

Campak yang Tercampakkan

Oleh: FX Wikan Indrarto*)

KEMENTERIAN Kesehatan (Kemenkes) menyatakan, Indonesia telah mencatat 3.341 total kasus campak sepanjang 2022 di 223 kabupaten dan kota dari 31 provinsi di Indonesia. Jumlah tersebut meningkat 32 kali lipat dibanding kasus yang tercatat pada tahun sebelumnya. Apa yang mencemaskan?

Penyebab meningkatnya kasus campak, karena sudah 2 tahun berturut-turut Indonesia tidak bisa mencapai target cakupan imunisasi campak dalam pelayanan imunisasi rutin, terkait pandemi COVID-19.

Secara global campak dicatat oleh WHO dan CDC juga melonjak di seluruh dunia, mencapai jumlah kasus tertinggi yang dilaporkan dalam 23 tahun. Kasus campak di seluruh dunia meningkat menjadi 869.770 pada 2020, jumlah tertinggi yang dilaporkan sejak tahun 1996. Kematian akibat campak global juga naik hampir 50 persen sejak 2016. Setelah kemajuan global yang stabil dari 2010 hingga 2016, jumlah kasus campak yang dilaporkan meningkat secara bertahap hingga 2019.

Membandingkan data 2020 dengan rekor terendah dalam kasus campak yang dilaporkan pada 2016, hal ini mencerminkan kegagalan imunisasi campak tepat waktu dengan dua dosis, sebagai pendorong utama peningkatan kasus dan kematian karena penyakit campak. Hal ini menggambarkan bahwa, imunisasi campak telah tidak diprioritaskan atau sudah dicampakkan.

Wabah campak terjadi ketika orang yang tidak kebal dari virus, terinfeksi campak dan menyebarkan penyakit tersebut ke populasi yang tidak diimunisasi atau diimunisasi tidak lengkap.

Cakupan Imunisasi

Untuk mengendalikan campak dan mencegah wabah dan kematian, diperlukan cakupan imunisasi campak dengan 2 dosis harus mencapai 95 persen dan dipertahankan di tingkat nasional dan lokal. Cakupan imunisasi campak atau MR dosis pertama, telah stagnan secara global selama lebih dari satu dekade di antara 84 dan 85 persen.

Cakupan MMR atau MR dosis kedua terus meningkat, tetapi sekarang tertahan hanya 71 persen. Cakupan imunisasi campak 2 dosis masih jauh di bawah 95 persen atau lebih, yang dibutuhkan untuk mengendalikan campak, mencegah wabah dan kematian.



Meskipun kasus campak yang dilaporkan lebih rendah pada tahun 2020, berbagai upaya untuk mengendalikan pandemi COVID-19 telah mengakibatkan terganggunya imunisasi untuk mencegah dan meminimalkan wabah campak.

Pada November 2020, secara global lebih dari 94 juta anak berisiko kehilangan vaksin karena kampanye imunisasi campak dihentikan di 26 negara, karena pandemi COVID-19.

Pada hal, banyak dari negara tersebut sedang mengalami wabah campak. Dari negara-negara dengan rencana kampanye imunisasi campak 2020 yang ditunda, hanya delapan (Brasil, Republik Afrika Tengah, Republik Demokratik Kongo, Ethiopia, Nepal, Nigeria, Filipina, dan Somalia) yang melanjutkan kampanye setelah sempat terjadi penundaan awal.

Sebelum ada pandemi COVID-19, dunia bergulat dengan krisis campak, dan wabah campak itu belum sepenuhnya hilang. Sistem dan layanan kesehatan sedang terganggu oleh pandemi COVID-19 di banyak negara, yang menjadi penyebab kegagalan pengendalian campak dan harus segera ditangani.

Para pemimpin, petugas medis, dan tenaga kesehatan masyarakat di semua negara yang terkena dampak dan berisiko, diwajibkan memastikan bahwa vaksin campak tersedia.

Dengan demikian dapat diberikan dengan aman, tepat waktu, dan merata, serta orangtua atau pengasuh anak memahami manfaat vaksin campak yang telah terbukti mampu menyelamatkan jiwa.

Pada 6 November 2020, WHO dan UNICEF telah mengeluarkan seruan bersama untuk tindakan darurat dalam pencegahan dan penanggulangan wabah campak.

Virus campak dengan mudah

menginfeksi anak, remaja dan orang dewasa yang tidak kebal, karena sangat menular. Infeksi campak tidak hanya merupakan tanda cakupan imunisasi campak yang buruk, tetapi juga penanda bahwa layanan kesehatan penting mungkin tidak menjangkau populasi yang paling berisiko. Upaya kolektif segera harus dilakukan untuk menjangkau anak dengan vaksinasi campak sekarang, tidak perlu menunggu adanya kebijakan pelonggaran pembatasan perjalanan karena pandemi COVID-19 dan peningkatan pergerakan populasi.

Vaksin Aman

Fakta bahwa wabah campak terjadi pada tingkat tertinggi yang pernah kita lihat dalam satu generasi sangat mencemaskan, karena sebenarnya telah tersedia vaksin yang aman, hemat biaya, dan terbukti ampuh.

Tidak boleh ada anak yang meninggal karena penyakit yang dapat dicegah dengan vaksin, termasuk campak. Pandemi COVID-19 terbukti berkontribusi pada peningkatan jumlah kasus campak dan kematian.

Campak tidak mengenal batas, dan sangat penting bagi kita untuk bekerja sama dalam memimnisasi lebih banyak anak, dan melanjutkan perjuangan melawan penyakit yang dapat dicegah ini.

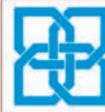
Berdasarkan data Kemenkes RI pada Jumat, 20 Januari 2023 terdapat 34 kabupaten dan kota dari 12 Provinsi yang telah menetapkan campak sebagai Kejadian Luar Biasa (KLB), yaitu Aceh, Sumatra Barat, Sumatra Utara, Riau, Jambi, Banten, Jawa Barat, Jawa Tengah, Jawa Timur, Kalimantan Utara, Nusa Tenggara Timur, dan Papua.

Pada hal Presiden RI Joko Widodo menargetkan bahwa pada tahun 2020 yang lalu, Indonesia seharusnya bebas penyakit campak dan rubella pada acara pencanangan imunisasi Measles Rubella (MR) di MTsN 10 Sleman, DIY Selasa, 1 Agustus 2017.

Target Presiden Jokowi tentu sulit terwujud, kalau kita masih mencampakkan imunisasi campak.

Sudahkah kita bertindak bijak dengan segala cara untuk meningkatkan cakupan imunisasi campak bagi balita di sekitar kita?

*) **Dokter spesialis anak di RS Panti Rapih, Lektor di FK UKDW 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 *

Manfaat Ekstrak Ikan Gabus untuk Imunitas Tubuh

Oleh : apt Fatimah Putri Ratnasari, SFarm

PROTEIN hewani dapat diperoleh dari berbagai jenis sumber makanan, salah satunya adalah ikan. Protein hewani dalam ikan merupakan salah satu protein dengan kualitas yang baik karena diperlukan oleh tubuh dan memiliki kandungan asam amino yang lengkap. Salah satu ikan dengan kandungan protein yang tinggi adalah *Channa striata*. *Channa striata* merupakan ikan air tawar yang banyak ditemukan di daerah tropis, seperti kawasan Asia,

salah satunya di Indonesia. Di Indonesia, *Channa striata* memiliki beberapa sebutan yang berbeda di masing-masing daerah, seperti Kutuk (Jawa), Kocolan (Betawi), Bogo (Sunda), Aruan atau Haruan (Melayu). Banyak juga masyarakat yang mengenalinya sebagai ikan gabus.

Umumnya ikan gabus diproses terlebih dahulu menjadi ekstrak untuk mendapatkan protein yang kaya akan albumin dan nutrisi lainnya. Pada industri farmasi, ekstrak ikan gabus dapat dijadikan bahan aktif dalam pembuatan suplemen kesehatan. Bentuk suplemen yang

banyak ditemui adalah kapsul, sirup, maupun serbuk.

Suplemen ekstrak ikan gabus memiliki berbagai manfaat untuk kesehatan tubuh. Manfaat dari suplemen ikan gabus yang sering digunakan adalah untuk mempercepat penyembuhan luka. Selain itu karena kandungan albuminnya yang tinggi, suplemen ikan gabus juga dapat digunakan untuk membantu meningkatkan albumin pada pasien dengan kadar albumin darah yang rendah (hipoalbuminemia). Suplemen ikan gabus saat ini juga mulai banyak digunakan untuk meningkatkan daya

tahan atau imunitas tubuh.

Kandungan dari ekstrak ikan gabus meliputi protein (albumin), asam amino, dan nutrisi lainnya. Dalam tubuh, protein menjadi salah satu komponen penyusun antibodi yang berperan dalam imunitas tubuh. Kadar protein albumin dalam darah yang rendah

berhubungan dengan tingkat imunitas tubuh yang rendah. Selain protein, kandungan asam amino dalam ekstrak ikan gabus, yaitu Arginine dan Glutamine, juga dapat meningkatkan respons sel-sel imun. Respons sel-sel imun yang meningkat dapat meningkatkan sistem pertahanan tubuh. Nutrisi lain dalam ekstrak ikan gabus, seperti Zink, Vitamin B6, dan Vitamin A, juga memiliki peran dalam peningkatan imun. Zink mampu meningkatkan fungsi Sel T dan Sel B dalam sistem pertahanan tubuh. Vitamin B6 dapat meningkatkan ketahanan tubuh dalam melawan infeksi. Vitamin A, selain mampu meningkatkan imun, juga memiliki

fungsi sebagai antioksidan yang dapat mencegah kerusakan sel atau jaringan.

Oleh karena kandungan di dalamnya, ekstrak ikan gabus dapat menjadi pilihan suplemen untuk menjaga daya tahan tubuh Anda dan keluarga. Anda dapat menanyakan aturan pemakaian suplemen ekstrak ikan gabus kepada dokter atau apoteker. Untuk keamanan dalam penggunaannya, pastikan suplemen ekstrak ikan gabus yang akan Anda gunakan telah terdaftar pada BPOM. Perlu diingat juga bahwa asupan makanan yang bergizi, olahraga yang teratur, dan pola tidur yang cukup juga berperan penting dalam menjaga imunitas tubuh Anda dan keluarga.***

KELUARGA

Ketidakhormatan Mengikis Kepercayaan Pasangan

SAAT ini, kasus presenter Indra Bekti dengan istrinya Aldilla Jelita menjadi sorotan. Aldilla menggugat cerai karena merasa telah dibohongi suaminya. Apakah, suami yang berbohong tidak bisa diperbaiki tabiatnya? Haruskah perceraian menjadi jalan yang dipilih?. Kasus yang juga mencuat di medsos ini, membuat netizen berkomentar beragam dan menyebut, istri kok tega gugat cerai suami dalam kondisi perlu perawatan. Apakah benar, karena enggan merawat suaminya karena merasa sakit hati?

"Kalau saya mencoba bertahan dahulu demi anak-anak, sambil meminta suami untuk memperbaiki tabiatnya. Jika suatu saat anak-anak sudah bisa menerima kondisi dan suami tidak berubah, ya saya pilih pisah demi kesehatan jiwa raga saya dan anak-anak untuk tumbuh kembang lebih baik," kata Rein, ibu rumah tangga 3 anak.

Psikolog Pernikahan, Anna Surti Ariani, S.Psi., M.Si., mengatakan pernikahan memang akan selalu dibumbui dengan konflik. Ia pun menegaskan, salah satu kunci pernikahan yang sehat adalah, suami istri tidak melupakan afeksi atau kasih sayang.

Artinya, tiap pasangan memang perlu menjaga hubungan untuk tetap mesra. Di mana masing-masing individu bisa melakukan komunikasi dua arah, saling memberikan pandangan, dan idealnya juga bisa saling mengembangkan satu sama lain.

"Sebenarnya dengan adanya konflik, sesekali bertengkar justru bisa menyelamatkan karena pada tahap-

an tersebut emosi yang sudah nge-drop bisa naik lagi. Kalau pasangan yang punya masalah, dibiarkan begitu saja, maka akan membuat level emosi justru akan turun terus. Punya konflik justru bisa bermanfaat untuk menaikkan level emosi," ujar psikolog yang kerap disapa dengan panggilan Nina ini.

Setelah menikah, kehidupan bersama dengan pasangan tak selalu berjalan manis. Tak jarang pasangan suami istri menghadapi salah satunya berlaku tidak jujur. Jika hal tersebut terjadi sekali atau dua kali mungkin dapat dimaklumi.

Perlakuan tidak jujur setelah perempuan menikah ini akan jadi suatu masalah rumah tangga jika sudah terjadi berulang kali. "Pasalnya, secara perlahan, kebohongan atau ketidakjujuran yang sudah menjadi kebiasaan ini dapat mengikis kepercayaan dengan pasangan," kata Nina, panggilan akrabnya.

Selain itu salah satu landasan yang perlu diingat dalam menjaga komit-

men pernikahan, tentu saja terkait dengan kejujuran. Tidak hanya membongkari pasangan, kebohongan yang dimaksud juga terkait dengan pola pikir diri sendiri, 'kebohongan' yang lambat laun dipercaya yang ternyata bisa merusak pernikahan.

Nina menyebut, jika ada pemikiran bahwa menikahi orang yang salah, justru hanya akan membuat pasangan ini akan terus fokus pada diri sendiri. Bukan mencari solusi dari masalah yang tengah dihadapi.

Sebaiknya mulailah melihat pasangan dari sisi yang berbeda. Ingatlah momen di mana ketika merasa jatuh cinta padanya. Mungkin selama ini hanya pasanganlah yang bisa mengerti, bagaimana caranya membuat suami atau istri kembali tersenyum. Atau, selama ini pasanganlah yang terus mendorong dan memberikan semangat hingga pasangan kita mencapai titik kesuksesan.

Percayalah kalau soulmate atau belahan jiwa sebenarnya bukan ditemukan, namun diciptakan. Semua tidak terlepas dari usaha keras dan perjuangan diri sendiri untuk menciptakan belahan jiwa masing-masing. Maka dalam sebuah pernikahan, proses menciptakan soulmate berlangsung terus menerus. Prosesnya memang tidak pernah mudah.

Jika memang kondisi pernikahan masih memungkinkan untuk dijalankan, tidak ada salahnya lebih dulu berusaha. Bila perlu cari bantuan tenaga profesional seperti psikolog atau konselor pernikahan yang akan membantu untuk mencari jalan keluar.

Pemikiran semua terjadi karena kesalahan pasangan juga tidak benar, ingat, pada dasarnya tidak ada satu orangpun yang mau disalahkan. Dan menyalahkan pasangan Anda karena hubungan yang gagal hanya akan memperburuk kondisi pernikahan.

Dengan menyalahkan pasangan terus menerus, menyudutkannya, tentu saja akan membuat pasangan mengalami rasa bersalah dan menurunkan harga dirinya.

Daripada menyalahkan pasangan karena membuat tidak bahagia, lebih baik ingat hal apa saja yang bisa membuat bahagia. Kemudia, jangan lupa untuk menikmatinya. (Ati)-f

LBH APIK Mengupas
Diasuh Lembaga Bantuan Hukum
'Asosiasi Perempuan Indonesia Untuk Keadilan' Yogyakarta
Alamat: Jl. Damai Ji Kaliurang, Jaban RT 01RW 025 Desa Sinduharjo Ngaglik Sleman. Hp 081903763537, 8179410624

Suami Sering Menghina

Tanya:

Saya menikah dengan suami sudah 7 tahun yang lalu di KUA. Masalahnya suami sering sekali menghina saya dengan kata-kata yang menyakitkan hati. Apakah perbuatan suami saya bisa dilaporkan ke Polisi. Biar dia jera gak akan melakukan penghinaan terhadap saya. Mohon jawabannya.

Nuri Yogyakarta.

Jawab:

Dalam UU Penghapusan KDRT ada 4 kekerasan, yaitu kekerasan psikhis, fisik, seksual dan penelantaran ekonomi. Suami anda telah melakukan kekerasan psikhis. Sebetulnya bisa masuk keranah hukum, akan tetapi masuk ranah hukum tidaklah

mudah. Harus ada bukti-bukti. Misalnya harus ada visum psikiatrum yang menguatkan, dan harus ada saksi. Saran kami, cobalah secara kekeluargaan dulu dengan mediasi. Anda bisa minta bantuan orang terdekat yang disegani suami, atau lembaga perlindungan perempuan dan anak, untuk duduk bersama melakukan mediasi antara suami dan anda. Semoga dengan mediasi, suami bisa lebih menghargai anda sebagai istri.

Demikian jawaban kami semoga bermanfaat.

LBH Apik Yogyakarta, Jalan Kenanga No 5 Perumnas Condongcatur, Depok Sleman. Hp 089619225868.

KLINIK PKBI

Tentang Kista dan Myoma

Tanya:

Apakah bedanya kista, myom. ... Saat bagaimana dianggap bahaya dan harus di-operasi? Apa sebabnya. Terima kasih dok.

Nina, Bantul

Jawab:

Kista dan myoma merupakan bentuk dari massa yang dapat berkembang dalam tubuh.

● Penyebab kista antara lain genetic, infeksi cacat pada sel, penyumbatan pada saluran pada tubuh, cedera atau terkena parasit

● Kista memiliki bentuk khas seperti kantong. Di dalamnya terdapat isian yang bisa berupa cairan atau unsur solid. Kadang kista juga bisa berisi bakteri atau cairan nanah. Kista dapat menimbulkan rasa nyeri yang relatif lebih tajam. Meskipun ukuran kista kecil biasanya menimbulkan rasa nyeri.

● Kista tidak berkembang dari dinding rahim, maka tidak akan mempengaruhi jumlah darah haid sama sekali. Kista memiliki kecenderungan untuk berubah menjadi kanker.

● Kista berisiko. Selain menyebabkan gangguan kesuburan, kista bisa pecah dan menyebabkan infeksi serta toksin.

● Prosedur kista biasanya dengan pengangkatan kista.

● Penyebab myoma, aspek hormonal dan hormon pertumbuhan.

● Myoma merupakan pertumbuhan sel dari dinding rahim. Bentuknya menyerupai benjolan dalam bentuk, ukuran. Mulai dari ukuran kacang hingga seukuran semangka. Dapat tumbuh pada lokasi yang berbeda. Bahkan mungkin untuk tumbuh di luar rongga rahim.

● Sifat Myoma jinak dan benjolan dengan bentuk yang solid. Tidak berkantung dan memiliki kesamaan sel dengan sel utama. Berasal dari sel otot pembentuk permukaan dinding dalam rahim, dan bisa terus membesar hingga akhirnya menyebabkan rongga rahim menyempit.

● Metode paling populer mengatasi myoma dengan operasi. Tindakan pendampingan terapi hormon dan diet kadang disarankan untuk mencegah myoma tumbuh kembali. □ - f



KR-Franz Boedhi Soekarnanto

Pasangan yang baik tidak melupakan kasih sayang.