



04

Desa Mandiri (KESADARAN) MASYARAKAT DESA Kini Makin Keren!

02

Sehat Utama ORANG TUA PINTAR PASTI TOLAK 'CHIKBUL'

*Jangan hanya demi tren,
lalu Anda membiarkan
anak-anak menyambut
bahaya yang
diakibatkannya.*



06 Stop Hoax!

Rendam Kaki dalam Larutan Garam-Minyak Tanah-Es Batu Sembuhkan Penyakit?

*Eit, jangan langsung ditelan
mentah-mentah informasi itu, ya. Yuk,
kita cek fakta sebenarnya.*

07 Kabar Desa

Inovasi Kalurahan Canden, DIY Restorative Justice dan Tolak Politik Uang

*Inovasi adalah tiket emas menuju
masa depan. Ungkapan itulah yang
dipegang oleh AKBP (Purn.) Pol. Bejo,
WTP, SH, MH.*

08 Swara

Berharap Desa Sehat Sejahtera? Pakai Dana Desa, dong!

*Oleh Nata Irawan - Analis Kebijakan
Ahli Utama Bidang Pemerintahan
Desa, Kementerian Dalam Negeri RI.*

ORANG TUA PINTAR Pasti Tolak 'Chikbul'

Jangan hanya demi tren, lalu Anda membiarkan anak-anak menyambut bahaya yang diakibatkannya.

Ikut tren tidak selamanya keren. Kalau tidak waspada malah bahaya yang didapat. Seperti tren jajanan anak-anak 'chikbul' atau chiki ngebul yang viral beberapa waktu lalu. Chikbul adalah nama populer dari jajanan ala chiki yang disajikan dengan nitrogen cair, sehingga memunculkan efek uap dingin yang *ngebul* (mengepul) dari makanan tersebut.

Penampakkannya memang unik dan oke, tapi di balik itu ada bahaya yang mengintai siapa pun yang memakannya. Korbannya sudah banyak. Kementerian Kesehatan RI mencatat, sejak kasus pertama ditemukan pada Juni 2022 hingga 12 Januari 2023 sebanyak 25 anak dari berbagai daerah di Indonesia menjadi korban dari mengonsumsi chikbul. Gejalanya berbeda satu sama lain, dari mual, muntah, pusing, hingga sakit perut.

Itu baru yang ringan. Dampak yang lebih berbahaya bisa juga dijumpai, seperti:

1. **Sulit bernapas.** Ini karena nitrogen cair yang kita hirup dapat menyusutkan oksigen di dalam tubuh sehingga napas kita pun sesak. Kondisi bisa lebih parah jika yang mengonsumsi adalah penderita asma.
2. **Lambung robek.** Hal ini bisa terjadi akibat nitrogen cair yang bersuhu sangat dingin memenuhi lambung dan melukai dindingnya hingga bisa merobeknya.
3. **Luka bakar.** Memegang makanan yang diselimuti oleh nitrogen cair bisa membuat kulit terbakar atau melepuh.

02



Foto: Bayu Syaits on Unsplash

“
TIDAK PERNAH
KENDOR DALAM
MENGEDUKASI
DAN MELAKUKAN
PENGAWASAN
UNTUK ANAK-ANAK,
TERUTAMA DALAM
HAL PEMILIHAN
MAKANAN.
”



Foto: jcamp on Freepik

4. **Pingsan.** Kondisi ini bisa saja terjadi akibat terlalu banyak menghirup nitrogen cair di tempat tertutup tanpa ventilasi yang baik. Penyebabnya adalah kadar oksigen tubuh yang terus menurun hingga titik terendah. Bahkan, kalau dibiarkan bisa menyebabkan kematian.

KENALI NITROGEN CAIR

Nitrogen cair punya nama lain, yaitu 'semen beku'. Cairan ini tidak berwarna, tidak berbau, dan mempunyai titik didih yang sangat rendah, sekitar -198 derajat Celcius. Nitrogen cair biasa digunakan untuk keperluan industri dan medis, juga untuk membekukan makanan dalam proses pengawetan. Belakangan, bahan kimia ini digunakan juga untuk membuat menarik penampilan makanan dan minuman.

Meski begitu, penggunaan nitrogen cair sebenarnya bukan untuk dikonsumsi secara langsung. Hal ini ditegaskan oleh Deputi Bidang Pengawasan Pangan Olahan Badan Pengawas Obat dan Makanan RI, Rita Endang. "Bahan kimia tersebut hanya boleh digunakan sebagai pendukung pada proses pengolahan makanan, bukan untuk dimakan dan ditelan," katanya seperti dikutip oleh detik.com.

Kini pemerintah sudah menyiapkan langkah antisipasi untuk mencegah potensi bahaya lebih meluas lagi. Kementerian Kesehatan menerbitkan Surat Edaran Nomor KL.02.02/C/90/2023 tentang Pengawasan Terhadap Penggunaan Nitrogen Cair Pada Produk Pangan Siap Saji yang diteken pada 6 Januari 2023. Ujung tombaknya ada pada Pemerintah Daerah dan Dinas Kesehatan setempat, untuk meningkatkan pengawasan dan pembinaan kepada pelaku usaha yang

menggunakan nitrogen cair maupun masyarakat terhadap bahaya penambahan dan konsumsi nitrogen cair pada makanan siap saji.

Beberapa langkah nyatanya adalah dengan mewajibkan restoran yang menggunakan nitrogen cair pada produk pangan saji untuk memberikan edukasi kepada konsumen tentang cara aman mengonsumsi makanan dengan nitrogen cair. Sementara bagi pedagang keliling tidak diizinkan menggunakan nitrogen cair.

Selain itu Kemenkes juga melakukan koordinasi lintas-program dan lintas-sektor untuk membahas tentang fungsi, penggunaan, dan bahaya akibat makanan dengan nitrogen cair. Dan terakhir, Kemenkes membentuk Sistem Kewaspadaan Dini dan Respon (SKDR) dengan membuka layanan pengaduan di WhatsApp Public Health Emergency Operation Centre (PHEOC) dengan nomor 0877-7759-1097 dan email poskoklb@yahoo.com dan ditembuskan kepada Dinas Kesehatan Provinsi dan Dinas Kesehatan Kabupaten/Kota.

Namun tak kalah penting adalah faktor kesadaran kita sebagai orang tua. Kitalah garda terdepan, wajib melindungi mereka dari makanan dan jajanan yang berbahaya. Menjadi orang tua pintar itu wajib hukumnya. Lebih sadar dan waspada terhadap makanan dan jajanan, baik di lingkungan rumah maupun sekolah. Tidak pernah kendor dalam mengedukasi dan melakukan pengawasan untuk anak-anak, terutama dalam hal pemilihan makanan.

Karena orang tua pintar tidak akan membiarkan anak-anaknya terkapar.👊



(KESADARAN) MASYARAKAT DESA Kini Makin Keren

Oleh **dr. Mariya Mubarika**
Ketua Departemen Kesehatan Desa APDESI

Jangan underestimate! Masyarakat desa sekarang sudah melek informasi dan paham menghadapi pandemi.

Tidak seperti anggapan sebagian orang yang menganggap masyarakat desa tertinggal dalam hal informasi, kenyataannya justru sebaliknya. Setidaknya itulah penemuan saya dalam berbagai lawatan ke sejumlah desa di Tanah Air. Pada masa-masa awal pandemi Covid-19 menghantam Indonesia, saya berkesempatan mengunjungi beberapa desa di Aceh, Riau, Kalimantan Selatan, Sulawesi Utara, Jawa Tengah, dan Jawa Barat.

Dalam kunjungan tersebut ada satu hal yang menarik perhatian dan membuat saya kagum. Masyarakat di berbagai desa tersebut dengan mudah mampu menjelaskan proses penularan penyakit infeksi beserta istilah-istilah medis seperti *airborn* (penularan melalui udara), inhalasi, saturasi, *suspect*, *physical distancing*, karantina, komorbid, obesitas dan lain-lain. Istilah-istilah yang jarang sekali dikenal pada saat era sebelum pandemi Covid-19.

Mereka juga paham tentang faktor penentu keselamatan ketika pandemi Covid-19 datang, yakni menjaga kesehatan dan kebersihan.



Hal ini mereka pahami dari GERMAS (Gerakan Masyarakat Hidup Sehat) yang dikampanyekan oleh Kementerian Kesehatan. Ketika di tengah masyarakat ada warga yang terinfeksi Covid-19 disertai komorbid, kecemasan tercetus dengan jelas dari orang-orang di desa. Sebaliknya, ketika ada warga berusia muda dan sehat terinfeksi Covid-19, mereka dengan ringan mengatakan “tidak apa-apa, nanti juga sembuh sendiri”.

Masyarakat desa sungguh sudah berubah. Mereka mengikuti *step by step* terjadinya pandemi Covid-19 melanda dunia, mulai dari awalnya melanda China, masuk Indonesia, dan akhirnya menyerang desanya. Mereka juga mengalami serbuan *hoax*, informasi tanpa sumber berita yang jelas, hingga akhirnya kini bisa membedakan mana berita yang benar dan mana yang *ngaco*.

PEMERINTAH ALOKASIKAN ANGGARAN

Sejalan dengan perubahan di desa, pemerintah pada tahun 2023 ini mulai mengalokasikan anggaran untuk revitalisasi puskesmas, posyandu, dan program-program yang sifatnya promotif-preventif. Fokus utamanya dalam pembangunan kesehatan adalah pelayanan primer, agar masyarakat Indonesia tetap sehat, bukan sekadar mengobati orang sakit.

Kepala desa Desa Canden, Kabupaten Bantul, DIY, ketika berdiskusi dengan saya menyampaikan bahwa masyarakat desa kini memahami bahwa kesehatan dan informasi yang benar merupakan dua senjata ampuh untuk menghadapi pandemi apa pun. Pertanyaannya apakah kesadaran ini dapat menjadi kekuatan sebagai landasan awal sebuah pergerakan yang menciptakan Indonesia sehat dan kuat?

Dalam kesempatan yang lain, Ketua Umum APDESI, **Surta Wijaya**, menyampaikan bahwa hal yang paling dibutuhkan masyarakat desa terkait kesehatan sekarang ini adalah informasi yang benar. “Lihat saja bagaimana masyarakat terombang ambing dengan *hoax* yang beredar, baik melalui sosial media, grup *chat*, atau narasi-narasi dari orang ke orang. Masyarakat sempat tidak paham atau bimbang bagaimana cara menyelamatkan diri dari pandemi,” katanya.

Di sisi lain, Surta juga menekankan pentingnya kesehatan. “Meski memiliki asuransi yang mahal sekalipun, jika menderita komorbid bisa ‘lewat’ saat terpapar Covid-19. Apalagi



1. dr. Mariya Mubarika (tengah, menghadap laptop) berdiskusi dengan masyarakat di Aceh terkait telesehat desa.
2. Peluncuran Gerakan Wanita untuk Memutus Mata Rantai Covid 19 bersama ibu-ibu PKK Jatim.

ditambah nasib yang kurang baik karena tidak mendapatkan kamar rawat, ICU dan sebagainya,” ujarnya. “Tapi orang-orang desa yang sehat dan kuat, saat terkena Covid-19 hanya terasa pegal-pegal saja.”

Ilmu pengetahuan memang sejalan dengan pernyataan ini, bahwa sehat dan informasi yang benar adalah salah satu kunci dari ketahanan kesehatan secara keseluruhan, bukan hanya saat pandemi. Inilah yang mendasari Departemen Kesehatan Desa Asosiasi Pemerintahan Desa Seluruh Indonesia (APDESI) membuat program utamanya, yaitu membangun masyarakat desa yang sehat dengan menyediakan informasi kesehatan yang benar dan mampu membangun kesadaran kuat.

Salah satunya adalah dengan menerbitkan majalah yang sedang Anda baca ini. Majalah *DESA SEHAT*, sebuah media kesehatan untuk masyarakat desa. Majalah ini akan hadir setiap Jumat, sebagai bahan bacaan di akhir minggu saat bersantai bersama keluarga. Harapannya, seluruh informasi dalam majalah ini dapat membangun kesadaran kita semua akan pentingnya hidup sehat, kesehatan, dan mampu membersihkan *hoax-hoax* di dunia kesehatan. Selamat membaca. 📖



Foto: maxkyth on Freepik

06

Rendam Kaki dalam Larutan Garam-Minyak Tanah-Es Batu SEMBUHKAN PENYAKIT?

Eit, jangan langsung ditelan mentah-mentah informasi itu, ya. Yuk, kita cek fakta sebenarnya.

Beberapa waktu lalu sempat beredar informasi yang tampak menjanjikan di media sosial maupun aplikasi *chatting*. Isinya berupa tips untuk mengobati penyakit asam urat, kolesterol, dan tekanan darah tinggi. Caranya dengan merendam kaki menggunakan larutan garam dapur dalam minyak tanah yang dicampur dengan es batu.

CEK FAKTANYA!

Entah apa kaitan antara larutan garam dapur, minyak tanah, dan es batu dengan asam urat, kolesterol, dan tekanan darah tinggi. Dalam pesan tersebut tidak disertakan sumber informasi yang menegaskan kebenaran dari isi pesannya. Yang jelas, dilansir dari *cekfakta*.

com, informasi tersebut adalah *hoax* alias tidak benar. Spesialis penyakit dalam FKUI-RSCM **Prof. Dr. dr. H. Ari Fahrial Syam, SpPD** menegaskan hal itu. Menurutnya, informasi tersebut tidak benar. "Hingga saat ini belum ada penelitian medis yang mendukung hal tersebut," katanya.

INI YANG BENAR

Biasanya, seseorang yang memiliki kolesterol tinggi juga cenderung menderita asam urat. Menurut **dr. Theresia Yoshiana** dari *alodokter.com*, untuk mengatasinya adalah dengan mengatur pola makan. Bagi penderita asam urat, batasi makan antara lain daging merah, jeroan, *seafood*, alkohol, dan ragi. Sedangkan bagi penderita kolesterol tinggi, batasi antara lain lemak daging, kulit ayam dan bebek, santan, gorengan, kue, dan biskuit.

Sementara itu bagi penderita hipertensi dianjurkan untuk mengurangi konsumsi garam, makanan dan minuman manis, daging merah, serta makanan berminyak, tinggi lemak jenuh, dan tinggi kolesterol.

Bagi penderita kolesterol tinggi, asam urat tinggi, dan hipertensi, disarankan menjalankan ini:

- Perbanyak makan buah dan sayuran (kecuali bayam dan kacang-kacangan bagi penderita asam urat tinggi), gandum, kentang, dan beras merah, produk susu dan yogurt rendah lemak, dan minum air putih.
- Olahraga atau aktivitas fisik secara rutin.
- Istirahat cukup dan mengelola stres.
- Melakukan pemeriksaan kesehatan rutin 6-8 bulan sekali.👍



Foto: master1305 on Freepik

INOVASI KALURAHAN CANDEN, DIY Restorative Justice dan Tolak Politik Uang

Inovasi adalah tiket emas menuju masa depan. Ungkapan itulah yang dipegang oleh **AKBP (Purn.) Pol. Bejo, WTP, SH, MH** selama menjabat Lurah Canden, Kapanewon Jetis, Kabupaten Bantul, Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY). Jadi, jangan heran kalau Kalurahan Canden yang dipimpinnya punya inovasi-inovasi keren. Salah satunya adalah Rumah Mediasi.

Rumah Mediasi adalah sebuah fasilitas untuk melakukan mediasi ketika terjadi konflik atau sengketa antarwarga dengan penyelesaian atas dasar keadilan, perdamaian, dan kekeluargaan. Istilah kerennya, *restorative justice*. "Musyawarah kan budaya kita. Jadi, jika bisa diselesaikan dengan musyawarah mufakat kenapa tidak? Tidak semua masalah harus dibawa ke ranah hukum yang kadang justru menimbulkan kekecewaan salah satu pihak," katanya.

Untuk menyelesaikan setiap konflik tersebut Bejo membentuk lembaga nonformal yang dipimpin oleh tetua desa khusus untuk menyelesaikan konflik. Sejak didirikan Februari 2021, Rumah Mediasi sudah menyelesaikan belasan kasus dengan hasil akhir damai.

TOLAK POLITIK UANG

Tidak mudah menjadi lurah, khususnya dalam menghadapi masyarakat yang semakin kritis dan bervariasi kebutuhan dan keinginannya. Lurah dituntut untuk kreatif dan inovatif menciptakan program-program yang mampu mengangkat dan mempertajam marwah dan martabat masyarakatnya. Tidak saja di bidang ekonomi dan kesejahteraan sosial, namun juga politik. Untuk yang disebut terakhir ini, seorang lurah harus mampu mengantarkan dan mengawal agar setiap kegiatan pemilihan umum (pemilu) di wilayahnya terlaksana dengan baik.



Lurah Canden, AKBP (Purn.) Pol. Bejo, WTP, SH, MH.



foto: IG@kalurahan_canden

Iniilah yang juga menjadi pemikiran Bejo. Menjelang masa pemilu 2024 ia bertekad agar dalam seluruh proses pemilu di wilayahnya, baik pemilihan kepala daerah, legislatif, maupun pemilihan presiden, bebas dari politik uang yang merusak demokrasi dan sekaligus merusak mental bangsa. "Saya sedang memikirkan untuk melakukan upaya penguatan ketahanan iman masyarakat untuk menolak politik uang, setidaknya di wilayah Kalurahan Canden ini. Karena bagi saya, pemilu yang bersih adalah simbol demokrasi sesungguhnya, yang juga merupakan indikasi kebersihan hati masyarakat," ujar mantan Kepala Bidang Hukum Polda DIY ini menutup perbincangan. 🗣️



BERHARAP DESA SEHAT SEJAHTERA? Pakai Dana Desa, dong!

Oleh Nata Irawan – *Analisis Kebijakan Ahli Utama Bidang Pemerintahan Desa, Kementerian Dalam Negeri RI.*

Pada tahun 2018 lalu, Tumaji dari Badan Riset dan Inovasi Nasional melakukan studi tentang pemanfaatan Dana Desa untuk pembangunan kesehatan. Hasilnya cukup menyedihkan. Di dua objek kajiannya, Kabupaten Pasuruan dan Sampang, Jatim, ditemukan angka rata-ratanya rendah, yaitu 4,17%. Selebihnya untuk pembangunan non-kesehatan (infrastruktur).

Karena itu Tumaji merekomendasikan dua hal. **Pertama**, perlunya sosialisasi untuk tenaga kesehatan (terutama yang bertugas di desa) tentang diperbolehkannya memanfaatkan Dana Desa untuk pembangunan kesehatan. **Kedua**, perlunya advokasi untuk Pemerintahan Daerah (Bupati/Walikota, termasuk Pemerintahan Desa) agar 10% Dana Desa dapat dialokasikan untuk pembangunan kesehatan. Alasannya, ada banyak kegiatan yang dapat dilakukan untuk pembangunan kesehatan di desa, ditambah perlu ada aturan dan petunjuk pelaksanaan tertulis kepada Kementerian Desa, PDT, dan Transmigrasi tentang pentingnya alokasi Dana Desa untuk kesehatan demi meningkatkan kesejahteraan masyarakat.

PERAN PENTING 4 'AKTOR DESA'

Tentu temuan Tumaji tersebut harus dicarikan solusinya agar tujuan mewujudkan masyarakat sejahtera, adil, dan makmur melalui pembangunan kesehatan tercapai. Caranya adalah dengan menguatkan peran empat "aktor" yang ada di kelembagaan desa. Pemerintah Desa (Kepala Desa, Sekretaris Desa, dan perangkatnya), Badan Permusyawaratan Desa (BPD), Kemasyarakatan Desa dan Lembaga Adat Desa, serta Badan Kerja Sama Antardesa.

Aktor utamanya—sekaligus sutradaranya—tentulah Kepala Desa. Dialah yang harus punya *good will* dan *political will* untuk membuat warga desanya menjadi lebih sehat, mandiri, dan berdaya saing. Dialah yang menentukan atau mengarahkan alokasi Dana Desa, termasuk untuk pembangunan kesehatan pada Musrenbang Desa.



Foto: Ashkan Forouzani on Unsplash

Apalagi sejak 2020, Dana Desa yang bernilai Rp72 triliun akan dialokasikan dengan memperhatikan aspek kemiskinan dan kinerja desa. Bobot pengalokasiannya meliputi Dasar (69%), Afirmasi (1,5%), Kinerja (1,5%), dan Formula (28%). Tujuannya untuk memantapkan Dana Desa dalam memperbaiki kualitas dan pemerataan layanan publik antardesa, memajukan perekonomian desa, dan mengurangi kemiskinan, termasuk pembangunan kesehatan.

Sebagai pengawas pemanfaatan alokasi dana tersebut adalah Ditjen Bina Pemerintahan Desa Kemendagri. Direktorat ini bertugas salah satunya untuk melakukan evaluasi perkembangan desa, yang dapat memberikan penguatan sekaligus prioritas pada layanan kesehatan sehingga dapat saling terintegrasi.

Akhirnya, mari kita kuatkan kesadaran kita, bahwa mengurangi kemiskinan tidak cukup hanya dengan memberi bantuan sosial (non-kesehatan) saja. Layanan kesehatan yang bersifat kontinu juga memberi dampak signifikan pada kesejahteraan masyarakat desa.📍