

Edukasi Imunisasi HPV

KANKER serviks atau kanker leher rahim masih menjadi salah satu penyakit penyebab kematian tertinggi dan beban pembiayaan kesehatan terbesar di Indonesia.

Kanker serviks menduduki urutan kedua kanker paling berisiko bagi wanita dengan kasus kanker terbanyak setelah kanker payudara yaitu sekitar 36.633 kasus baru atau 9,2 persen dari total kasus kanker di Indonesia pada 2021.

"Keberhasilan program eliminasi kanker serviks memerlukan dukungan dan peran aktif dari seluruh lapisan masyarakat, termasuk jurnalis dan media. Apresiasi kepada PT Merck Sharp & Dohme (MSD) Indonesia, yang menyelenggarakan kegiatan ini. Diharapkan dapat meningkatkan pemahaman jurnalis tentang pencegahan kanker serviks, yang selanjutnya akan membantu menyebarkan kesadaran ini kepada masyarakat.

Dengan demikian, diharapkan target cakupan imunisasi human papilloma virus (HPV) bagi 2,9 juta anak usia sekolah dasar kelas 5 dan 6, serta target deteksi dini dapat tercapai," ungkap Menteri Kesehatan, Budi Gunadi Sadikin, di Jakarta, belum lama ini.

Sejalan dengan upaya Kemenkes, komitmen untuk membantu mengeliminasi penyebaran kanker serviks di Indonesia juga ditunjukkan oleh MSD Indonesia. MSD berkerjasama dengan Kemenkes melakukan edukasi berkelanjutan untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang infeksi HPV agar dapat mendorong masyarakat untuk makin proaktif dalam menjaga kesehatannya, utamanya untuk mencegah kanker serviks. MSD juga mendukung tenaga Kesehatan untuk semakin aktif memberikan edukasi mengenai imunisasi HPV.

"Kami percaya setiap orang berhak mendapatkan akses informasi yang kredibel, serta akses mendapatkan imunisasi HPV sebagai langkah pencegahan penyebaran kanker serviks," kata Managing Director MSD Indonesia, George Stylianos.

Dapat Dicegah

Meski berisiko mematikan, kanker serviks nyatanya dapat dicegah. Direktur Pengelolaan Imunisasi Kementerian Kesehatan, dr. Prima Yosephine, MKM, mengatakan, tingkat kematian jika seseorang sudah dinyatakan kanker serviks cukup tinggi, karena umumnya penderita datang sudah terlambat.

Kesadaran Orangtua

Data tahun 2020 menunjukkan ada 33.633 kasus baru dengan kematian sebanyak 21.003 orang. Imunisasi merupakan upaya pencegahan yang paling murah. Karena jika sudah terinfeksi kanker serviks sudah pasti mahal biayanya.

Untuk itu, Kemenkes terus melakukan perluasan imunisasi HPV secara nasional. Saat ini, imunisasi HPV tahun 2023 melalui program BIAS baru mencapai 65,5 persen. Untuk mempercepat penurunan angka kesakitan dan kematian akibat kanker serviks diperlukan capaian imunisasi HPV minimal 90 persen.

"Inilah mengapa, kesadaran bagi orang tua

untuk memanfaatkan program imunisasi HPV nasional perlu terus diperkuat, guna melindungi anak-anak dari resiko kanker serviks di masa depan," paparnya.

Terkait pencegahan kanker leher rahim, Prima juga menekankan pentingnya deteksi dini seperti pap smear khususnya pada wanita yang sudah aktif secara seksual dan berusia 35 hingga 45 tahun, walaupun sudah divaksin HPV."Harus rutin melakukan deteksi dini untuk bisa menilai apakah dia masih dalam status yang aman atau kalau sudah terjadi gangguan maka ditemukannya lebih dini sebelum menjadi kanker," papar Prima.

Dijelaskan, kanker serviks terjadi ketika sel-sel abnormal tumbuh di leher rahim dan membentuk tumor ganas. Infeksi HPV menjadi penyebab utama terjadinya kanker ini dan ditularkan melalui hubungan seksual dengan orang yang terinfeksi.

Prima menambahkan, saat seseorang terinfeksi HPV, maka dia tidak serta merta terkena kanker serviks. Berbeda dengan covid-19, kanker serviks baru muncul 20 - 25 tahun kemudian setelah seseorang terinfeksi HPV. Selain itu, sistem kekebalan tubuh yang lemah, riwayat infeksi menular seksual, riwayat keluarga dengan kanker serviks serta melakukan hubungan seksual pada usia sangat muda diketahui menjadi faktor risiko terjadinya kanker serviks. "Kami selalu menyarankan agar semua wanita yang sudah berumah tangga rutinelah melakukan pap smear, deteksi dini untuk bisa menilai kesehatan leher rahimnya," kata Prima.

Sementara itu, dokter Spesialis Kandungan dan Kebidanan, dr. Keven Tali, Sp. OG menyatakan, pemberian imunisasi HPV disarankan diberikan pada perempuan yang belum menikah atau belum aktif secara seksual agar perlindungannya bekerja lebih baik. Meski demikian, bagi perempuan menikah yang belum terpapar HPV, imunisasi ini juga penting dilakukan, meski dengan dosis yang berbeda.

Skrining Rutin

Bagi wanita usia subur (WUS) usia 30 – 50 tahun, World Health Organization (WHO) juga merekomendasikan untuk melakukan skrining kanker serviks secara rutin, untuk mendeteksi infeksi HPV sebagai penyebab utama kanker serviks.

Sayangnya, masih ada keengganan di tengah masyarakat untuk melakukan skrining dan mendapatkan imunisasi HPV. Pada tahun 2023, cakupan skrining kanker serviks di Indonesia hanya mencapai 7,02 persen dari yang ditargetkan 70 persen.

Sementara itu, Dokter Spesialis Anak, dr. Kurniawan Satria Denta, M.Sc, Sp mengatakan, masih banyak informasi tidak tepat seputar kanker serviks dan imunisasi HPV turut andil dalam kondisi ini.

Bahkan ada mitos perihai vaksin HPV akan menyebabkan kemundulan tidak benar adanya karena sudah banyak penelitian yang membuktikannya. Tetapi, efek samping dari pemberian vaksin HPV mungkin dirasakan beberapa waktu setelah penyuntikan, yakni rasa

nyeri di tangan akibat jarum suntik.

"Mitos bahwa kanker serviks adalah penyakit orang yang sudah berkeluarga, sehingga anak-anak tidak perlu diberi imunisasi HPV, atau bahwa imunisasi kanker serviks bisa menyebabkan kemundulan, menjadi beberapa informasi kurang tepat yang beredar di masyarakat. Karenanya, penting bagi orang tua untuk memahami dengan baik manfaat imunisasi HPV guna melindungi anak dari risiko kanker serviks di masa yang akan datang," ungkap Kurniawan .

Memahami situasi ini, MSD bersama Kementerian Kesehatan Indonesia terus berupaya untuk melakukan sosialisasi dan edukasi seputar imunisasi HPV dan kanker serviks di Indonesia.

Dijelaskan, pemberian vaksin HPV bisa juga kepada anak laki-laki dan perempuan di bawah usia 15 tahun. Dengan begitu, kekebalan kelompok dapat membantu memberantas virus penyebab kanker serviks.

Pemberian vaksinasi HPV kepada terutama anak-anak perempuan di bawah 15 tahun merupakan salah satu program pemerintah Indonesia yang sedang dilakukan guna menurunkan angka kejadian akibat kanker serviks di masa depan.

Pra Remaja

Secara global, target vaksin HPV yang ingin dicapai adalah menurunkan angka kejadian menjadi 4/100.000 penduduk per tahun pada tahun 2030 mendatang. Vaksinasi HPV ini paling efektif diberikan kepada anak-anak yang memasuki masa pra-remaja karena mereka belum aktif secara seksual dibandingkan dengan orang dewasa.

Dijelaskan, sebenarnya terjadinya kanker serviks pada wanita juga melalui proses yang cukup panjang sekitar 10-15 tahun sebelum akhirnya ditemukan kanker tersebut.

Oleh sebab itu, usia 9-14 tahun adalah waktu yang paling tepat untuk mendapatkan vaksinasi HPV guna mencegah terjadinya kanker serviks.

"Vaksin HPV itu diberikan pada anak karena paling optimal dikasih di usia pra-remaja, optimal dalam kekebalan tubuh. Ketika sudah kena kanker serviks, infeksinya teradi sudah lama sejak 10-15 tahun sebelumnya," ujar Kurniawan.

Anak-anak berusia 9-14 tahun dengan kondisi seksual yang belum aktif juga memiliki antibodi yang lebih tinggi daripada orang dewasa. Oleh sebab itu, pemberian vaksin HPV akan bekerja lebih maksimal untuk membentengi tubuh dari virus penyebab kanker serviks. Anak-anak pun cukup mendapatkan dua kali suntikan atau dua dosis vaksin HPV saja. Sedangkan orang dewasa membutuhkan tiga dosis vaksin HPV.

"Setelah penelitian diketahui ternyata kalau memberikan vaksin di usia remaja, mereka belum aktif secara seksual. Antibodinya tinggi, perlindungannya tinggi. Saking tingginya, hanya butuh dua kali suntik saja," jelas Kurniawan.

(Lmg)



RUMAH SAKIT "JIH"
EMERGENCY CALL
0274-4663555

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

JiHealth corner
Tanya jawab kesehatan

Diabetes dan Pencegahannya

Oleh: Fahmiatun Fauzillah Fajrun, S.Gz, RD

PENYAKIT Diabetes Mellitus sudah banyak diketahui oleh masyarakat. Diabetes adalah suatu penyakit atau gangguan metabolisme kronis, yang ditandai oleh tingginya kadar gula darah disertai dengan gangguan metabolisme karbohidrat, lipid dan protein sebagai akibat dari gangguan fungsi insulin.

Batas maksimal gula darah dianggap aman, berbeda-beda tiap orang, tergantung pada kondisi kesehatan, usia dan faktor-faktor lainnya.

Namun, pada umumnya batas maksimalnya adalah 160 hingga 240 mg/dL. Apabila kadar gula darah tidak terkontrol, maka akan menimbulkan berbagai komplikasi penyakit. Penyakit diabetes tidak dapat disembuhkan, tetapi dapat dikendalikan agar tidak terjadi komplikasi.

Urutan ke-6

Sampai dengan saat ini, diperkirakan lebih dari 346 juta penderita diabetes di seluruh dunia dan diperkirakan akan terus meningkat pada tahun yang akan datang, tidak terkecuali di Indonesia.

Indonesia menempati urutan ke-6 dari sepuluh negara, dengan jumlah pasien diabetes tertinggi, yakni 10,3 juta pasien per tahun 2017 dan diperkirakan akan meningkat menjadi 16,7 juta pasien per tahun 2045.

Obesitas

Kelebihan berat badan merupakan faktor risiko utama terkena diabetes. Itulah sebabnya pengendalian pola makan sangat penting untuk mencegah kelebihan berat badan, obesitas, dan diabetes.

Laporan Riset Kesehatan Nasional tahun 2018 menunjukkan sepersepuluh anak Indonesia usia 5 hingga 12 tahun mengalami obesitas.

Kelebihan berat badan ini, akan diperparah dengan adanya kebiasaan mager, atau malas bergerak.

Kurangnya aktifitas fisik dan olah raga, menyebabkan kurangnya pelepasan energy tubuh, sehingga menambah komposisi lemak tubuh.

Faktor risiko lain yang sdh banyak diketahui adalah memiliki keluarga dengan riwayat diabetes.

Prinsip 3J

Saat ini, informasi pencegahan atau

penanganan penyakit diabetes, sangat mudah diperoleh dari internet atau media social.

Namun, semua informasi tersebut harus dipastikan kebenarannya dengan mengakses informasi kesehatan di fasilitas kesehatan.

Informasi yang sering didengar di masyarakat untuk menurunkan risiko diabetes adalah menghindari makan nasi, menghindari minum manis dan mengurangi frekuensi makan menjadi sekali atau 2 kali sehari.



ILUSTRASI JOS

Hal ini tidak sepenuhnya benar. Kunci dalam pencegahan Diabetes bagi masyarakat yang beresiko tinggi (kelebihan berat badan, males gerak dan memiliki riwayat keluarga diabetes) adalah dengan menerapkan gizi seimbang dan olahraga.

Pentingnya menerapkan prinsip 3 J, yaitu jenis bahan makanan, jumlah porsi makanan dan jadwal makanan, dapat membantu mengontrol kadar gula darah dalam batas normal dalam sehari.

Setiap orang memiliki kebutuhan gizi yang berbeda, tergantung pada jenis kelamin, status gizi, aktifitas dan kondisi kesehatannya.

Latihan fisik secara teratur 3-5 hari/minggu selama 30-45 menit dapat menjaga kebugaran, menurunkan berat badan dan memperbaiki sensitifitas insulin.

Latihan fisik yang dianjurkan, berupa latihan yang bersifat aerobik dengan intensitas sedang, seperti jalan cepat, sepeda santai, jogging dan berenang.***

KELUARGA

ATAS PERAN DEDIKASI DAN KONTRIBUSI

Merayakan Perempuan di Peringatan Hari Ibu

PERINGATAN Hari Ibu (PHI) yang dilaksanakan setiap tanggal 22 Desember adalah momentum bangsa untuk mengenang dan menghargai perjuangan perempuan Indonesia. Momentum ini juga penting untuk memaknai kembali PHI sebagai tonggak gerakan perempuan Indonesia untuk berkontribusi aktif memajukan bangsa dan negara.

Momentum Khusus

"PHI bagi bangsa Indonesia, khususnya bagi para perempuan khusus menjadi momen khusus, bukan saja sebagai peringatan untuk mengucapkan terima kasih atas jasa ibu yang begitu istimewa bagi seluruh masyarakat Indonesia, tetapi lebih dari itu. PHI sesungguhnya merupakan suatu bentuk apresiasi bagi semua perempuan Indonesia, atas peran, dedikasi, serta kontribusinya bagi keluarga, masyarakat, bangsa, dan negara," ujar Menteri Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (PPPA) Bintang Puspayoga dalam Konferensi Pers Kick Off PHI ke-95 Tahun 2023, belum lama ini.

Seperti tahun sebelumnya, Pelaksanaan PHI-ke 95 Tahun 2023 mengangkat tema utama "Perempuan Berdaya, Indonesia Maju", yang berbeda PHI tahun ini memiliki 4 (empat) sub tema yakni Perempuan Bersuara, Perempuan Berdaya dan Berkarya, Perempuan Peduli, Perempuan dan Revolusi. Empat sub tema tersebut diambil untuk membingkai semangat dan gerakan perempuan yang selanjutnya akan di detailkan melalui kegiatan-kegiatan yang relevan, yang akan menjadi rangkaian dari keseluruhan PHI ke-95 Tahun 2023.

"Ada yang spesial pada Peringatan Hari Ibu ke-95. Mengingat PHI tahun ini bertepatan dengan tahun politik, dimana akan dilakukan pembatasan mo-

bilisasi massa dalam jumlah banyak, Kementerian Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (KemenPPPA) akan menggelar kegiatan 'Merayakan Perempuan' di Istora Senayan pada 14 November 2023 sebagai Kick Off Peringatan Hari Ibu ke-95. Menghadirkan 7.000 perempuan dari berbagai profesi, kalangan dan usia, sebagai ekspose kemajuan perempuan, sebagai sumber daya potensial pembangunan," jelas Menteri PPPA.

Kegiatan 'Merayakan Perempuan' sekaligus sebagai Kick Off dari keseluruhan rangkaian PHI tahun ini. Melalui kegiatan 'Merayakan Perempuan' ini diharapkan menjadi ruang untuk menunjukkan kepada publik tentang kekuatan perempuan sebagai pilar yang berkontribusi mencapai kemajuan dan kejayaan bangsa. Bahwa dari waktu ke waktu sudah banyak kemajuan dan prestasi yang ditorehkan dan dicapai oleh perempuan.

Jadi Motivasi

"Merayakan perempuan tidak

hanya dimaknai sebagai kegiatan selebrasi saja, tetapi harus menjadi motivasi khususnya perempuan untuk tidak berpuas diri namun terus meningkatkan kapasitas, kompetensi dan prestasinya untuk berkontribusi mewujudkan tujuan nasional. Kegiatan Merayakan perempuan juga melibatkan anak-anak muda dari segi konsep hingga pelaksanaannya. Ini sebagai upaya kami untuk mengajak anak-anak muda sebagai penerus masa depan bangsa untuk ambil bagian melalui gagasan dan ide-ide kreatifnya dalam mendukung pergerakan dan kemajuan perempuan masa kini dan mendatang," tambah Menteri PPPA.

Penyusunan Buku

KemenPPPA juga menggagas penyusunan Buku 95 Perempuan Inspiratif, yang bertujuan untuk mengangkat profil perempuan yang tangguh di bidangnya dan menginspirasi. Buku ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada publik bahwa banyak perempuan berprestasi bahkan

berkontribusi melalui dedikasi yang luar biasa dan membantu keberhasilan pembangunan. Profil 95 perempuan dipilih melalui seleksi yang ketat, transparan dan melibatkan tim seleksi dari para pakar di bidangnya.

"PHI juga harus menjadi momentum untuk mengingatkan semua perempuan Indonesia untuk selalu menanamkan dalam diri dan pikirannya, bahwa mereka adalah sosok yang kuat, tangguh, dan berdaya. Sosok yang berani bermimpi dan mampu mewujudkannya," tutup Menteri PPPA.

Rangkaian kegiatan PHI ke-95 Tahun 2023, juga melibatkan kolaborasi dan sinergi multi pihak yaitu lintas Kementerian/Lembaga, organisasi perempuan, keagamaan, dunia usaha, media dan pihak-pihak lainnya mulai dari gagasan dan pelaksanaannya. Selanjutnya, Rangkaian kegiatan Hari Ibu akan ditutup dengan Tasyakuran sebagai Puncak PHI ke-95, yang akan dilaksanakan pada 22 Desember 2023, bertempat di Gedung BRIN Jakarta.

(Ati)-d



KR- Franz Boedhi Soekamanto

Perempuan juga berperan di sektor publik ikut bergerak di bidang ekonomi.



Numpang Nikah

Tanya:

Saya gadis usia 28 tahun, akan menikah dengan pria usia 32 tahun . Kami berencana mau nikah di KUA tempat suami berada di Jawa Tengah, sedang saya saat ini di DIY. Bisakah saya menikah di tempat tinggal calon suami ?

Rara - Yogyakarta

Jawab :

Selamat Mbak Rara, semoga menjadi keluarga Samawa Aamin. Bisa saja anda menikah dengan suami di domisili suami anda di Jateng . Anda harus mengurus surat Numpang Nikah di KUA sesuai KTP anda . Dengan membawa dokumen fotokopi KTP, KK ,akta lahir dan lain-lain Nanti anda akan mendapatkan surat pengantar numpang nikah dari KUA setempat. Kemudian Surat tersebut diserahkan kepada KUA tujuan di mana pernikahan akan dilangsungkan .

Demikian jawaban kami semoga bermanfaat. LBH Apik Yogyakarta, Jl Asemgede Condongcatur Depok Sleman. Hp. 0896 1922 5868. ☐-d



Menunda Menstruasi

Tanya:

Saya berniat umrah, sehingga perlu info, bagaimana cara menunda menstruasi. Supaya bisa melaksanakan ibadah umrah dengan lancar.

Anisa, Bantul

Jawab:

Apabila ingin menunda menstruasi, terdapat obat penunda menstruasi yang memiliki aturan pemakaian paling lambat 14 hari sebelum menstruasi berikutnya datang. Dan dihentikan pemakaian 3 hari sebelum menstruasi yang diinginkan. Menstruasi akan datang, 2-3 hari setelah penghentian penggunaan obat.

Namun ada obat yang digunakan menunda menstruasi ,yang dimulai penggunaannya pada hari ke-5 siklus menstruasi. Untuk memajukan menstruasi 6 hari lebih awal dari menstruasi yang akan datang, maka pemakaian obat dimulai pada hari ke-5 sampai hari ke-

19 dari siklus menstruasi.

Pada penggunaan progesterone dapat terjadi perdarahan bercak, yang dianggap sebagai perempuan bahwa perdarahan bercak itu sama seperti darah menstruasi sehingga tidak mau mengerjakan ibadah, padahal perdarahan bercak itu terjadi karena pemberian hormon.

Ada beberapa efek samping yang perlu diperhatikan ketika mengkonsumsi obat tersebut, diantaranya : kembung, nyeri kepala, mual, menstruasi yang singkat atau tidak menstruasi, sulit tidur, nyeri payudara, demam, sesak, linglung. Apabila mengalami hal tersebut dan sangat mengganggu aktivitas, maka segera periksakan diri ke dokter, agar dapat dilakukan pemeriksaan lebih lanjut.

Demikian penjelasan kami dan semoga bermanfaat. Salam.

Diasuh oleh: dr J Nugrahaningtyas W Utami MKes. ☐-d