

Kematian karena Laka Lantas

KECELAKAAN lalu lintas (laka Lantas), akhir akhir ini sering terjadi, baik di jalan tol maupun di jalan raya. Ini menimbulkan keprihatinan tersendiri. Apalagi, penyebab laka lantas sangat beragam, dan menimbulkan dampak negatif.

Lebih dari 50 juta orang telah meninggal di jalan raya, sejak penemuan mobil dan jumlah ini, melebihi jumlah kematian dalam Perang Dunia Pertama atau beberapa epidemi penyakit terburuk.

Bahkan ada Hari Peringatan Sedunia untuk Korban Kecelakaan Lalu Lintas di Jalan Raya (The World Day of Remembrance for Road Traffic Victims), setiap 15 nopember.

Pada hari tersebut dan selanjutnya setiap minggu,segenap warga dunia didorong untuk memainkan peran masing-masing, dalam membuat jalan raya lebih aman untuk semua orang. Bahkan jalan raya yang lebih aman bagi orang lain, sebenarnya juga adalah jalan raya yang lebih aman bagi kita semua.

Kita semua wajib menciptakan dunia bagi semua orang untuk mendapat manfaat dari perlindungan kesehatan semesta atau Universal Health Couverage (UHC), termasuk pengobatan karena trauma, rehabilitasi dan dukungan psikologis bagi para korban kecelakaan lalu lintas di jalan raya.

Meskipun sudah ada kemajuan pesat, namun kematian karena kecelakaan lalu lintas di jalan raya terus saja meningkat, dengan kematian tahunan global mencapai 1,35 juta kasus. Cedera lalu lintas di jalan kini menjadi pembunuh utama bagi anak dan remaja yang berusia 5-29 tahun.

Secara global, dari semua kematian karena kecelakaan lalu lintas, pejalan kaki dan pengendara sepeda merupakan 26% korban. Sedangkan pengendara sepeda motor dan penumpang kendaraan merupakan 28% korban. Risiko kematian karena kecelakaan lalu lintas di jalan, sampai sekarang tetap mencapai tiga kali lebih tinggi di negara berpenghasilan rendah daripada di negara berpenghasilan tinggi, dengan tingkat tertinggi di Afrika (26,6 per 100.000 penduduk) dan terendah di Eropa (9,3 per 100.000 penduduk).

Tak Dapat Diterima

Sebenarnya kematian dan cedera karena kecelakaan lalu lintas di jalan raya, adalah harga yang tidak dapat diterima (an unacceptable price) untuk membayar mobilitas manusia. Untuk itu, tidak ada alasan untuk tidak

FX. Wikan Indrarto*)



bertindak, karena ini adalah masalah yang sebenarnya memiliki solusi yang telah terbukti. Pemerintah di manapun, harus menunjukkan kepemimpinan dan mempercepat tindakan untuk menyelamatkan nyawa warganya, dengan menerapkan aturan hukum yang lebih baik dan telah terbukti berhasil guna.

Dalam pengaturan oleh negara di mana kemajuan telah dibuat, ternyata disebabkan karena adanya kepemimpinan negara yang kuat, dengan undang-undang yang mengatur tentang faktor risiko utama kecelakaan lalu lintas, seperti larangan mengemudi, makub saat mengemudi, tidak menggunakan sabuk pengaman, helm sepeda motor, dan pengikatan anak (child restraints). Selain itu, juga infrastruktur yang lebih aman seperti trotoar dan jalur khusus untuk pengendara sepeda dan sepeda motor, standar keamanan kendaraan yang lebih ditingkatkan, seperti kewajiban adanya mekanisme kontrol stabilitas elektronik dan sistem pengereman kendaraan, bahkan perawatan medis pasca kecelakaan lalu lintas.

Beberapa acara yang diselenggarakan dalam peringatan tersebut adalah pertama, menilai perjalanan (assessing journeys) yang diharapkan akan menghasilkan perubahan konkret kepada pembuat kebijakan di lebih dari 50 negara, terutama di Brazil, Mongolia, Nigeria dan Pakistan. Kedua, seruan untuk meningkatkan keselamatan pejalan kaki pada zona penyeberangan jalan di Trinidad dan Tobago. Ketiga, mengurangi batas kecepatan kendaraan di Slovenia. Keempat, meningkatkan penggunaan sabuk pengaman di dalam mobil di Kazakhstan dan pengikatan anak (child restraints) di Chili. Kelima, meningkatkan perawatan medis pasca-kecelakaan dan mengharuskan mobil

memberi jalan kepada ambulans di India, dan menutup biaya perawatan medis bagi para korban kecelakaan lalu lintas jalan di Rwanda, melalui "mutuelle de sant ".

Selain itu, juga berbagai kegiatan yang meningkatkan kesadaran dan penegakan hukum secara umum, mengadvokasi jalan yang aman untuk anak di banyak negara, dengan memasang rambu batas maksimal kecepatan kendaraan di sekitar sekolah, sebagaimana telah dilakukan di Argentina, Senegal dan Tunisia. Bahkan juga mempromosikan penggunaan helm pagi pengendara sepeda motor untuk pembonceng anak di Malaysia. Kegiatan lainnya adalah melatih ketrampilan awak bus sekolah di Nepal, dan penguatan kepemimpinan untuk keselamatan pengguna jalan di Yordania, Lebanon dan Filipina.

Di Indonesia rata-rata 3 orang meninggal setiap jam akibat kecelakaan di jalan raya. Data tersebut juga menyatakan bahwa besarnya jumlah kecelakaan tersebut disebabkan oleh beberapa hal, yaitu : 61% kecelakaan disebabkan oleh faktor manusia yang terkait dengan kemampuan serta karakter pengemudi, 9% disebabkan karena faktor kendaraan (terkait dengan pemenuhan persyaratan teknik laik jalan) dan 30% disebabkan oleh faktor prasarana dan lingkungan. Demikian disampaikan Direktur Jenderal Perhubungan Darat Kementerian Perhubungan Pudji Hartanto saat persiapan kegiatan Kampanye Keselamatan Jalan di Jakarta, Jumat, 18 Agustus 2020.

Pandemi COVID-19 telah mendatangkan malapetaka bagi umat manusia. Pada saat yang sama, ini memberi kita kesempatan untuk membangun kembali kehidupan, termasuk aktivitas pengguna jalan raya, dengan lebih baik. Momentum Hari Peringatan Sedunia untuk Korban Lalu Lintas Jalan Raya menginspirasi bentuk dunia baru pasca-pandemi COVID-19, yaitu dunia yang memprioritaskan jalan raya yang aman bagi semua pengguna jalan. Selain itu, juga berinvestasi untuk fasilitas pejalan kaki dan pesepeda yang lebih aman, untuk menekan angka kematian karena kecelakaan lalu lintas di jalan raya. Apakah kita sudah terlibat?

*) **Dokter spesialis anak di RS RS Panti Rapih Yogyakarta, Alumnus S3 UGM, Lektor FK UKDW.**



RUMAH SAKIT "JIH"
EMERGENCY CALL
0274-4663555

JlHealth corner
Tanya jawab kesehatan

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

Hamil di Luar Kandungan

dr. Marie Caesarini, SpOG, MPH

HAMIL di luar kandungan atau istilah medisnya disebut dengan kehamilan ektopik, merupakan keadaan kehamilan yang terjadi di luar rahim.

Setelah sel telur dibuahi oleh sperma, dalam bentuk blastosis akan mencari tempat untuk menempel di dinding rahim, proses ini dinamakan implantasi.

Tetapi pada kehamilan ektopik, penempelan tersebut bisa terjadi dalam saluran indung telur yaitu di ampula tuba, kemudian di serviks, ovarium, atau bahkan di dalam perut ibu. Kehamilan yang terjadi di dalam perut ibu dikatakan kehamilan abdominal.

Gejala yang sering ditemui pada kejadian kehamilan ektopik berupa nyeri perut yang amat sangat, serta perdarahan dari jalan lahir dan saat dilakukan pemeriksaan dalam ternyata ada rasa nyeri saat mulut rahim digoyangkan.

Kehamilan ektopik yang terbanyak, biasanya yang terjadi di saluran tuba. Ada beberapa kemungkinan seorang ibu dapat mengalami kehamilan ektopik. Bisa dikarenakan riwayat kehamilan di luar kandungan sebelumnya, adanya infeksi atau peradangan di daerah kelamin seperti penyakit menular seksual atau riwayat operasi pada daerah saluran indung telur.

Kondisi kehamilan ektopik terbagi menjadi kehamilan ektopik tidak terganggu, dan kehamilan ektopik yang terganggu. Kehamilan ektopik tidak terganggu artinya belum terjadi gangguan pada hemodinamika ibu, jadi kondisi umum ibu tetap stabil.

Biasanya ibu merasakan nyeri-nyeri perut bawah yan g hilang timbul pada usia kehamilan sangat muda.

Dari hasil pemeriksaan ultrasonografi transvaginal, akan didapatkan gambaran kantong gestasi yang tampak di luar rahim. Penanganan pada kasus ini akan diberikan pengobatan secara konservatif, yang bertujuan untuk menghilangkan kehamilan di luar rahim tersebut dengan pemberian obat secara suntikan.

Sedangkan untuk kehamilan ektopik



terganggu biasanya kondisi hemodinamika ibu tidak stabil, artinya terjadi ketidakstabilan ibu yang dapat dilihat dari tekanan darah yang menurun, nadi yang cepat dan pernapasan ibu yang meningkat.

Biasanya ibu selain merasakan nyeri perut bawah yang hebat, bisa juga disertai dengan adanya tegang pada perut ibu.

Dari pemeriksaan ultrasonografi akan didapatkan adanya cairan bebas di dalam perut. Pada pemeriksaan laboratorium akan khas terjadi penurunan kadar hemoglobin di dalam darah.

Pada kondisi kehamilan ektopik terganggu, ini terapinya adalah dengan melakukan pembedahan segera untuk mengambil produk kehamilan dan menghentikan perdarahannya. Diperlukan transfusi darah segera, selama operasi atau sesudahnya. Setelah operasi, kondisi ibu akan segera kembali ke keadaan stabil.

Untuk mengetahui apakah kehamilan ibu berada di dalam rahim atau di luar rahim, maka perlu melakukan pemeriksaan ultrasonografi, setelah terlambat haid dan tes kehamilannya positif.

Kebanyakan kasus hamil ektopik terjadi di bawah usia kehamilan 7 minggu, sehingga pada usia-usia kehamilan awal ini adalah saat yang tepat untuk melakukan pemeriksaan ultrasonografi.***

KELUARGA

Ketika Terbius Drama Layar Kaca

SINETRON dan drama Korea atau populer disebut Drakor, saat ini banyak membius para wanita, terutama ibu-ibu. Tidak hanya dikota namun juga di desa. Banyak yang menonton saat tayang namun ada juga yang menonton siaran tunda. Banyak agenda yang diundur waktunya, jika bersamaan dengan tayangan drama di layar kaca. Bahkan, ada yang mengagendakan nonton bareng sambil acara makan makan seru-seruan.

Idola baru pun kini bermunculan, ada rasa sakit hati ketika sang idola juga tersakiti saat adegan di layar kaca. Jalan cerita yang unik, pemain yang cakap, pernah pernik asesoris yang memikat. Serta tayang setiap episode, sehingga membuat pemirsa semakin penasaran dan terus ingin mengikuti episode berikutnya. Bahkan, bahasa dan istilah yang muncul kini mulai banyak dipakai dalam percakapan sehari hari. Luar biasa pengaruhnya dan membius pemirsa.

Perkuat Budaya Indonesia

"Kita memang dari dulu selalu terjadi saling menerima dan memberi dalam hal kebudayaan," kata Direktur Pengembangan dan Pemanfaatan Kebudayaan, Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset, dan Teknologi (Kemendikbudristek), Restu Gunawan, kepada *KR*, belum lama ini.

Ditambahkan, kebudayaan terus berkembang dan dinamis. Terkait drakor yang mewabah, karena memang kekuatan dari budaya Korea

yang cukup kuat mulai dari teknologi hingga kebudayaan.

"Jalan satu_satunya kita harus memperkuat budaya Indonesia. dalam era sekarang tidak mungkin kita melarang orang untuk tidak menggunakan suatu kebudayaan dari manapun," tambahnya.

Ditambahkan, karena era digital dan lain-lain, maka caranya ya memperkuat budaya kita yang harus lebih kontekstual, dan masyarakat harus ikut terlibat dalam proses-proses kebudayaan.

Jadi ada rasa memiliki dan hidup bersama dengan kebudayaan itu. Tidak mungkin hanya dilakukan pemerintah saja, cara mengkontekstualisasikan bagaimana harus disesuaikan dengan era kini. Seperti penggunaan media sosial serta sarana digital lainnya.

Tokoh tokoh penting harus secara sadar dan sistematis, membangun gerakan bersama dalam pemajuan kebudayaan. Apalagi, saat ini, tidak

hanya melalui film saja, namun juga fashion dan makanan banyak yang mengacu pada budaya luar negeri. Segera menjadi tren dan mendapat tempat dihati anak muda. Sebagai orangtua, sebaiknya juga tetap mengenalkan budaya lokal, seperti tetap mengenalkan makanan tradisional yang juga unik. Apalagi kini, jajanan dari negara luar menyerbu, baik di pusat perbelanjaan modern sampai di kakilima, tampilannya yang menarik membuat konsumen ingin mencoba dan mencoba. Begitu juga gaya busana, kini seakan mengikuti tren negara luar, sehingga generasi muda perlu juga pemahaman gaya yang sesuai dengan kepribadian kita.

Jangan Mengkhayal

Sedangkan psikolog Seto Mulyadi menuturkan, menonton sinetron atau drakor memang bisa menjadi hiburan tersendiri, terutama bagi perempuan. Namun jangan sampai kebablasan, karena perempuan yang memiliki "self-esteem" yang rendah, kurang rasa percaya diri, dan pencemas yang pada akhirnya, membuatnya kesulitan untuk berinteraksi dengan lingkungan.

Seto mengingatkan, bagi para perempuan yang suka menonton 'drakor' berhati-hatilah karena akan lebih mudah terkena sindrom ini. "Menonton drama memang menyenangkan, namun jangan sampai mengkhayal, memiliki kehidupan dan pasangan seperti di dalam drama tersebut. Kadangkala, bila khayalan terlalu tinggi dan sampai mempengaruhi kehidupan sehari-hari dan terbawa perasaan, bisa membuat suasana lingkungan keluarga dan sekitarnya menjadi tidak nyaman, karena ekspektasi yang tinggi, membuat kecewa yang dalam pada kenyataan," jelasnya.

Boleh boleh saja menonton drama sebagai hiburan yang menyenangkan, murah meriah. Ambillah sisi baiknya, bila ada tayangan yang menginspirasi yang memiliki nilai kebaikan atau humanisme tinggi. Jadi, jangan terlalu terbius dan terbawa khayal yang tinggi saat menjadi pemirsa. (Ati)-f

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

Gugat Istri TKW

Tanya:

Saya menikah di KUA 15 tahun yang lalu. Saat ini istri sebagai TKW di luar negeri. Memang sejak istri jadi TKW, perekonomian keluarga menjadi lumayan. Tapi sudah tiga tahun ini, tidak ada kabar beritanya, sulit dihubungi lagi, begitu juga kiriman uang untuk anak-anak tidak lancar lagi. Saya dengar istri menikah siri dengan TKI disana. Dia sudah melupakan suami dan anak, untuk apa saya menanti istri. Saya bermaksud gugat cerai, apa yang harus saya lakukan?

Sam, Klaten

Jawab:

Kami ikut prihatin atas masalah yang

anda hadapi semoga segera selesai dengan baik. Sebaiknya jangan terbawa emosi dulu, diselidiki cari kabar yang lebih akurat, kalau memang benar benar dia nikah siri ya sudah apa boleh buat putusan ada pada anda.

Berdasarkan Pasal 63 ayat 3 jo Pasal 73 ayat 2 UU Peradilan Agama, apabila pihak istri bertempat tinggal diluar negeri, maka gugatan cerai diajukan sesuai dengan tempat tinggal suami di Indonesia. Anda bisa mengajukan permohonan cerai talak di Pengadilan Agama setempat dengan disertai bukti bukti dokumen terkait, nanti dipersidangan harus ada 2(dua) orang saksi yang tahu tentang keadaan perkawinan anda. □-f



KR-Franz Boedhi Soekamanto

Menonton televisi, selain menjadi sarana informasi, juga sarana hiburan.

Mengenal Gejala Perimenopause

Tanya:

Dok, usia saya 50 tahun. Saya sering merasa ingin pipis saat malam. Kadang juga berkerengat banyak. Selain itu jantung berdebar-debar dan perasaan cemas. Wajah kadang terasa semromong. Menstruasi juga tidak teratur. Saya juga tidak bergairah lagi di tempat tidur. Apakah saya mengalami sindrom pra-menopause?. Apa yang harus saya lakukan. Saya rasanya merasa kelelahan terus.

Desti, Sleman

Jawab:

Perimenopause adalah periode transisi yang dialami perempuan saat akan memasuki masa berakhirnya menstruasi (menopause). Gejalanya siklus menstruasi yang tidak teratur dan hot flashes.

Perimenopause dapat berlangsung 4-10 tahun sebelum menopause. Dimulai usia 40-45 tahun, namun bisa lebih awal, misalnya karena penyakit tertentu. Saat

melalui fase perimenopause, perempuan akan mengalami beberapa gejala akibat perubahan kadar hormon di dalam tubuh. Gejala utama perimenopause adalah siklus menstruasi tidak teratur.

Selain gangguan menstruasi, gejala lainnya yang dapat terjadi adalah: sensasi gerah mendadak, gangguan tidur yang bisa disertai keringat, perubahan mood, gangguan kognitif (mudah lupa, sulit konsentrasi, sakit kepala, nyeri aktivitas seksual, penurunan gairah seksual dan kesuburan, pengeroposan tulang, perubahan kadar kolesterol (meningkatnya kolesterol jahat). Bila mengalami gejala seperti perdarahan setelah aktivitas seksual, atau bercak darah diluar menstruasi, segera konsultasi ke dokter. □-f

Bagi yang ingin mengajukan pertanyaan mengenai masalah hukum dan kesehatan reproduksi bisa mengirim ke e-mail: keluargakr@gmail.com