

## HAK KESEHATAN MAKIN TERANCAM

# Negara Wajib Jamin Akses Layanan Berkualitas

**TEMA** peringatan World Health Day Minggu, 7 April 2024 adalah saya berhak sehat (*my health, my right*). Karena di seluruh dunia, hak atas kesehatan jutaan orang semakin terancam. Apa yang perlu dibenahi?

Konflik bersenjata menghancurkan kehidupan, menyebabkan kematian, kesakitan, kelaparan dan tekanan psikologis pada banyak rakyat. Pembakaran bahan bakar fosil secara bersamaan mendorong krisis iklim dan menghilangkan hak warga perkotaan untuk menghirup udara bersih, dengan polusi udara di dalam dan luar ruangan yang merenggut nyawa setiap 5 detik.

Meski setidaknya 140 negara mengakui kesehatan sebagai hak asasi manusia dalam konstitusi negara tersebut, hanya ada empat negara yang menyebutkan cara membiayai. Padahal seharusnya semua negara wajib memperjuangkan hak setiap orang, di mana pun, untuk memiliki akses terhadap layanan medis, pendidikan, dan informasi kesehatan, serta air minum yang aman, udara bersih, nutrisi yang baik, perumahan berkualitas, kondisi kerja dan lingkungan yang layak, dan kebebasan dari segala bentuk penyakit dan diskriminasi.

Hak asasi manusia adalah hak universal yang dimiliki semua umat manusia, tanpa memandang ras, warna kulit, jenis kelamin, bahasa, agama, pilihan politik, kebangsaan, sosial, kekayaan, kelahiran atau status lain. Hak untuk sehat dan hak asasi manusia lain terkait dengan kesehatan, merupakan komitmen mengikat secara hukum yang tertancap dalam instrumen hak asasi manusia internasional. Konstitusi WHO juga mengakui hak atas kesehatan.

Setiap manusia mempunyai hak atas standar kesehatan fisik dan mental tertinggi yang dapat dicapai. Negara mempunyai kewajiban hukum mengembangkan dan menerapkan regulasi dan kebijakan, yang menjamin akses universal terhadap layanan kesehatan berkualitas, dan mengatasi akar penyebab kesenjangan kesehatan, termasuk kemiskinan, stigma dan diskriminasi. Hak atas kesehatan tidak dapat dipisahkan dari hak asasi manusia lain, termasuk hak atas pendidikan, pangan, perumahan, pekerjaan dan informasi.

### Elemen Penting

LANGKAH proaktif mematuhi kewajiban hak asasi manusia, akan

Dr dr FX Wikan Indrarto SpA



membantu setiap negara meningkatkan kesetaraan kesehatan secara substansial. Misalnya, penerapan kerangka hak asasi manusia pada kesehatan reproduksi, hal ini dapat membantu mengidentifikasi bahwa angka kematian dan kesakitan ibu yang dapat dicegah, diakibatkan berbagai pelanggaran hak asasi manusia, termasuk diskriminasi dan kurangnya akses terhadap layanan kesehatan berkualitas.

Hak atas kesehatan mencakup empat elemen penting yang saling terkait: ketersediaan, aksesibilitas, akseptabilitas, dan kualitas. Ketersediaan: mengacu pada kebutuhan fasilitas, obat, alat kesehatan, dokter, dan tenaga kesehatan dalam jumlah memadai untuk semua orang. Ketersediaan dapat diukur melalui analisis data terpilah ke berbagai tingkatan termasuk berdasarkan usia, jenis kelamin, lokasi dan status sosial ekonomi, serta survei kualitatif untuk memahami kesenjangan cakupan.

Aksesibilitas: mensyaratkan fasilitas, barang, dan layanan kesehatan harus dapat diakses semua orang. Aksesibilitas memiliki empat dimensi: non-diskriminasi, aksesibilitas fisik, aksesibilitas ekonomi, dan aksesibilitas informasi. Ini sangat penting bagi penyandang disabilitas yang sering menghadapi hambatan signifikan terhadap layanan kesehatan, terkait tidak dapat diaksesnya layanan, fasilitas, dan informasi kesehatan.

Menilai aksesibilitas memerlukan analisis terhadap hambatan fisik, geografis, finansial, dan hambatan lain terhadap sistem dan layanan kesehatan, serta bagaimana hal tersebut dapat berdampak pada

masyarakat terpinggirkan. Ini memerlukan penetapan atau penerapan norma dan standar yang jelas, baik dalam undang-undang maupun kebijakan untuk mengatasi hambatan-hambatan ini.

Akseptabilitas: berkaitan penghormatan terhadap etika kedokteran, kesesuaian budaya, dan kepekaan terhadap gender. Akseptabilitas mensyaratkan fasilitas, barang, dokter, tenaga layanan dan program kesehatan berpusat pada masyarakat dan memenuhi kebutuhan spesifik dari beragam kelompok populasi, sesuai standar etika medis internasional untuk kerahasiaan dan persetujuan tindakan medis.

Kualitas: mencakup faktor-faktor penentu kesehatan. Misalnya air bersih, sanitasi yang aman, serta persyaratan bahwa fasilitas, barang, dan layanan kesehatan terstandarisasi secara ilmiah dan medis. Kualitas adalah komponen kunci dari cakupan kesehatan universal (UHC). Pelayanan kesehatan yang berkualitas harus aman, efektif, berpusat pada masyarakat, tepat waktu, adil, terpadu dan efisien.

Aman berarti mampu menghindari cedera pada pasien yang menjadi sasaran layanan. Efektif berarti mampu memberikan layanan berbasis bukti kepada pasien yang membutuhkan. Berpusat pada pasien berarti memberikan layanan yang menanggapi kebutuhan individu pasien. Tepat waktu berarti mampu mengurangi waktu tunggu dan penundaan layanan yang merugikan pasien.

Adil berarti memberikan layanan yang kualitasnya tidak bervariasi berdasarkan usia, jenis kelamin, etnis, disabilitas, lokasi geografis, dan status sosial ekonomi para pasien. Terpadu berarti menyediakan berbagai layanan kesehatan siklus sepanjang hidup pasien sebagai manusia. Dan efisien berarti memaksimalkan manfaat sumber daya yang tersedia dan menghindari pemborosan biaya.

Momentum Hari Kesehatan Dunia yang bertepatan hari jadi ke-76 WHO, mengingatkan, hak atas kesehatan jutaan orang masih semakin terancam. Padahal semua orang akan mengatakan, "Saya berhak sehat." Apakah kita sudah bertindak bijak? (\*)

Dr dr FX Wikan Indrarto SpA:  
dokter spesialis anak di RS Panti  
Rapih Yogyakarta. Alumnus S3  
UGM.

# Deteksi Benjolan di Tubuh

**JANGAN** remehkan benjolan di tubuh. Bisa jadi berbahaya. Benjolan bisa membikin cemas ketika tiba-tiba ada dalam tubuh.

Namun tidak perlu khawatir berlebihan. Karena tidak semua benjolan bersifat serius. Maka deteksi dini perlu dilakukan ketika ada benjolan di tubuh, untuk mengetahui bahaya atau tidak.

Benjolan atau tumor bisa muncul di bagian tubuh mana saja. Penyebabnya bermacam-macam. Ada yang dari bawaan lahir, infeksi atau peradangan, cedera. Ada juga yang berasal dari pertumbuhan abnormal sel-sel tubuh.

Langkah cepat dan pasti mengetahui bahaya benjolan yang muncul di tubuh, periksa ke dokter. Namun ada panduan yang bisa dijadikan acuan membedakan benjolan berbahaya atau tidak.

Pertama, mengetahui kapan munculnya benjolan tersebut. Jika benjolan kongenital atau sudah ada sejak lahir, biasanya tidak berbahaya. Misalnya *hemangioma*. Benjolan ini umumnya tidak membutuhkan penanganan karena akan mengecil sendiri seiring bertambahnya usia.

Kedua, meneliti penyebab munculnya benjolan. Lewat penyebab kemunculannya bisa dideteksi bahaya atau tidak benjolan tersebut. Kebanyakan benjolan akibat cedera hanya berupa memar otot yang muncul karena pecahnya pembuluh darah. Biasanya benjolan akibat memar akan mengecil sendiri.

Ketiga, simak gejala yang menyertai benjolan. Bila benjolan disertai gejala lain, seperti penurunan berat badan drastis serta demam dan rasa lelah berkepanjangan, perlu waspada dan segera melakukan pemeriksaan medis.

Keempat, infeksi pada benjolan. Bila benjolan akibat infeksi biasanya akan muncul dalam bentuk kumpulan nanah. Disebut abses atau bisul. Tak perlu panik, abses dapat diatasi dengan mengonsumsi obat antibiotik dokter, atau dengan prosedur pembedahan kecil.

Kelima, karakteristik benjolan. Membedakan benjolan berbahaya atau tidak berbahaya, bisa dari karakteristiknya. Benjolan keras, tidak dapat digerakkan, permukaannya tidak rata, dan tumbuh dengan cepat biasanya merupakan benjolan berbahaya sehingga perlu segera diperiksa ke dokter. Benjolan yang disertai gejala di atas bisa jadi menjadi tanda adanya kondisi medis tertentu. Kanker misalnya.

Dengan mengetahui cara membedakan benjolan berbahaya atau tidak, diharap bisa menyikapi munculnya benjolan. Bila berbahaya, segera mengambil tindakan lanjutan. (Lat)



ILUSTRASI JUS

# KELUARGA

NI PUTU PUTRI SUASTINI KOSTER

# Seni Jembatan Berkomunikasi

**BEGITU** mendarat di Yogyakarta, Ni Putu Putri Suastini Koster menanyakan kabar teman-teman seniman Yogya. Diberitahu, Puntung CM Pudjadi (penulis skenario drama/sinetron, sutradara teater) dan Joko Pinurbo (penyair) sedang sakit, Putri berkeinginan menenangkannya.

Ditemani penyair Dhenok Kristianti dan pekerja seni Ancu Sih, Putri langsung meluncur dari Yogyakarta International Airport Temon Kulonprogo ke Sanggung Sukoharjo, perbatasan Delanggu dan Solo, Jumat (29/3) menjenguk Puntung. Esoknya, Putri menyambangi Joko Pinurbo di Wirobrajan Yogya.

Kesetiaan dan empati Putri terhadap para pekerja seni Yogya tak terbantahkan. "Ke Yogya seperti pulang ke rumah. Karena di rumah sendiri, tak perlu melihat halaman belakang. Langsung menengok teman-teman. Bukan ke mana, tapi ketemu siapa," kata Putri, istri Wayan Koster Gubernur Bali 2018-2023.

Putri punya ikatan emosional dengan seniman dan kesenian Yogyakarta. Sejak 2012 Putri sering pentas dan berkolaborasi dengan seniman Yogya. Atensi besar Putri terhadap kancah seni Yogya, membuatnya diangkat sebagai warga kehormatan Yogya oleh Dewan Teater Yogyakarta tahun 2014.

Perempuan kelahiran Denpasar 27 Januari 1966 ini dikenal sebagai seniwati. Putri pembaca puisi andal. Kekuatan vokalnya terakui. Peristiwa dramatis dan tercatat sejarah saat Putri tampil di acara *Musik Mantra 2* di Purna Budaya Yogyakarta, 31 Maret 2015. Dahsyatnya penghayatan dan mistisnya suara Putri membuat empat penonton kesurupan seketika. Pentas pun heboh. Viral.

Di luar baca puisi, Putri juga penyanyi, pemain teater

dan sinetron. Di kampung halamannya, Putri juga sangat dekat seniman. Peduli kesenian. Kemampuan seni yang dimiliki berkontribusi saat menjadi ibu nomor satu di Bali. Sebagai istri Gubernur (waktu itu), Putri menjabat sebagai Ketua Tim Penggerak PKK, dan Dekranasda, serta Pakis Bali, organisasi adat yang dibentuk bertujuan menjaga adat Bali. Lewat kemampuan seni, Putri berinteraksi dan berkomunikasi dengan masyarakat.

"Di PKK bisa bernyanyi atau berpuisi. Sebelum jadi istri pejabat, telah melakukan itu (berkesenian). Itu menempa diri. Setelah jadi istri pejabat kemampuan itu bisa ditampilkan untuk mencairkan suasana dan menghibur ma-

sarakat," tandas Putri yang telah meluncurkan tiga buku puisi: *Bunga Merah, Bunga Merah*, dan *Merah Putih*.

Menurut Putri, masyarakat kadang terlalu sungkan akrab pejabat. Pejabat kadang juga terlalu tinggi memosisikan diri. Seni menjadi jembatan Putri berinteraksi dengan masyarakat.

"Karena punya modal seni, tidak ada kesulitan. Di PKK, seni bisa masuk. Tidak harus mengkotakkan waktu, ini untuk urusan dinas, ini untuk urusan kesenian. Bisa dibaurkan," paparnya.

### Dikuratori Anak

JADI istri gubernur membuat Putri sibuk. Harus ikut memikirkan dan mensejahterakan masyarakat Bali. Realitas itu membuat waktu-

nya terbatas. Namun keluarga tidak terganggu.

"Entah kebetulan atau alam yang memang menyediakan, waktu saya selalu pas. Ketika sendiri, disediaan waktu untuk diri sendiri. Saat aktif dengan kesibukan, anak-anak sudah lepas. Mereka punya kegiatan sendiri. Jadi tak perlu dibawa ke mana-mana. Benar-benar terbagi waktu," ungkap ibu dua anak: Ni Putu Dhita Pertiwi dan Ni Made Wibhuti Bhawani.

Anak pertama Dhita Pertiwi kerja di Belanda. Anak kedua Wibhuti masih kuliah di psikologi Universitas Indonesia. Kini anak-anak yang telah mandiri, kata Putri, justru menjadi kurator ayah ibunya. Memberi masukan.

Putri dan suami juga saling berbagai saran. "Kalau di rumah, malam, Bapak (Wayan Koster) selalu tanya kegiatan saya esok hari. Jika ada sedikit diskusi berarti ada yang penting. Kalau tidak, kami jalan sendiri-sendiri. Anak-anak juga begitu. Prinsip keluarga kami dalam menjalankan amanat dan melayani masyarakat, yaitu fokus, tulus," tandas Putri yang bersama suami kini ngontrak rumah di Denpasar.

Prinsip itu dijalankan Putri dan suami. Fokus bermakna, yang dilakukan hanya untuk dan demi masyarakat. Tulus tidak boleh mengeluh saat melayani masyarakat. Lurus tidak tergooda hal-hal buruk. Korupsi amsalnya.

"Di-bully, difitnah, disalahpahami itu biasa. Tapi tidak perlu dimasukkan hati. Kalau terpengaruh itu, malah tidak bisa kerja," ungkap Putri. (Latief Noor Rochmans)-f



KR-Latief Noor

Ni Putu Putri Suastini Koster membaca puisi di Ndalem Pakuningratan Yogyakarta.

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

## Ingin Ikut Ayah

### Tanya:

Saya digugat cerai istri di Pengadilan Agama karena dia tergooda laki-laki lain. Masalahnya, anak semata wayang kami ingin ikut saya. Ibunya juga ingin mengasuh. Usia anak 14 tahun. Bagaimana agar hak asuh anak jatuh ke saya? Terima kasih.  
Andi, Yogya

### Jawab:

Bapak Andi. Anak usia di atas 12 tahun bisa memilih ikut ayah atau ibunya. Anak dihadirkan dalam persidangan. Bapak bisa membuktikan, istri tidak patuh suami. Bukan ibu yang baik. Bila dua bukti itu kuat, maka anak ikut Anda. Demikian jawaban kami, semoga bermanfaat. □f

**KLINIK PKBI**

## GERD Tak Kunjung Sembuh

### Tanya:

Dok, saya usia 35 tahun, didiagnosa GERD sudah lama. Kurang lebih tiga bulan lalu, dan tak kunjung sembuh. Semua saran sudah saya lakukan dengan tertib baik, pantangan maupun saran. Apa itu GERD? Apa tidak bisa sembuh? Apa yang harus saya lakukan?  
Andriani, Sleman

### Jawab:

Terima kasih Mbak Andriani pertanyaannya. Sebagai informasi, GERD adalah singkatan *gastroesophageal reflux disease*. Otot bagian bawah kerongkongan atau *lower esophageal sphincter* (LES) normalnya akan terbuka saat menelan. Kemudian menutup setelah makanan turun ke lambung. Pada penderita GERD, katup ini melemah, sehingga tidak dapat menutup dengan baik. Misal, akibat penyakit atau pola hidup kurang sehat.

Gejala utama GERD yang biasa terjadi saat asam lambung naik adalah rasa asam atau pahit di mulut, dan sensasi perih atau panas terbakar di dada dan ulu hati. Kedua gejala ini biasanya akan semakin memburuk saat penderita membungkuk, berbaring, atau setelah makan.

GERD terkadang disalahartikan dengan serangan jantung, karena

keduanya sama-sama menimbulkan sensasi perih di dada dan nyeri ulu hati. Akan tetapi, gejala kedua penyakit ini bisa dibedakan. Nyeri ulu hati atau nyeri dada karena serangan jantung biasanya dirasakan sangat berat, menjalar hingga ke lengan, leher, atau rahang, dan biasanya muncul setelah melakukan aktivitas fisik.

Hal yang bisa dilakukan selama di rumah yaitu menurunkan berat badan, jika memiliki berat badan yang berlebih. Tidak merokok. Meninggikan kepala saat tidur, tidak berbaring atau tidur setidaknya dalam waktu 2 hingga 3 jam setelah makan.

Menghindari makanan atau minuman yang memicu asam lambung naik seperti alkohol, susu, makanan pedas dan berlemak, cokelat, mint, dan kopi.

Tidak mengenakan pakaian terlalu ketat. Apabila gejala GERD terjadi secara terus-menerus dan tidak kunjung membaik, segera ke dokter. Hingga saat ini belum diketahui bagaimana GERD bisa disembuhkan secara total.

Demikian penjelasan kami. Semoga bermanfaat. Salam. □f

Diasuh:  
dr J Nugrahaningtyas W Utami MKes

Pertanyaan ke email: [maribahagia727@gmail.com](mailto:maribahagia727@gmail.com)