANGANAN PANDEMI SETELAH TERJADI KENAIKAN KASUS HARIAN. MEMAKAI MASKER DAN MENJAGA JARAK BERLAKU KEMBALI DI MASJIDIL HARAM DAN MASJID NABAWI.

Penulis: Didit Tri Kertapati

Kenaikan jumlah kasus COVID-19 yang terjadi di bulan Desember 2021, terutama setelah kemunculan varian Omicron, membuat negara-negara memperketat kembali sejumlah aturan dalam penanganan pandemi. Pemerintah Kerajaan Arab Saudi mewajibkan kembali aturan memakai masker dan menjaga jarak mulai Kamis, 30 Desember 2021,

Arab News melaporkan, pada 29 Desember lalu, terdapat 744 kasus baru COVID-19 di Arab Saudi yang tersebar di beberapa wilayah, yakni 187 kasus di Riyadh, 155 di Mekah, 149 di Jeddah, 32 di Hofuf, 22 di Madinah, 22 di Al-Mubarratz, 18 di Al-Khobar, 16 di Arar, dan 14 di Dammam. Total kasus di negeri itu mencapai 554.665 dengan 8.874 orang meninggal karena virus corona.

Sekitar 25 juta dari 35,6 juta penduduknya sudah mendapat vaksin COVID-19 dosis pertama dan 23,1 juta lebih penduduk sudah disuntik vaksin

penuh. Bahkan, 2,3 juta lebih penduduk sudah mendapat vaksin penguat atau *booster*.

Orang-orang yang mukim di Saudi diharapkan untuk mematuhi aturan baru ini. "Orang-orang yang tinggal di Arab Saudi didesak untuk mengikuti protokol baru untuk menghindari hukuman karena gagal mematuhi langkah-langkah pencegahan," tulis *Arab News*.

Saudi melonggarkan aturan pencegahan COVID-19 sejak Oktober lalu, ketika jumlah kasus harian COVID-19 melandai di bawah angka 50. Masyarakat diizinkan untuk berkumpul dan melepas masker bila sudah menerima vaksin penuh. Kewajiban memakai masker di

ruang terbuka dicabut tapi masyarakat masih memakai masker di ruang tertutup atau tempat yang tidak dipantau Tawakkalna, aplikasi pelacak COVID-19 seperti PeduliLindungi di Indonesia. Aturan jarak sosial juga dicabut. Ruang publik, seperti restoran dan bioskop, diizinkan untuk beroperasi dengan kapasitas penuh dengan syarat orang yang datang sudah divaksin penuh dan dipantau dengan Tawakkalna.

Kini, aturan itu diperketat lagi ketika jumlah kasus harian merambat naik hingga 744 kasus sehari pada 29 Desember lalu. Aturan baru ini juga berlaku di Masjidil Haram di Mekah dan Masjid Nabawi di Madinah. Para jamaah, baik yang hendak





mengerjakan salat maupun umrah, harus mengikuti aturan baru ini.

Saudi Gazette melaporkan, pemerintah telah memutuskan untuk menerapkan kembali aturan jarak fisik di antara jamaah dan jamaah umrah dalam membentangkan sajadah dan saat melakukan tawaf (berputar mengelilingi Kabah) untuk menjaga kesehatan dan memastikan keselamatan jamaah haji. Para petugas dan pengunjung dua masjid suci itu juga diminta memperhatikan waktu-waktu beribadah, baik ketika salat maupun umrah, berdasarkan pedoman di aplikasi Eatmarna dan Tawakkalna serta sesuai dengan instruksi yang dikeluarkan oleh otoritas di Dua Masjid Suci. **M**

“

PARA PETUGAS DAN PENGUNJUNG DUA MASJID SUCI ITU JUGA DIMINTA MEMPERHATIKAN WAKTU-WAKTU BERIBADAH, BAIK KETIKA SALAT MAUPUN UMRAH, BERDASARKAN PEDOMAN DI APLIKASI EATMARNA DAN TAWAKKALNA.

Kasus Omicron di Eropa dan Amerika

JUMLAH kasus harian COVID-19 di seluruh dunia meningkat hingga 1,73 juta pada 29 Desember lalu—angka tertinggi sejak Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menyatakan COVID-19 sebagai pandemi pada Maret 2020. Prancis mencatatkan rekor kasus harian baru lebih dari 200 ribu, dua kali lipat dari jumlah kasus pada hari natal sehingga memperpanjang penutupan klub malam hingga Januari 2022. Denmark saat ini tercatat memiliki tingkat infeksi per orang tertinggi di dunia dengan rekor 23.228 infeksi baru. Di Amerika Serikat, varian Omicron sudah membanjiri rumah sakit, mencatat rata-rata kasus harian dalam sepekan di akhir Desember mencapai 301 ribu lebih.

WHO menyatakan, risiko yang ditimbulkan oleh varian Omicron yang menyebar cepat dan masih sangat tinggi. “Bukti dan konsisten menunjukkan bahwa varian Omicron

memiliki keunggulan pertumbuhan dibandingkan varian Delta dengan waktu penggandaan dua hingga tiga hari dan peningkatan pesat dalam kejadian kasus terlihat di sejumlah negara,” demikian kata organisasi itu dalam laporan mingguannya.

WHO menyebut varian Delta dan Omicron sebagai “ancaman kembar” yang mendorong jumlah kasus ke rekor tertinggi, yang menyebabkan lonjakan pasien di rumah sakit dan kematian. “Saya sangat prihatin bahwa Omicron, yang lebih menular, beredar pada saat yang sama dengan Delta, yang menyebabkan tsunami kasus,” kata Direktur Jenderal PBB Tedros Adhanom Ghebreyesus. “Ini akan terus memberikan tekanan besar kepada petugas kesehatan yang kelelahan dan sistem kesehatan di ambang kehancuran. Mereka yang tidak divaksin berkali-kali lebih berisiko meninggal karena salah satu varian.”

Menolak Mentalitas Instan

Penulis: Prawito

JALAN PINTAS MEMANG TERLIHAT LEBIH NYAMAN DIJALANI. NAMUN JIKA TERUS MENERUS DILAKUKAN, MAKA AKAN MENCIPTAKAN MENTAL INSTAN JUGA.



Ada beberapa alasan orang memilih jalan pintas dalam hidupnya. Tentu saja karena jalan pintas ini dianggap mudah dan cepat dilakukan. Apa yang mereka inginkan mudah didapat dan cepat prosesnya. Hanya butuh waktu yang singkat. Tidak perlu bersusah payah menjalaninya dengan proses yang panjang. Bahkan hanya sedikit modal yang dibutuhkan. Tapi sudah mendapat penghasilan yang besar.

Mereka yang sudah menjalani profesi jalan pintas, akan terus menerus melakukannya. Dia merasa tidak ada pilihan lain, kecuali apa yang sedang dijalani. Sekalipun ada keinginan berganti profesi yang lebih terhormat, karena sulit dan proses panjang, akhirnya kembali lagi ke jalan pintas.

Mudah dan cepat dapat, telah menjadi zona nyaman bagi pelakunya. Sulit beralih pada zona lain. Sebab zona lain akan terasa

tidak nyaman. Sebab itu, ia akan terus berusaha dan akan tetap berada pada zona nyaman yang sudah dirasakan selama ini. Walau mereka terkadang juga sadar dengan bertanya pada diri sendiri, sampai kapan akan menjalani profesi instan ini? Karena sulit berpindah, akhirnya ia tetap berada pada zona tersebut sampai waktu dan keadaan yang memaksanya berhenti. Beralih kepada pekerjaan lain dengan terpaksa dan berat hati, karena tidak ada pilihan lain.

Terbiasa dengan jalan pintas akan menciptakan mental instan juga. Karena sudah menjadi mental akan sulit menghilangkannya. Sekalipun demikian, bukan berarti tidak bisa berubah. Masih mungkin mental instan itu berkurang, bahkan hilang, berubah menjadi mental pejuang yang bermartabat. Bagaimana caranya?

Pertama, berfikir kritis. Pelaku harus memulai berpikir kritis terhadap perilaku dirinya dengan bertanya sampai kapan menekuni jalan pintas? Karena manusia tak akan selamanya muda, kuat, dan cantik. Setelah tua dan lemah tak mungkin lagi mengerjakan jalan pintas, misal saat memilih pekerjaan di dunia prostitusi.

Kemudian berpikir, kalau anak, orang tua dan saudaranya tahu tentang pekerjaan jalan pintas, pasti akan malu. Apakah harus terus menutupi dengan berbohong dan beralibi dengan mereka? Karena serapat-rapatnya menutup bangkai akan tercium juga bau busuknya. Apakah merasa nyaman mendapat penghasilan dengan cara pintas, kemudian diberikan kepada orang tua, menghidupi anak dan keluarga?

Pertanyaan di atas akan membantu menggugah kesadaran diri, sehingga dapat memilah dan memilih yang lebih rasional dan realistis dalam menjalani

hidup. Lebih memilih hidup normal yang sesuai dengan kaidah moral, agama, budaya dan hati nuraninya. Sebab, sesuatu yang buruk pasti mendapat penolakan dari dalam hatinya. Sebab itu, harus meningkatkan daya tolak hati dengan menyuburkan berfikir kritis. Sebaliknya, daya tolak akan semakin lemah dan tak berdaya, bila terus memaksakan jalan pintas dan mematikan berfikir kritis.

Kedua, berani hadapi kenyataan hidup. Jadi, harus berani menjalani apa adanya. Tidak ada dusta dalam dirinya. Siap mengikuti gelombang pasang dan surut, susah dan senang, lapang dan sempitnya hidup. Ketika gelombang pasang ikut naik, gelombang turun ikut surut. Tidak melawan arus, sebab bisa tergulung. Terus berusaha mencari cara keluar dari masalah. Bersabar menjalani ketidaknyamanan dan tetap optimis menatap masa depan yang lebih baik.

Memang menjalani kenyataan hidup yang tidak disukai itu berat. Tapi lebih berat bebannya kalau terus menerus menolak kenyataan dengan cara berpura-pura. Sebab akan membohongi diri sendiri terus menerus. Miskin, berpura-pura kaya dengan berpenampilan mewah. Sedih, hati menjerit, seolah-olah bahagia, padahal penuh dengan kepalsuan.

Menjalani hidup apa adanya lebih ringan, selama tidak melanggar. Ia tetap terhormat dan mulia dimata orang lain. Tak butuh energi untuk menutup-nutupi. Siap dan tahan menanggung derita, sambil memperbaiki dan meningkatkan kualitas hidup. Lebih mungkin untuk mencapai hidup bahagia dengan penampilan sederhana dan bersahaja, tanpa harus berpura-pura. Nah, semua pilihan itu kembali kepada yang akan menjalani, mau pilih yang mana? **M**



Terbiasa menjalani kehidupan sehari-hari dengan jalan pintas akan menciptakan mental instan. Mudah dan cepat dapat, hal ini yang membuat seseorang nyaman untuk tetap bertahan.

Tari Tradisional Ini Dikenal di Mancanegara

TARI-TARI TRADISIONAL DARI BERBAGAI DAERAH INI MEMILIKI KARAKTERISTIK SENDIRI. TAK HERAN JIKA BERHASIL GO INTERNATIONAL.

Penulis: Resty Kiantini



1 Tari Jaipong

Tarian yang berasal dari Jawa Barat ini merupakan gabungan dari beberapa seni tradisional seperti pencak silat, ketuk tilu, wayang golek, dan lain-lain. Menurut detik.com, Tari Jaipong diciptakan oleh seniman Jawa Barat Gugum Gumbira berasal dari Bandung dan Suanda dari Karawang pada tahun 1975. Ciri khas tarian ini adalah gerak tari tradisi yang ada pada Keliningan/ Bajidoran. Dengan diiringi alat musik degung sehingga menambah suasana ceria sehingga banyak orang turut menari saat menonton Jaipong. Tari Jaipong biasanya disuguhkan sebagai tarian menyambut tamu mancanegara yang berkunjung ke Jawa Barat.



2 Tari Saman

Tari Saman adalah tarian tradisional yang berasal dari Tanah Tinggi Gayo Aceh. Tari saman diciptakan oleh Syekh Saman, seorang ulama asal Gayo di Aceh Tenggara. Dilansir dari travel.detik.com, UNESCO tahun 2011 telah menetapkan Tari Saman sebagai "Representative List of The Intangible Cultural Heritage of Humanity". Tarian ini merupakan sarana dakwah yang diselenggarakan pada hari pada hari penting adat masyarakat Aceh atau memperingati kelahiran Nabi Muhammad SAW. Keunikan Tarian Saman adalah pada suara yang dihasilkan dari gerakan tepuk dada dan tepuk tangan para pemainnya dengan posisi duduk.



3 **Tari Piring**

Tari piring berasal dari tanah Minangkabau Sumatera Barat. Oleh perpustakaan.id, dikatakan asal mula munculnya tarian ini adalah sebuah ritual ucapan rasa syukur masyarakat kepada Tuhan yang memberikan hasil panen yang melimpah. Di sini masyarakat Minangkabau membawa sesaji berupa makanan yang diletakkan di atas piring sambil melangkah dengan gerakan dinamis yang diiringi musik. Dari ritual inilah akhirnya tercipta tari piring yaitu tarian tradisional yang di dalamnya melibatkan atraksi piring. Pada tarian ini, para penari mengayun-ayunkan piring di kedua tangannya dengan gerakan cepat, teratur, tanpa takut terlepas. Gerakan yang dimunculkan diambil dari gerakan silat. Tari



4 **Tari Serimpi**

Mengutip dari kemdikbud.go.id, asal mula Tari Serimpi berasal dari kerajaan Mataram yang kemudian pecah menjadi Kesultanan Yogyakarta dan Surakarta. Tarian ini dimainkan oleh empat orang penari yang masing-masing membawa simbol/lambang keselarasan alam yaitu grama (api), angin (udara), toya (air) dan bumi

(tanah). Tari Serimpi dilakukan dengan gerakan gemulai yang menggambarkan kesopanan, budi pekerti yang luhur dan kelembahlembutan yang diiringi suara gamelan yang halus terdengar. Dulu Tari Serimpi ditampilkan pada acara kenegaraan dan acara resmi keraton, tapi saat ini tari ini disajikan sebagai tarian penyambutan tamu dan acara lainnya.



5 **Tari Kecak**

Tari Kecak berasal dari pulau dewata Bali. Kesenian ini merupakan pertunjukkan hiburan massal yang menceritakan tentang tokoh pewayangan Ramayana yaitu kisah Dewi Shinta yang diculik seorang raksasa bernama Rahwana ketika Rama sedang berburu di hutan. Travel.okezone.com menggambarkan Tari

Kecak dengan paduan suara kelompok penari laki-laki berjumlah sekitar 50 sampai 150 orang yang duduk berbaris melingkar memakai kain penutup kotak-kotak yang menyuarakan kata "cak ... cak ...cak" sehingga tari ini disebut Tari Kecak. Tari Kecak lahir dari seorang seniman bernama Wayan Limbak yang membawa tarian ini populer sampai ke mancanegara.

Bikin Musik Sendiri dengan Aplikasi Ini

MEMBUAT MUSIK SEPERTINYA IDENTIK HANYA BISA DILAKUKAN OLEH ORANG-ORANG TERTENTU YANG MEMANG MEMILIKI KEMAMPUAN BERMUSIK. NAMUN DENGAN TEKNOLOGI YANG KIAN CANGGIH SEKARANG INI, SETIAP ORANG KINI BISA MEMBUAT MUSIK.

Penulis: Ferri Satriyani



Beberapa fitur aplikasi sudah ada yang menawarkan membuat musik sendiri. Jadi, baik kamu seorang musisi profesional maupun hanya sekedar amatiran yang suka iseng-iseng membuat musik, bisa memanfaatkan aplikasi pembuat musik untuk menuangkan kreativitas dalam bermusik.

Yuk kita simak, aplikasi apa saja yang bisa digunakan dalam membuat musik berikut ini:

1 Music Maker jam

Aplikasi ini terdapat di ponsel pintar android, saat ini telah diunduh oleh lebih dari 10 juta orang, dengan review 4,6 bintang. Dilansir dari laman timesindonesia, pengguna aplikasi ini dapat membuat trek audio sendiri menggunakan berbagai beats, loops, dan sumber musik lain. Music Maker Jam menyediakan lebih dari 100 style musik dan 8 mixer channel.



2 BandLab

Sesuai dengan namanya, dengan aplikasi ini kita dapat membuat musik dengan aransemen



seperti sebuah band. Masih dari laman timesindonesia, disebutkan dengan aplikasi ini kita bisa merekam, menyunting, dan membuat musik *multi-track* dengan efek-efek kreatif. BandLab juga mengusung beberapa jenis musik seperti EDM, rock, clubhouse dan lainnya. BandLab saat ini telah diunduh oleh lebih dari 10 juta pengguna dengan rating 4,5 bintang.

3 Walk Band

Aplikasi Walk Band di keluarkan oleh Revontulet Soft Inc, awalnya merupakan aplikasi untuk memainkan berbagai instrumen musik seperti piano, gitar, drum, bass dan lain sebagainya. Walk Band lalu berkembang menjadi aplikasi yang bisa dipergunakan untuk merekam dan membuat musik sendiri. Kelebihan dari aplikasi ini adalah memiliki kualitas teknologi yang baik sehingga bisa menghasilkan musik dengan kualitas studio. Walk Band sendiri telah diunduh oleh lebih dari 50 juta pengguna dengan review 4,3 bintang.



4 FL Studio Mobile

FL Studio telah lama berkecimpung di dunia produksi musik. Dilansir



dari laman idntimes, FL Studio awalnya merupakan *software* produksi musik yang terdapat di PC, kini berkembang dan bisa diunduh di ponsel pintar android. Dengan teknologi yang tinggi dan fitur yang lengkap, FL studio merupakan andalan musisi untuk membuat musik secara independen.

5 Caustic 3

Caustic 3 memiliki tampilan menyerupai FL studio, namun memiliki perbedaan dari fungsinya. Dalam laman blicaudio dijelaskan, Caustic 3 sangat cocok dipergunakan untuk membuat musik EDM, dan *mixing*. Aplikasi ini juga mengusung penambahan rekaman suara untuk di-*mix* dengan musik yang telah dibuat.



Beberapa aplikasi di atas bisa didapatkan secara berbayar, namun jika dibandingkan dengan kita harus pergi dan menyewa studio sendiri setiap akan membuat musik, tentu harga untuk mendapatkan aplikasi tersebut jauh lebih ekonomis.

Jadi, jangan sia-siakan kreativitas kamu dalam bermusik. Mulailah dari membuat musik secara independen dengan menggunakan aplikasi. **M**



Musisi profesional maupun amatiran bisa memanfaatkan aplikasi ini untuk menuangkan kreativitas bermusik.



Menikmati Jepretan Foto Lewat Kamera Instan

PERKEMBANGAN DUNIA FOTOGRAFI TERUS BERUBAH SEIIRING ZAMAN MENGIKUTI ERA DIGITALISASI.

Penulis: Didit Tri Kertapati

gambar dari kamera dan menambahkan bahan kimia yang sedang berkembang saat itu sehingga lembar foto yang tercetak langsung bisa anda miliki langsung.

Inilah sensasi yang mampu dihadirkan dari sebuah kamera instan karena pada saat itu juga bisa langsung menikmati hasil jepretan yang kita lakukan.

“Kamera instan populer karena kedekatannya, dan karena efek klasik yang unik dari gambar yang sudah jadi. Setiap foto yang Anda ambil memiliki tampilan ikonik yang mendefinisikan produk kamera instan,” tulis laman Digi Direct.

Perkembangan zaman juga membuat kamera instan telah dilengkapi berbagai macam teknologi modern sehingga kualitas gambar lebih baik dan juga memberikan kemudahan bagi penggunaanya. Untuk itu, kita harus mengenali fitur-fitur yang sebaiknya ada di kamera instan sehingga tidak salah membeli. Berikut beberapa hal yang harus diperhatikan dalam memilih kamera instan seperti dikutip dari Digi Direct:

Era digital saat ini membuat banyak orang mulai mengalihkan cara mengambil foto yang sebelumnya menggunakan kamera diganti dengan ponsel pintar. Namun jika Anda mencari keseruan sekaligus bernostalgia dengan era 70-an, tidak ada salahnya mencoba menggunakan kamera instan atau foto polaroid.

Sebelum mengulas lebih jauh tentang kamera instan ini, mungkin perlu dijelaskan bagaimana cara kerja kamera yang sampai tahun 1990-an masih

digunakan oleh para tukang foto keliling ini. Dikutip dari laman Digi Direct, kamera instan adalah kamera yang dilengkapi dengan mekanisme pengembangan internal dan film yang berkembang sendiri.

Film ini memungkinkan untuk mengakses gambar beberapa detik setelah Anda mengambil foto dan mencakup semua bahan kimia yang dibutuhkan untuk mengembangkan film setelah memotretnya. Selanjutnya, saat Anda mengambil gambar, pod kecil bahan kimia ini terbuka untuk memulai proses, atau rol khusus mengeluarkan

Ukuran Foto

Film kamera instan hadir dalam berbagai ukuran yang berbeda, maka pilih format yang paling Anda sukai. Karena setiap kamera instan biasanya hanya dapat mencetak satu ukuran film tidak bisa dicetak dalam format berbeda-beda.

Sebagai catatan penting, Anda harus memahami bahwa tidak semua kamera memiliki kompatibilitas untuk bekerja dengan berbagai jenis dan ukuran kertas foto. Ini berarti bahwa jika Anda ingin memotret dengan film Square, Anda perlu memastikan bahwa kamera instan Anda dapat mendukung ukuran film Square.

Cermin Selfie

Kamera instan biasanya tidak dilengkapi dengan layar *flip-out* atau bisa diputar sehingga bisa digunakan untuk *selfie*. Namun beberapa model terbaru kini sudah ada yang dilengkapi dengan cermin yang sangat kecil yang ditempatkan di dekat lensa. Ini dapat digunakan untuk kira-kira memposisikan diri Anda dengan benar dalam bingkai saat mengambil *selfie*. Jika Anda berencana untuk mengambil foto narsis dengan kamera instan model yang memiliki fitur ini patut dipertimbangkan.

Kecepatan

Kecepatan kamera berkaitan dengan hasil foto karena semakin cepat maka akan mengurangi jumlah keburaman sekaligus mencoba memaksimalkan potensi pengumpulan cahaya untuk menghasilkan gambar yang bersih. Bahkan beberapa kamera instan kelas atas, memungkinkan rentang kecepatan yang lebih luas sehingga sangat bermanfaat dalam situasi berbeda.

Soket Tripod

Tak dapat dipungkiri penggunaan tripod sangat penting tatkala kita ingin menabdikan momen bersama-sama ataupun sekedar selfie di tempat yang menarik. Untuk itu, bisa dipertimbangkan untuk mencari kamera yang memiliki

dudukan tripod yang terpasang di bagian bawah kamera sehingga Anda bisa memasang kamera pada tripod atau monopod.

Pengeditan Dalam Kamera

Beberapa kamera instan yang lebih canggih, mampu menangkap foto digital layaknya hasil kamera profesional yang digunakan fotografer. Selain itu fitur ini memungkinkan Anda untuk menerapkan filter dan bingkai ke foto Anda, meninjau foto sebelum memilih mana yang akan dicetak, atau bahkan mencetak ulang foto.

Ukuran

Kamera instan tersedia dalam berbagai ukuran mulai dari model yang kecil hingga yang lebih berat. Ukuran ini akan menentukan seberapa portabel kamera Anda, saat perlu membawanya atau mengemasnya untuk menemani kala berpergian. Juga, pertimbangkan bagian mana saja yang dapat membuatnya lebih sulit untuk dibawa, seperti *flash* yang memanjang.

Fitur Lain yang Perlu Dipertimbangkan

Seiring dengan fitur-fitur yang menjadi standar pada kamera instan, ada banyak fitur tambahan atau tambahan yang tersedia. Mereka dirancang untuk memudahkan penggunaan kamera Anda untuk mendapatkan foto yang jelas dan cerah, serta untuk memaksimalkan kemudahan penggunaan.

• **Bluetooth** - Kemampuan untuk menghubungkan kamera instan ke komputer menggunakan Bluetooth memungkinkan untuk memiliki cadangan foto favorit Anda, dan dapat secara otomatis mengirim foto Anda ke printer Bluetooth untuk mendapatkan ukuran yang lebih besar. Selain itu, *Bluetooth* memungkinkan Anda mentransfer foto Anda secara instan ke perangkat yang lebih besar untuk diedit dan diseimbangkan.

• **Unit Lampu Kilat** - Memiliki unit lampu kilat dengan kamera instan memastikan bahwa Anda dapat memotret dalam berbagai kondisi pencahayaan tanpa khawatir foto Anda menjadi terlalu gelap. Anda mungkin memiliki *blitz* internal pada kamera instan Anda, atau Anda dapat membelinya secara terpisah dan menggunakannya dari jarak jauh.

• **Self-Timer** - Mungkin Anda juga ingin difoto! Pengatur waktu memungkinkan Anda memilih panjang hitung mundur, memposisikan diri Anda di depan kamera, dan kamera akan mati secara otomatis saat mencapai sasaran. Fitur ini menjadi sangat populer dan merupakan cara yang bagus untuk menangkap bidikan grup yang lebih besar.

• **Mode Berbeda** - Ada kamera instan di pasaran yang hadir dengan mode berbeda, yang dapat Anda atur untuk mengubah fokus termasuk Mode Selfie, Mode Lansekap, Mode Makro, dan Mode Hi-Key. Tidak semua kamera instan memiliki mode ini, jadi teliti model yang diminati untuk memastikannya memiliki fitur yang penting bagi Anda. **M**



Apakah anda tertarik untuk mencoba sensasi baru dalam mengambil gambar dan langsung menikmati hasilnya lewat kamera instan?



Korek Api di Bangsal Rumah Sakit

FILM ANIMASI *PHOSPHÔROS* MENGGAMBARAKAN PERJUANGAN TENAGA KESEHATAN DALAM MENANGANI PANDEMI COVID-19. SEJUMLAH FILM PEMENANG FESTIVAL FILM WHO MENGANGKAT BERBAGAI ISU KESEHATAN.

Pemandangan ini mungkin biasa kita saksikan: perawat dan dokter mendorong sebuah tempat tidur beroda yang membawa seorang pasien masuk ke bangsal perawatan khusus COVID-19 di sebuah rumah sakit. Yang berbeda adalah sutradara Susana Beatriz Serrano menggambarkannya dengan menggunakan korek api.

Manusia-manusia di film animasi *Phosphôros* ini dibentuk dari batang-batang korek api yang didandani sesuai karakter mereka. Mirip boneka mainan anak-anak tapi dengan ukuran mini. Perawat, misalnya, mengenakan baju putih putih dan *nurse cap* putih. Ruang perawatan dibangun dari kardus seukuran kotak sepatu dan kain-kain perca. Semua dibikin secara kasar tapi jelas menunjukkan fungsinya.

Film ini dibikin dengan teknik *stop-motion*, seperti pembuatan film seri *Shaun The Sheep*. Kreator memanipulasi objek secara fisik agar terlihat bergerak. Caranya dengan menggerakkan objek sedikit demi sedikit dan memotret setiap posisinya. Nanti semua foto digabung sehingga menciptakan ilusi objek yang bergerak ketika diputar sebagai film.

Film El Salvador sepanjang dua menit ini berjalan tanpa kata-kata.

Tapi, ia merekam salah satu tragedi paling akrab dari pandemi virus corona: seorang perawat yang merawat pasiennya sepanjang waktu di ruang khusus COVID-19. Pasien-pasien itu sembuh dan akhirnya pulang. Satu per satu ranjang pasien dikeluarkan hingga ruang itu kosong. Namun, di akhir cerita, sebuah ranjang diletakkan lagi di ruangan itu. Sang perawat kini menjadi pasien setelah terjangkit COVID-19.

Kata "*phosphôros*" memang digunakan orang El Salvador, para penutur bahasa Spanyol, untuk menyebut "korek api". Serrano tampaknya menggunakan benda ini juga bersifat simbolik. Korek itu dapat terbakar, sebagaimana para tenaga kesehatan dapat mengalami *burnout*, kondisi stres berat yang dipicu oleh pekerjaan. Mereka dapat mengalami kelelahan, menjadi lemah, dan akhirnya mudah tertular penyakit.

Tema yang jelas, plot sederhana, dan bentuk simbolik ini menjadikan *Phosphôros* semacam persembahkan kepada para tenaga kesehatan yang menjadi martir dalam menangani COVID-19. Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) menganugerahi film ini sebagai pemenang utama (*grand prix*) kategori perlindungan kesehatan universal dalam

Health for All Film Festival 2021.

Selain film Serrano, festival tahun ini dimenangi oleh *Stressed: A Pandemic of Fear* karya Daniel Wheeler untuk kategori darurat kesehatan, dan *The Journey of Hope* karya Jorik Dozy dan Sean Lin untuk kategori kesehatan dan kesejahteraan yang lebih baik. Ada pula hadiah untuk kategori mahasiswa yang dimenangi oleh film *Cefalea* karya Kim Hyejin dan hadiah khusus kesetaraan kesehatan yang dimenangi oleh *The Beat of Change: Rheumatic Heart Disease* karya World Heart Federation.

Sebagian besar film-film kesehatan ini berbentuk dokumenter tapi beberapa di antaranya dalam bentuk animasi. Semuanya mengangkat isu kesehatan aktual, terutama dengan latar pandemi. Film *The Journey of Hope*, misalnya, mengangkat masalah penyakit kanker di Malwa, Negara Bagian Punjab, India yang dikenal sebagai "ibu kota kanker India" karena begitu tingginya kanker kanker di sana.

Film *The Journey of Hope* memotret sepotong kehidupan Sapna, perempuan 10 tahun yang menderita kanker tulang dan darah yang mukim

di sebuah desa di Malwa. Film pendek ini dibuka dengan hamparan ladang kapas yang masih hijau dan ayah Sapna tampak sedang menyemprot pestisida. Pencemaran pestisida ini diduga sebagai salah satu penyebab wabah kanker di daerah tersebut.

Sapna artinya "impian" dalam bahasa Hindi. "Kami memberi namamu demikian karena kami berharap kamu akan mengejar impian terliarmu. Tapi, kau malah bertarung dengan kanker. Anakku, kau akan mengalahkannya," kata sang ayah.

Kamera kemudian menyoroti keluarga Sapna dan lingkungannya. Lalu, kita mengikuti perjalanan Sapna dan ayahnya naik kereta api malam dari Bathinda ke Bikaner, kota terdekat yang rumah sakitnya menyediakan pelayanan penyakit kanker. Banyak pasien kanker yang naik kereta ini sehingga kereta ini dikenal sebagai "Cancer Express". Butuh waktu delapan jam bagi Sapna untuk sampai di rumah sakit dan mendapat perawatan.

Film ini minim dialog tapi dengan terang menggambarkan perjuangan Sapna untuk melawan kankernya. Namun, film ini juga merekam sebuah tragedi. Pengambilan gambar dilakukan pada Januari 2020 dan pada 1 Oktober 2020,

Sapna meninggal dunia.

Adapun *Stressed: a Pandemic of Fear* adalah film dokumenter mengenai dampak pandemi COVID-19 terhadap anak-anak di kamp pengungsian WHO di Yaman. Satu dari tiga anak-anak di kamp ini mengaku mengalami stres akibat pandemi. "Sebelum ada virus corona, saya biasa ke sekolah bersama teman-teman dan bermain tanpa khawatir. Tapi, ketika virus corona muncul, kami jadi takut. Kami khawatir dengan corona karena dia menyebar cepat," kata Walid, bocah 12 tahun di kamp ini.

Sejak dimulai pada 2020, festival ini telah menarik rata-rata 1.250 film dari 110 negara. Lebih dari 40 persen film peserta pada 2021 membahas masalah pandemi. "Bercerita itu setua peradaban manusia. Ia membantu untuk menginspirasi, memotivasi, membangun empati, dan berbagi masalah sehingga kita dapat menemukan dan berbagi solusi bersama," kata Tedros Adhanom Ghebreyesus, Direktur Jenderal WHO, mengenai festival ini.

Seluruh film pemenang dan pilihan tim juri dapat ditonton di Youtube. Pranalanya dapat dilihat di situs WHO dengan alamat www.who.int/film-festival.

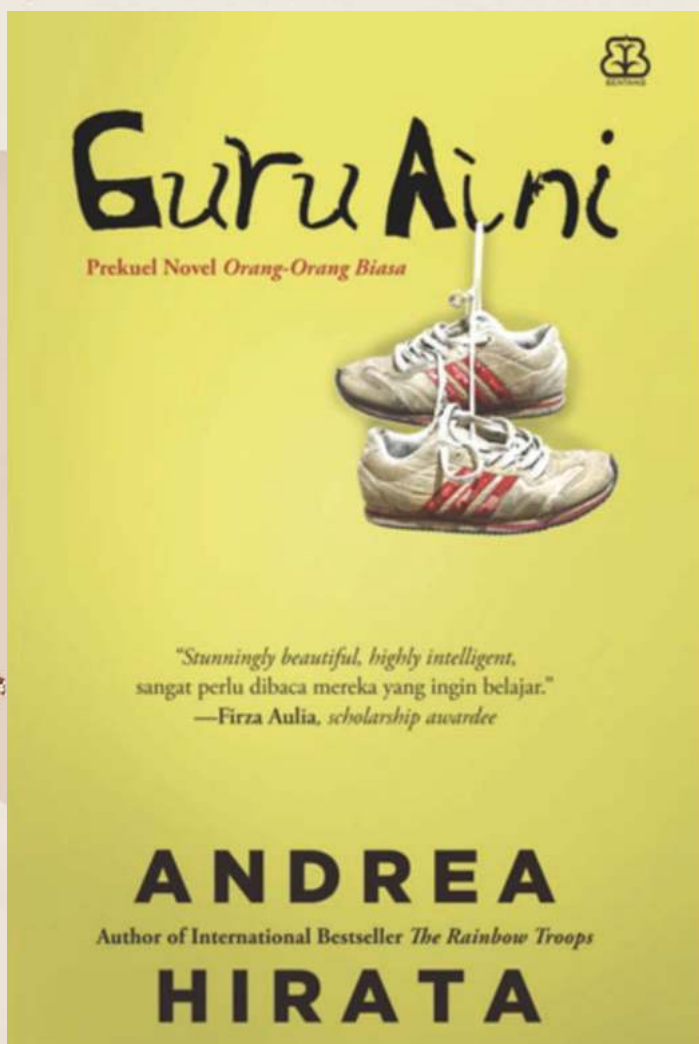
M



Guru Aini di Tanjung Hampar

NOVEL GURU AINI KARYA ANDREA HIRATA INI MENGGAMBARAKAN IDEALISME SEORANG GURU SEKOLAH MENENGAH ATAS DI DAERAH TERPENCIL. MENINGATKAN PADA LASKAR PELANGI.

Penulis: Giri Inayah



Enam hari enam malam buku *Principles of Calculus* menemani Desi Istiqomah menuju Kampung Ketumbi di Tanjung Hampar, Kepulauan Bangka Belitung. Ini sebuah perjalanan untuk mewujudkan cita-citanya menjadi guru matematika bagi murid-murid yang tinggal di pelosok dan siapa tahu dapat menemukan seorang anak kampung yang jenius.

Gambar sepatu pada sampul depan novel ini seakan menjadi perlambang perjalanan panjang Desi dari Kota Medan, melewati kota dan desa dengan berganti bus butut, lalu menyeberang dengan kapal sarat penumpang menuju kampung tersebut. Desi mengenakan sepatu yang dihadiahkan ayahnya saat melepas anaknya menjemput impian menjadi guru di pelosok. Ketika berangkat naik bus, sang ayah pula yang mengikat tali sepatu tersebut.

Novel *Guru Aini* karya Andrea Hirata ini menggambarkan idealisme seorang guru sekolah menengah atas di daerah terpencil. Desi adalah lulusan terbaik di SMA-nya yang menolak masuk fakultas kedokteran atau fakultas ekonomi

“

BUKU INI LEBIH BANYAK MENGGAMBARAKAN PERJUANGAN DESI SEBAGAI SEORANG GURU MATEMATIKA DI PEDALAMAN YANG BERUSAHA MENDIDIK MURID-MURIDNYA SEBAIK MUNGKIN.

seperti yang disarankan ibunya. Dia malah memilih ikatan dinas Diploma 3 Pendidikan Matematika dan, lagi-lagi, lulus sebagai yang terbaik. Yang mengejutkan lagi, dia memilih untuk ditempatkan sebagai guru di pelosok ketimbang di kota yang dekat dengan keluarganya.

Di Kampung Ketumbi, Desi bertemu banyak murid-murid berbakat tapi tak bernasib baik. Ada Debut Awaludin, anak yang sangat cerdas di bidang matematika dan bahkan dibimbing langsung oleh Desi. Namun, di tengah jalan, Debut berbelok arah, semangat belajarnya musnah dan dia malah bergabung dengan "Rombongan 9", kelompok anak yang selalu tertinggal dalam pelajaran dan tak mau pula berusaha untuk memahaminya.

Ada pula Nuraini binti Syarifudin, nama lengkap Aini. Berkebalikan dari Debut, Aini adalah anak yang sama sekali tidak mengerti pelajaran berhitung. Dia akan merasa sakit perut tiba-tiba bila berurusan dengan matematika. Nilai matematikanya pun seperti bilangan biner: 1, 0, 1, 0. Namun, keadaan berubah ketika ayah Aini sakit keras dan keluarganya tidak bisa membawanya ke rumah sakit karena tidak mempunyai uang. Kejadian ini mengguncang Aini sehingga dia berbalik arah dan bertekad menjadi seorang dokter. Namun, untuk menjadi dokter, dia harus pintar matematika. Aini, yang sebetulnya cerdas itu, mengayuh sepedanya ke rumah Desi untuk minta diajarkan matematika.

Novel ini adalah buku pertama dari trilogi Aini. Buku ini lebih banyak menggambarkan perjuangan Desi sebagai seorang guru di pedalaman yang berusaha mendidik murid-muridnya sebaik mungkin. Dia nyaris putus asa ketika mengajarkan

matematika kepada Aini hingga suatu keajaiban terjadi sehingga Aini menjadi begitu pandai di bidang kalkulus. Bahkan Aini bisa mengerjakan soal di buku *Principles of Calculus* milik Desi.

Namun, cerita belum selesai di sini karena Aini masih harus menempuh jalan panjang untuk menjadi seorang dokter. Dapatkah dia meraih cita-citanya? Bab-bab terakhir buku ini memaparkan usaha yang dilakukan Aini tersebut.

Buku kedua trilogi ini, *Orang-orang Biasa*, melanjutkan kisah tentang rencana Aini untuk berkuliah di fakultas kedokteran. Desi dan teman-teman Aini, termasuk Rombongan 9, turut membantu Aini untuk menggapai cita-citanya.

Novel *Guru Aini* mengingatkan kita pada *Laskar Pelangi*, novel perdana Andrea yang sangat populer dan telah diangkat ke layar lebar. Temanya

tidak jauh berbeda, yakni bagaimana pendidikan dapat mengubah nasib orang-orang yang selama ini terpuruk dalam kemiskinan. Bedanya, bila *Laskar Pelangi* langsung menggambarkan kisah anak-anak Desa Gantong di Belitung yang punya impian setinggi bintang, *Guru Aini* lebih berfokus pada peran Desi sebagai seorang guru.

Seperti *Laskar Pelangi*, buku ini banyak mengungkap motivasi dan kisah yang menginspirasi dalam dunia pendidikan. Bukan hanya tentang guru dan siswa tetapi juga orang-orang di sekitar sekolah seperti tukang kebun dan tokoh lain yang ternyata sangat berpengaruh dalam menanamkan idealisme dan memberi semangat kepada siswa-siswa di sekolah tersebut.

Novel ini sangat didaktik. Pesannya jelas bahwa hanya melalui jalur pendidikan, kesuksesan dapat diraih. Orang tua akan termotivasi untuk mendorong anaknya agar giat belajar. Sementara bagi para remaja yang sedang mencari jati diri, buku ini dapat memotivasi agar tak menyerah dalam mencapai cita-cita. Terkadang remaja suka galau dan ketika gagal dia berhenti. Novel ini memberi pelajaran yang terang bahwa penyesalan di belakang hari tiadalah berguna.

Novel ini menunjukkan bahwa kebodohan bukan merupakan sesuatu yang mutlak tapi kemalasanlah sumber masalahnya. Novel ini juga memaparkan mengenai manusia golongan bawah yang memiliki keterbatasan biaya untuk pendidikan dan jeritan manusia pelosok desa yang memiliki kekurangan materi. Novel ini menyinggung kebijakan pemerintah yang belum bisa memberikan biaya yang terjangkau untuk sejumlah fakultas seperti fakultas kedokteran yang komponen uang kuliahnya yang besar menjadi faktor penentu. **M**



VAKSIN COVID-19 UNTUK ANAK SD USIA 6-11 TAHUN SUDAH DIMULAI



Hotline COVID 19: 119 Ext 9



#SIARANSEHAT

Bersama Dokter Reisa sekarang bisa
didengarkan di aplikasi Radio Kesehatan
atau streaming di radiokesehatan.kemkes.go.id

Kirim pertanyaanmu di WA 08118741919
atau *mention* di Instagram / Twitter
@radiokesehatan



via IG dan Youtube
@radiokesehatan
@kemenkes_ri
@rriprogama3
RRI Net Official



Sudah unduh aplikasi SRK?

@radiokesehatan



- Buka Play Store di androidmu
- Cari "RADIO KESEHATAN" yang logonya bulat biru, lalu klik unduh dan tunggu hingga selesai
- Buka aplikasinya di androidmu
- Sip! sobat sehat sudah bisa mengudara bareng RADIO KESEHATAN



A close-up photograph of a person's hand resting on a bicycle handlebar. The person is wearing a black smartwatch on their left wrist. The background is a blurred outdoor scene, possibly a park or street.

Salam Sehat
Healthies!

 @KemenkesRI

*LEADERSHIP AND PARTICIPATION
OF PERSONS WITH DISABILITIES
TOWARD AN INCLUSIVE,
ACCESSIBLE AND SUSTAINABLE
POST COVID-19 WORLD*

MEMPERINGATI HARI
DISABILITAS
INTERNASIONAL

03 | 12 | 21

Selamat Hari Disabilitas Internasional

Pemerintah terus mengupayakan perlindungan dan pemenuhan akses bagi penyandang disabilitas terhadap fasilitas layanan kesehatan termasuk kemudahan mendapatkan vaksinasi COVID-19

Bersama kita tingkatkan kepedulian dan bangun kehidupan yang lebih baik, lebih inklusif, aksesibel, serta berkelanjutan bagi para penyandang disabilitas

Karena kita semua setara dan punya kesempatan yang sama