

Polio Penyakit Sangat Menular

Dr dr FX Wikan Indrarto SpA

MERESPONS Kejadian Luar Biasa (KLB) polio di tujuh 7 provinsi di Indonesia: Aceh, Jawa Barat, Jawa Tengah, Jawa Timur, Papua Tengah, Papua Pegunungan dan Papua Selatan, juga risiko tinggi polio di 32 provinsi lain di Indonesia, Kementerian Kesehatan RI akan melaksanakan Pekan Imunisasi Nasional (PIN) polio. Siapa saja yang harus ikuti PIN polio?

Respons dan penanggulangan KLB polio diselenggarakan karena adanya penemuan kasus lumpuh layu disebabkan virus polio tipe 2, akhir 2023 di beberapa daerah tertentu. Meski mungkin saja di suatu daerah tidak ditemukan kasus polio, secara nasional harus diantisipasi secara bersama dalam memutus rantai penyebarannya. Hal ini disebabkan karena munculnya kasus polio erat kaitannya dengan cakupan imunisasi rendah dan tidak merata pada suatu wilayah.

Karena itu pada PIN polio di manapun, targetnya harus mencapai 100 persen sasaran. Yaitu seluruh anak di semua wilayah dari usia 0 sampai 7 tahun, atau 8 tahun kurang 1 hari, tanpa memandang riwayat ataupun status vaksin sebelumnya.

Secara teknis setiap kelurahan atau desa diharapkan berkoordinasi dengan puskesmas dan kecamatan untuk memberikan undangan berdasarkan nama dan alamat kepada sasaran, agar datang di hari



dan waktu sesuai jadwal, ke pos PIN polio di tiap wilayah.

Jenis vaksin polio yang diberikan berupa tetes mulut atau oral, setiap dosis sebanyak dua tetes. Semua sasaran harus tervaksin dua dosis lengkap, sehingga proses penyisiran petugas puskesmas dibantu para kader posyandu, memastikan siapa saja yang tidak datang sesuai jadwal undangan, atau saat itu si anak masih sakit. Dengan demikian diharapkan dapat langsung didatangi atau dikumpulkan, bukan di pos PIN, langsung di puskesmas pada hari yang telah ditentukan.

Syarat sasaran mendapatkan vaksin dalam PIN Polio adalah anak berusia 0 sampai 7 tahun, sedang dalam kondisi sehat, tidak sedang demam ataupun batuk pilek parah, dan tidak sedang diare. Untuk sasaran anak dalam kondisi khusus seperti anak dengan infeksi HIV, anak dalam pengobatan kanker, atau kondisi lain berkaitan dengan penurunan imunitas, tetap dapat diberikan vaksin polio, dengan catatan sudah berkonsultasi dokter yang merawat atau puskesmas setempat.

Bikin Lumpuh

POLIO penyakit sangat menular disebabkan infeksi virus. Penyakit ini menyerang sistem saraf, dan dapat menyebabkan kelumpuhan tungkai secara total dalam hitungan jam. Virus ini ditularkan orang-ke-orang

yang menyebar terutama melalui rute faecal-oral atau yang lebih jarang, oleh jalur umum misalnya, air atau makanan yang terkontaminasi, dan berkembang biak di usus.

Gejala klinis awal adalah demam, kelelahan, sakit kepala, muntah, kekakuan pada leher dan nyeri pada tungkai. Tidak ada obat untuk penyakit polio dan hanya dapat dicegah. Vaksin polio yang diberikan berulang kali, dapat melindungi anak seumur hidup.

Polio (poliomielitis) terutama menyerang anak balita, bahkan hampir 1 dari 200 infeksi polio akan menyebabkan kelumpuhan otot yang menetap atau ireversibel. Di antara mereka yang lumpuh, 5 persen hingga 10 persen mati ketika otot-otot pernapasan mereka menjadi tidak mampu bergerak. Infeksi virus polio liar telah menurun lebih dari 99 persen sejak tahun 1988, dari sekitar 350.000 kasus, menjadi 29 kasus yang dilaporkan pada tahun 2018. Dari 3 jenis virus polio liar (tipe 1, tipe 2, dan tipe 3), virus polio liar tipe 2 diberantas tahun 1999 dan tidak ditemukan kasus virus polio liar tipe 3 sejak kasus terakhir yang dilaporkan di Nigeria pada November 2012.

Pemberantasan polio memerlukan cakupan imunisasi yang tinggi di seluruh dunia, untuk memblokir penularan virus yang sangat menular ini. Sayangnya, banyak anak masih kehilangan kesempatan mendapatkan vaksinasi karena berbagai alasan, termasuk kurangnya infrastruktur, lokasi terpencil, perpindahan penduduk, konflik bersenjata, gangguan keamanan dan penolakan terhadap vaksinasi.

Oleh karena virus ini sangat menular. Kegagalan memberantas virus polio liar di Aceh, dapat saja mengakibatkan kebangkitan penyakit polio. Bahkan kalkulasi dapat saja mencapai sebanyak 200.000 kasus baru di seluruh dunia setiap tahun, dalam 10 tahun ke depan.

Target dunia, termasuk Indonesia, pemberantasan atau eradikasi polio tahun 2026. (*)

Dr dr FX Wikan Indrarto SpA:
Dokter spesialis anak di RS Panti Rapih Yogyakarta, alumnus S3 UGM.

RUMAH SAKIT "JIH"
EMERGENCY CALL
0274-4663555

JIHealth corner
Tanya jawab kesehatan

* Pertanyaan dapat dikirimkan melalui e-mail konsultasi@rs-jih.co.id *

Pentingnya ASI untuk Pertumbuhan

dr Vicka Farah Diba Msc SpA

ASI mengandung banyak komponen sesuai kebutuhan bayi. Zat-zat yang terkandung dalam ASI sangat diperlukan untuk menunjang pertumbuhan dan perkembangan, terutama dalam masa emas 2 tahun pertama kehidupan seorang anak.

Komposisi ASI:

- ASI mengandung bahan-bahan yang sangat mudah dicerna dan diserap bayi, bahkan bayi prematur sekalipun.

- Laktosa ASI sebagai sumber karbohidrat diserap lebih baik dibanding yang terdapat dalam susu formula.

- Komposisi protein lebih banyak whey yang mudah diserap usus bayi, berbeda dengan protein casein pada susu sapi

- ASI mempunyai jenis asam amino yang lebih lengkap dibandingkan susu sapi. Salah satu contohnya asam amino taurin; asam amino ini hanya ditemukan dalam jumlah sedikit di dalam susu sapi. Taurin diperkirakan mempunyai peran pada perkembangan otak.

- Anak jarang sakit, karena adanya antibodi baik seluler maupun humoral di dalam ASI.

- Lemak dalam ASI selain jumlahnya lebih besar, profilnya juga berbeda dibanding lemak dalam susu formula. Lemak diperlukan untuk pertumbuhan jaringan saraf dan retina mata.

- ASI kaya akan vitamin dan mineral yang sangat berguna untuk pembentukan sel dan jaringan.

- Dalam proses menyusui atau meng- 'ASI'-hi, ibu dapat melakukan berbagai macam stimulasi sensoris: taktil, pendengaran, penglihatan, penciuman.

- Limpahan kasih sayang pada saat menyusui membuat si bayi merasa nyaman dan aman dalam dekapan ibu yang penting pula untuk tumbuh kembangnya.

Pemberian ASI<P>:

Ikatan Dokter Anak Indonesia (IDAI) menyatakan, air susu ibu (ASI) merupakan satu-satunya nutrisi ideal untuk bayi pada masa enam bulan pertama kehidupannya.

- ASI sebaiknya mulai diberikan semenjak bayi lahir. Idealnya, si kecil sudah mulai menyusui dalam kurun waktu 30 menit semenjak lahir.

- ASI eksklusif diberikan hingga usia

enam bulan, tanpa makanan atau minuman lain, termasuk air putih dan jus buah.

- Setelah si kecil menginjak usia enam bulan lebih, ASI dapat diberikan bersama makanan pendamping ASI (MPASI) lainnya hingga umur si kecil mencapai dua tahun.

Tumbuh Kembang Anak<P>

Keberhasilan perkembangan anak ditentukan keberhasilan pertumbuhan dan perkembangan otaknya; hal ini dapat dipantau melalui pengukuran lingkaran kepala secara berkala. Jadi dapat dikatakan bahwa nutrisi, selain mempengaruhi pertumbuhan, juga mempengaruhi perkembangan otak, dan ASI adalah nutrisi terbaik untuk perkembangan otak manusia.

Pemberian ASI yang lebih lama memberi keuntungan pada perkembangan kognitif anak.

Penelitian Angelsen dkk. (2001) memperlihatkan bayi yang mendapat ASI kurang dari 3 bulan memiliki IQ yang lebih rendah dibanding bayi yang mendapat ASI 6 bulan atau lebih. Suatu penelitian di Honduras memperlihatkan bayi yang mendapat ASI eksklusif selama 6 bulan dapat

merangkak dan duduk lebih dahulu dibanding mereka yang sudah mendapat makanan pendamping ASI pada usia 4 bulan.

Menyusui juga akan meningkatkan ikatan batin antara ibu dan anak. Ikatan batin yang erat, mesra, dan selaras yang diciptakan seawal dan sepermanen mungkin sangat penting, karena (1) turut menentukan perilaku anak di kemudian hari, (2) menstimulasi perkembangan otak anak, (3) merangsang perhatian anak kepada dunia luar, (4) menciptakan kelekatan

(attachment) antara ibu dan bayi.

Kesimpulan: pertumbuhan dan perkembangan anak yang optimal memerlukan dukungan nutrisi dan stimulasi yang adekuat. Air Susu Ibu dapat memenuhi semua kebutuhan dasar anak untuk tumbuh dan berkembang, baik kebutuhan fisis-biomedis (asuh), kebutuhan kasih sayang/emosi (asih), maupun kebutuhan akan stimulasi (asah). (*)



ILUSTRASI JOS

KELUARGA

Fenomena Menyakiti Diri pada Remaja, Salah Orangtua?

MARET 2024, viral berita perilaku menyakiti diri sendiri (*self harm*) di sebuah Sekolah Menengah Pertama di wilayah Daerah Istimewa Yogyakarta. Senada banyaknya sharing yang disampaikan rekan-rekan konselor sekolah, saat kami melakukan pertemuan rutin dan membahas masalah-masalah yang harus diselesaikan segera.

Self harm atau bahasa populernya *cutting* / *barcoding* (memotong atau menyayat sebagian permukaan tubuh sendiri dengan kesadaran penuh), merupakan satu fenomena yang tidak bisa dianggap remeh, mengingat saat ini banyak remaja melakukan.

Sebetulnya *self harm* merupakan perilaku menyakiti dalam bentuk beragam, mulai menyilet pergelangan tangan, membentur-benturkan kepala ke tembok, menjambak dan mencabuti rambut sendiri hingga rusak parah. Hal ini tentunya dapat membahayakan kesehatan dan keselamatan seseorang.

Mengapa remaja banyak yang melakukan *self harm*?

Remaja saat ini seringkali mendapat julukan Generasi Strawberry. Julukan untuk generasi yang secara penampilan meyakinkan, tetapi sebenarnya dalam jiwanya terdapat kerapuhan. Tak heran jika di kalangan remaja saat ini sangat populer istilah *mental health* atau kesehatan mental. Generasi ini memang terkenal sangat peduli kesehatan mental.

Konten-konten populer di media sosial membahas tentang isu kesehatan mental, terbukti banyak ditonton dan dibagikan. Di satu sisi, itu sebuah hal baik karena tingkat kesadaran remaja tentang sehat mental mulai bagus. Di lain sisi, menimbulkan pertanyaan:

ada apa dengan kesehatan mental mereka?

Jika ditinjau dari kaca mata psikologi, penyebab seseorang melakukan *self harm* yaitu: 1. Ingin melupakan kejadian traumatis atau tidak menyenangkan yang pernah dialami. 2.



Memiliki gangguan psikologis tertentu, misalnya depresi. 3. Merasa tertekan dan lama memendam hal negatif dalam diri, misalnya sering melihat orangtua bertengkar dan merasa sangat bersalah karena tidak dapat melakukan apa-apa. 4. Belum bisa mengekspresikan diri dengan baik sehingga sering stres atau hampir menyerah pada hidup, misalnya mendapatkan perlakuan tidak baik dari orang lain dan tidak berani menghadapi ataupun bercerita pada orang lain.

Wahyu Bintari SPsi MPsi

Bagaimana cara memberi pertolongan pertama remaja yang telanjur melakukan *self harm*?

Bisa dengan menjadi orang yang bisa dia percaya. Tidak menyalahkan pelaku, tapi memberi dukungan berhenti dan tentunya solusi sederhana. Remaja yang melakukan *self harm* biasanya fokus hal yang membuatnya tidak nyaman dan berpikir berlebihan pada kemungkinan buruk.

Pertama mengajaknya

ngan mengobrol santai, bebas rumah bersama sambil bercanda.

Tak lupa beribadah bersama anggota keluarga dilanjutkan bercerita seru tentang kegiatan hari itu. Fungsi poin ini yaitu mengingatkan peran masing-masing anggota keluarga sebagai *support system* satu dengan lain. Keterbukaan dan komunikasi yang baik akan membuat remaja memiliki kepercayaan bercerita tentang masalahnya.

Ketiga, ajari anak sejak dini bisa menyalurkan emosi dan perasaannya ke aktivitas bercerita, atau dalam bahasa Jawa dikenal dengan *ngudharasa*, atau mengurai perasaan. Membiasakan anak berani *speak up* atau berkata tentang kegelisahannya pada orang lain yang ia percaya, ataupun menuliskannya di buku harian, akan berfungsi sebagai media *healing*, atau penyembuhan diri.

Keempat, pastikan anak memiliki niat baik berhenti dan berani konsultasi lebih lanjut dengan ahlinya dalam rangka mendapatkan pemantauan intensif. Saat ini di Yogyakarta sudah tersedia layanan psikologi di setiap puskesmas.

Tentunya kita semua berharap, generasi penerus kita merupakan sosok tangguh dan tahan banting di semua kondisi. Doa dan dukungan orang terdekat, terutama keluarga dan sahabat amatlah penting. (*)-d

Wahyu Bintari SPsi MPsi:

Psikolog remaja dan konselor SMK SMF Indonesia Yogyakarta, pengajar Politeknik Negeri Teknologi Kulit Yoga, dan Human Resources Trainer Yoga Executive School.

LBH APIK Mengupas
Asosiasi Perempuan Indonesia Untuk Keadilan Yogyakarta
Diasuh Lembaga Bantuan hukum

Istri Nusyuz

Tanya:

Saya seorang suami yang ditinggal selingkuh sama istri. Sering pergi dengan laki-laki lain hingga malam tidak kenal waktu. Bahkan berhari-hari baru pulang. Saya gugat cerai istri dan dia minta iddah dan mutah yang tinggi. Saya tidak mampu. Apakah bisa cerai? Terima kasih.

Dody, Jakal

Jawab:

Bapak Dody, istri nusyuz atau tidak nurut suami, tidak melayani suami, apalagi selingkuh dengan laki-laki lain, maka tidak berhak mendapatkan hak-hak istri yang digugat cerai, dan tergantung pertimbangan hakim.

Demikian penjelasan kami semoga bermanfaat. (*)-d

KLINIK PKBI

TBC di Luar Paru

Tanya:

Dok, saya ingin bertanya. Adik didiagnosa tuberculosis (TB) di luar paru, di bagian perut. Awalnya kami tidak tahu. Adik saya semakin lama semakin kurus. Setelah diperiksa ternyata paru-paru bersih, namun ditemukan TB di sekitar perut. Mohon penjelasan kenapa TB ada yang di luar paru. Sedangkan selama ini pemahaman kami TB adanya di paru. Terima kasih.

Tata, Bantul

Jawab:

Terima kasih pertanyaannya. Sebagai informasi, TB adalah penyakit yang disebabkan infeksi bakteri *mycobacterium tuberculosis*. Dikatakan TB paru karena peradangan akibat tuberculosis ini bermula di paru-paru. Seiring berjalannya waktu banyak dijumpai infeksi *mycobacterium tuberculosis* juga dapat menyebar ke organ tubuh selain paru-paru, seperti kelenjar getah bening (limfa), tulang, selaput otak, sendi, ginjal, tulang, kulit, alat kelamin ataupun usus. Kondisi inilah yang dinamakan dengan TB ekstra paru, atau TB yang terjadi di luar paru.

Tanda-tanda terinfeksi *mycobacterium tuberculosis* di luar paru umumnya bervariasi, tergantung organ tubuh mana yang terdampak. Meski begitu, ciri utama yang biasanya muncul adalah menurunnya kondisi fisik secara bertahap. Tidak jarang dijumpai kondisi lemah, letih, lesu, nafsu makan menurun, penurunan berat badan, demam, badan menggigil, tubuh berkeringat pada malam hari tanpa melakukan aktivitas. Penyakit ini dapat menyerang siapa saja. Terutama yang memiliki sistem imun yang lemah seperti penderita DM atau HIV/AIDS.

Penyebaran penyakit TB ekstra paru dapat berawal dari organ paru kemudian menyebar ke organ tubuh yang lain atau langsung ke organ tubuh lain di luar paru. Pada umumnya penyebaran di luar paru berasal dari paru kemudian menyebar melalui darah (hematogen), cairan limfa (limfatik) atau menelan cairan yang mengandung bakteri jamur *mycobacterium tuberculosis*.

Memastikan menderit TB di luar paru biasanya dokter akan memeriksa lebih komprehensif. TB ekstra paru umumnya didiagnosis dengan menggunakan rontgen dada, CT scan, MRI, atau USG. Tim medis juga akan melakukan pemeriksaan lain mendiagnosis TB di luar paru dengan melalui cairan tubuh (darah, urine, cairan pleura, cairan perikardium, atau cairan pada sendi) serta biopsi dari jaringan tubuh yang kemungkinan terinfeksi. (*)-d

Diasuh: dr J Nugrahaningtyas W Utami MKes