

Bahaya Rokok Elektrik

ANDA pasti sudah sering mendengar pro dan kontra mengenai bahayanya rokok elektrik. Indonesia sebagai salah satu negara dengan jumlah perokok terbanyak di dunia, masyarakatnya mudah mendapatkan rokok elektrik karena izinnya bukan dari BPOM, melainkan Kementerian Perdagangan, sebagai alat elektronik.



Rokok elektrik atau *vape* terdiri atas tiga struktur, yakni baterai, elemen pemanas, dan cairan. Isi cairan tersebut terdiri atas propilen glikol atau *vegetable glicerine* (gliserin tumbuhan), nikotin, penambah rasa, dan TSNA (*Tobacco-specific nitrosamines*). Cara kerjanya, memanaskan cairan di dalam tabung lalu menghasilkan uap. “Meskipun tidak mengeluarkan asap seperti rokok tembakau, uap yang dihasilkan berisi nikotin dan zat-zat kimia, bukan air,” jelas dr Puspita Wijayanti dari Klinik Bedah dan Rawat Luka Dijah Suprobo Brebes. Mengapa dianggap berbahaya? Puspita memaparkan, empat hal yang menjadi penyebabnya. Yaitu, senyawa PG dan VG, nikotin, penambah rasa, dan TSNA. Pertama, PG dan VG merupakan senyawa organik yang tidak beracun, yang umumnya aman dikonsumsi. Namun PG (zat berbau yang hambar) menghasilkan hit tenggorokan kuat yang mirip rokok tembakau humektan kuat, menimbulkan kering di mulut dan tenggorokan (iritasi). Sementara VG (memiliki sedikit rasa manis) menghasilkan uap lebih banyak. Meskipun sensasi hitnya rendah dan jarang menyebabkan iritasi ataupun alergi, keluhannya biasanya pada produksi dahak.

Kedua, nikotin. Dalam rokok elektrik tetap terdapat zat nikotin layaknya rokok tembakau. Meski banyak yang mengklaim kalau *vape* bebas dari

nikotin, FDA (*Food and Drug Administration*) menemukan bahwa *cartridge* yang diberi label bebas nikotin, memiliki kandungan nikotin. Bagaimana cara kita mengeceknya? Kadar nikotin akan tertera dalam satuan mg/ml pada kemasannya. Misalnya dalam kemasan tertera 10 mg, itu artinya 10 mg/ml. Jadi kalau cairannya berjumlah 50 ml, maka kandungan nikotinnya 500 mg. Merangsang Dopamin Seperti kita ketahui, nikotinlah yang menyebabkan seseorang menjadi kecanduan. Nikotin yang ada di dalam sel saraf otak akan merangsang pengeluaran dopamin, di mana akan meningkatkan rasa puas, nyaman, dan senang. Anggapan yang keliru terhadap nikotin, bahwa nikotin bisa menyebabkan atau menumbuhkan sel kanker. Faktanya, nikotin menghambat kemampuan tubuh kita melawan sel kanker. “Bila dikonsumsi secara konsisten, nikotin bisa menghambat kemampuan tubuh untuk melawan sel kanker, *bukan* menyebabkan sel sehat menjadi sel kanker,” ujar Puspita. Ketiga, penambah rasa. Salah satu yang menjadi keunggulan *vape* adalah beragam rasa yang bisa menjadi pilihannya. Mulai dari rasa buah-buahan hingga cokelat. Anda harus berhati-hati karena zat perasa tersebut biasanya mengandung zat kimia beracun seperti *formaldehid* dan *asetaldehid*. Terakhir, TSNA yang merupakan senyawa karsinogen. Semakin ting-

gi nikotin yang terkandung, makin tinggi pula kandungan TSNa-nya. “Belum ada fakta yang membuktikan rokok elektrik lebih aman dibandingkan dengan rokok tembakau. Memang tidak menghasilkan asap, diklaim tidak menyebabkan impotensi, dan tidak meninggalkan sampah, tapi belum ada yang menjamin tidak ada efek buruk bagi kesehatan ataupun lingkungan,” tandasnya. (Irma Mutiara Manggia-58)

13 Bahaya Merokok Elektrik

1. Rokok elektrik dapat meledak
2. Dapat menghambat gerak oksigen pada tubuh
3. Kadar nikotin yang tidak tentu
4. Dapat merusak otak
5. Gangguan pernapasan
6. Efek samping proses refill
7. Nikotin
8. Menyebabkan pneumonia
9. Pusing
10. Risiko asma
11. Stroke
12. Polusi udara
13. Iritasi paru-paru

JAS ANZ
G
ISO 9001:2008
Certificate No. 10027

RS. TELOGOREJO
semarang medical center

smc

Manfaat Khitan untuk Kesehatan

Walaupun lumrah dilakukan, beberapa orang menganggap khitan tidak dibutuhkan. Faktanya sudah banyak penelitian ahli yang menyebut tentang betapa penting khitan.

Menurut bahasa, khitan adalah memotong atau mengkhitan. Adapun menurut istilah, khitan berarti memotong kulup (ujung kulit kelamin laki-laki) yang menutupi zakar. Secara medis, khitan atau sirkumsisi merupakan tindakan memotong atau menghilangkan sebagian atau seluruh kulit penutup depan dari penis.

Ada banyak manfaat melakukan khitan. Dokter Bram Wijaya dari SMC RS Telogorejo Semarang menyebut, dari segi kesehatan khitan bertujuan menjaga kebersihan alat genital (penis) dari kotoran di alat genital seperti keju berwarna putih (smegma) dan sisa-sisa air kencing. Jika tidak dikhitan, kebersihan penis sulit terjaga karena ada kulup yang menutupi.

“Khitan juga bisa mencegah infeksi di alat kelamin,” tambah Bram. Khitan yang dilakukan dengan benar dan perawatan luka yang cermat hampir tidak menimbulkan dampak buruk. Dampak tersebut misalnya terjadinya perdarahan (0,1-35%), infeksi (0,4%), timbulnya fistula uretrokutan, juga nekrosis alat genital akibat pembalutan yang terlalu kencang.

Dokter Bram melanjutkan, pada dasarnya semua metode khitan baik. Ihwal dampak buruk khitan bisa dihindari jika khitan dilakukan oleh tenaga ahli yang kompeten. Di antaranya tidak tergesa-gesa dan memperhatikan perdarahan sewaktu khitan. Untuk perawatan pascakhitan harus dilakukan secara cermat. Contohnya, pembersihan setelah khitan, perawatan luka, serta pengontrolan apakah terjadi perdarahan setelah khitan.

Bagaimana dengan khitan pada perempuan? Sejatinya khitan perempuan tidak dianjurkan karena tidak ada manfaatnya. Sebaliknya, menurut penuturan Bram, khitan terhadap perempuan justru bisa menyebabkan nyeri, perdarahan, dan infeksi dari prosedur yang tidak higienis.

“Di Indonesia, kebanyakan yang dilakukan hanya secara simbolis dengan cara menempelkan gunting ke bagian kilitoris, membersihkan kilitoris dengan kunyit, sampai menggunting sedikit dari penutup kilitoris,” ujar Bram.

Telah tertulis pula dalam surat edaran dari Dirjen Bina Kesehatan Masyarakat Depkes RI Nomor HK 00.07.1.31047a tertanggal 20 April 2006 tentang Larangan Medikalisasi Sunat Perempuan bagi Petugas Kesehatan. Namun, Bram berkata kebijakan itu kembali lagi pada budaya tiap negara dan tiap daerah. Meski jelas menurut WHO, secara medis khitan perempuan tidak ada manfaatnya.

Bagaimanapun khitan bagi laki-laki sangatlah dianjurkan. Prosesnya pun tidak lama, hanya memakan waktu 5-10 menit dan proses penyembuhan selama seminggu. Prosesi khitan biasa dilakukan oleh laki-laki pada usia lima-tujuh tahun.

Untuk informasi lebih lanjut dapat menghubungi *call center* 24 jam SMC RS Telogorejo di nomor telepon (024) 8646 6000, pin BB DB7BAF74 (024) 8452912, Ph. 08112791949 (Dinda).(nn-58)

WWW. IKAPSTA.COM



Menangkap Momen Istimewa dengan Videography



Zaga Digital Video

Oleh Dhaneswari Tiara

MOMEN istimewa tentu menjadi hal yang tak ingin dilupakan. Keterbatasan memori manusia memantik orang-orang untuk mengabadikan berbagai kejadian hidup dalam sebuah dokumentasi. Jika dokumentasi foto hanya dapat menangkap ekspresi diam seseorang, berbeda dari dokumentasi video. Video bekerja menangkap momen-momen spesial dalam gambar bergerak dan bersuara, sehingga momen tersebut dapat lebih jelas dan detail. Kini, videography menjadi hal yang diandalkan oleh kebanyakan orang untuk mengabadikan setiap gerak istimewa dalam momen yang tak kalah istimewa.

Berangkat dari hal itu, tiga vendor videography monev di Semarang siap berbagi cerita tentang videography. Eko Tjahjono, pemilik Zaga Digital Video yang berada di Jalan Trengguli 2/21 Semarang menuturkan, video dapat menangkap kejadian pada suatu waktu dalam bentuk gerak. “Video merupakan gambar gerak, karena itu setiap orang dapat mengingat kejadian pada suatu waktu dalam bentuk

gerak,” tutur Eko yang menawarkan jasa dokumentasi wedding party, birthday party, dan *company profile* dengan peralatan *broadcast quality*, sehingga menghasilkan gambar HD penuh dan kualitas suara jernih ini. Eko menuturkan, untuk memperhatikan peralatan dari vendor *videography* dalam memilih vendor yang akan digunakan untuk mengabadikan momen spesial. “Yang terpenting adalah peralatan yang digunakan oleh vendor harus *broadcast quality full HD* dan bisa 4K agar hasil video berkualitas tinggi. Selain itu pilihlah vendor dengan budget terjangkau dan saya sarankan untuk booking jauh-jauh hari paling tidak satu tahun sebelum hari acara,” ujar pemilik akun *instagram* @zagavideoeko ini.



Zandrew Videography



Sunflower Videoworks

Momen Bahagia

Bagi Daniel Andika, pemilik Sunflower Videoworks yang beralamat di Karang Kebon Selatan 384 Semarang ini, video dapat bercerita tentang berbagai suasana dengan lebih jelas. “Video bisa lebih bercerita dibandingkan dengan foto. Suasana bahagia dan suasana haru bisa terdokumentasi dengan lebih jelas. Untuk memilih vendor video yang utama adalah kecocokan antara klien dan vendor, sehingga vendor dapat merespons keinginan dari klien dan melakukan pemecahan masalah dengan baik. Lalu pilihlah vendor yang menawarkan budget fleksibel,” ucap Daniel yang memiliki akun *instagram* @sunflower_photovideo ini.

Sunflower Videoworks memiliki ciri khas Fun Story Video yang menyajikan *videostory prewedding, morning clip, wedding, action klip* samurai, *slapstick comedy*, drama, dan *video based on true story* awal pacaran. “*Videostory prewedding* adalah klip pendek *prewedding* dengan tema tertentu yang ditentukan klien atau dari saran kami. Sementara *morning clip* adalah klip pendek liputan dari *make up* sampai akad atau pengucapan janji pernikahan

bahkan sampai resepsi. Keduanya kami kemas dengan *fun video*, karena setelah ditayangkan nanti di acara resepsi bisa membuat tamu undangan dan keluarga tertawa. Dan nanti setelah diputar ulang di masa mendatang dapat mengingat momen-momen menyenangkan dari setiap detail kenangan,” tutur Daniel senang.

Zandrew Videography, vendor videography yang diwakili oleh sang pemilik Andreas Himawan Haryanto menuturkan, video memiliki kelebihan karena dapat menangkap suara. “Video adalah gambar bergerak dan bersuara, sedangkan foto hanyalah gambar diam tak bersuara. Dengan demikian, saat mempelai mengucapkan janji pernikahan mereka dapat mengingatnya walaupun di saat usia pernikahan mereka sudah puluhan tahun dengan bantuan video. Bagaimanapun janji pernikahan adalah momen penting dalam pernikahan, sehingga patut diabadikan tidak hanya dalam sebuah foto tapi juga video,” jelas Andreas yang memiliki akun *instagram* @zandrew_videography ini.

Vendor yang berada di Jalan Kayu Mas Utara B11 Semarang Utara ini juga menawarkan dokumentasi video yang mengutamakan hasil dari proses editing daripada hasil pengambilan gambar. Bagi Andreas, proses editinglah yang mempercantik dan memperindah hasil akhir video. “Klien harus memilih vendor yang memiliki kemampuan editing yang baik. Pilihlah vendor yang ahli di bidangnya, harga tidak selalu sesuai dengan kualitas. Terkadang ada harga mahal kualitas buruk dan ada pula harga murah namun kualitas bagus. Sesuaikanlah budget dengan vendor yang akan dipakai lalu *booking* sejak jauh hari agar punya cukup waktu untuk diskusi konsep antara klien dan vendor,” saran Andreas yang menawarkan dokumentasi *prewedding, wedding, cinematic, same day edit*, dan *cinematography* dengan budget beranekaragam ini.(58)