



I N D O N E S I A N ORTHO D'MAGZ

MENJUNJUNG TINGGI SPORTIVITAS HINDARI CEDERA



Agustus 2024
Ortho D'Magz
9th Edition

**SURABAYA ORTHOPEDIC
HALF MARATHON 2024:
MENGEDUKASI MASYARAKAT
UNTUK BERLARI H.22**

**MEMPERCEPAT LANGKAH,
MENGEJAR KETERTINGGALAN
DI TENGAH KETERBATASAN H.38**

A minimalist desk setup with a silver laptop in the center. To the left is a white ceramic cup holding a pair of black-handled scissors, with two paper clips and a small gold bead on the desk surface. To the right is a tall, light gray concrete-style vase containing a green plant with long, thin leaves. The laptop screen displays text in a clean, sans-serif font.

Available for Ads
0811-1400-501
Indonesian Ortho D'Magz

Susunan Redaksi

Penanggung Jawab :

Prof. Dr. dr. Ismail Hadisoebroto Dilogo, Sp.OT(K)

Dewan Pengarah :

Dr. dr. Safrizal Rahman, Sp.OT, M.Kes

dr. Muhammad Shoifi, Sp.OT(K)

Pimpinan Redaksi :

dr. Erwin Saspraditya, B.Med Sci, Sp.OT(K)

Redaktur Pelaksana :

dr. Aga Shahri Putera Ketaren, Sp.OT(K)

Editor :

dr. Aldico Juniarto Sapardan, Sp.OT

dr. Oryza Satria, Sp.OT(K)

dr. Jifaldi Afrian Maharaja Dinda Sedar, Sp.OT(K)

Cover Designer, Art Illustrator dan Layout Director :

dr. Noha Roshadiansyah Soekarno, Sp.OT(K)

dr. Anggaditya Putra, Sp.OT(K)

Content Creator :

dr. Asa Ibrahim Zainal Asikin, Sp.OT

dr. Helmiyadi Kuswardhana, M.Kes, Sp.OT

Lay Outer/Web Designer :

Tim Media PABOI Pusat

Keseminatan

IOSS PCI : dr. Surya Bayu Prajayana, M.Biomed, Sp.OT(K)

IOTS : dr. Gibran Tristan Alpharian, Sp.OT(K)

InaMSOS : dr. Satria Pandu Persada Isma, Sp.OT(K)

PERAMOI : dr. Oryza Satria, Sp.OT(K)

IPOS : dr. Hendra Sp.OT(K)

IHKS : dr. Fidelis Heru Wicaksono, Sp.OT(K)

IOSSMA : dr. Fahroni Cahyono Winata, Sp.OT(K), M.Kes

INAFAS : dr. Ananto Satya Pradana, Sp.OT

InaSES : dr. Troydimas Panjaitan, Sp.OT(K)

IOPIS : dr. Petrasama, Sp.OT(K)

IOTRS : Dr. dr. Norman Zainal, Sp.OT, MKes

IOMBS : Dr. dr. Rahyusallim, Sp.OT(K)





Orthopaedic and Traumatology Emergency
Course : Batch 2 (Surabaya)



Dr. dr. Luthfi Gatam, Sp.OT(K), FICS, Ph.D
Kategori "Excellent Award"

dr. Yudha Mathan Sakti, Sp.OT(K)
Kategori Inovasi Tenaga Medis

Prof. (H.C-UNAIR) Dr. dr. Nicolaas C. Budhiparama, Sp.OT(K), Ph.D FICS
Kategori "Excellent Award"

Prof. Dr. dr. Ismail HD, Sp.OT(K)
Kategori "Excellent Award"

DAFTAR ISI

SALAM REDAKSI

Penulis: dr. Erwin Saspraditya,
B.Med Sci, Sp.OT.Subsp.P.L(K)

EDITORIAL

Penulis : dr. Oryza Satria,
Sp.OT.Subsp.T.L.B.M(K)

Menjunjung Tinggi Sportivitas Hindari
Cedera (Hal.06-11)

ORTHO NEWS

Pengabdian Masyarakat dalam
Rangkaian COE 72 IOA: Meningkatkan
Kesehatan Orthopaedi di Mentawai,
Sumatera Barat (Hal.12-14)

Continuing Orthopaedic Education
(COE) ke 72 IOA, Padang, Sumatera
Barat. "Semarak Ranah Minangkabau"
(Hal.15-20)

Surabaya Orthopedic
Half Marathon 2024 : mengedukasi
Masyarakat untuk berlari (Hal.22-29)

ORTHO UPDATE

Behind The Spine - Weightlifting untuk
Lansia (Penulis: Dr. dr. Jainal Arifin, M.
Kes, Sp.OT.Subsp.O.T.B(K) Hal.30-31)
**COMBINE WEBINAR MSS-PCI-IOSS dan
DDU ASEAN 2024** (Hal.32-33)

IOSSMA Scopevarsity - TENNIS ELBOW
(LATERAL EPICONDYLITIS) Penyakit yang
di sebabkan karena terlalu sering main
tennis, benarkah ? (Penulis: dr. Ariyanto
Arief, M.Kes, Sp.O.T.Subsp.C.O(K)
Hal.34-37)

FootPrint - Mempercepat langkah,
Mengejar Ketertinggalan di Tengah
Keterbatasan (Penulis: dr. Andi Praja
Wira Yudha Luthfi, Sp.OT Hal.38-44)

IOMBSIGHT - KILAS BALIK ACARA IOMBS
COURSE 2: SECRETOM AND EXOSOME
(Hal.45-47)

Orthopaedic and Traumatology
Emergency Course (Hal.48)

SALAM REDAKSI

Assalmualaikum wr wb
Salam sejahtera

Dalam edisi spesial kali ini, kami dengan bangga mengangkat tema **"Kemerdekaan: Menjunjung Sportivitas"**. Tema ini kami pilih untuk merayakan semangat kemerdekaan yang tidak hanya mencerminkan kebebasan dari penindasan, tetapi juga kebebasan dalam bertindak dengan penuh integritas dan sportivitas di kehidupan.

Kemerdekaan, sebagai nilai luhur yang kita rayakan, mencerminkan prinsip-prinsip kebebasan dan keadilan yang mendalam. Dalam konteks olahraga, prinsip-prinsip ini dapat diwujudkan melalui sportivitas—sikap yang menghargai lawan, menghormati aturan permainan, dan menjaga etika yang baik di lapangan. Sportivitas adalah bentuk kemerdekaan yang sejati, di mana setiap individu dapat berkompetisi dengan fair dan menjunjung tinggi nilai-nilai keadilan dan rasa hormat.

Melalui edisi ini, kami ingin mengajak pembaca untuk merenungkan dan merayakan kemerdekaan dengan cara yang membangun, yaitu melalui praktik sportivitas yang baik. Kami berharap bahwa edisi ini dapat menjadi sumber inspirasi untuk terus berkarya dengan semangat kemerdekaan yang penuh integritas dan sportivitas. Selamat membaca, dan semoga semangat kemerdekaan serta sportivitas selalu menyertai kita dalam setiap langkah.

Wasalamualaikum Wr WB
Salam Kemerdekaan

dr. Erwin Saspraditya, B.Med Sci, Sp.OT.Subsp.P.L(K)
Pimpinan Redaksi



MENJUNJUNG TINGGI SPORTIVITAS HINDARI CEDERA

Bukan sekadar bermain secara adil sesuai dengan peraturan, sportivitas juga dapat menjadi penuntun untuk mendapat hasil optimal dari berolahraga, termasuk meminimalisir risiko terjadinya cedera.

Pernah menonton *I, Tonya*? Bagi yang belum, sedikit cerita tentang film ini. Film yang dibintangi Margot Robbie mengangkat salah satu skandal besar dalam dunia olahraga. Serangan tiba-tiba dari seorang pria tidak dikenal yang menimpa Nancy Kerrigan ternyata berhubungan dengan persaingannya dengan Tonya Harding, untuk mendapatkan tempat di tim *skate figure* Amerika Serikat.

Meski kemudian Nancy berhasil pulih dan ikut dalam tim yang berlaga di ajang Olimpiade, insiden ini menjadi salah satu contoh buruk terkait tindakan tidak sportif dalam dunia olahraga.

Penulis:

dr. Oryza Satria, Sp.OT.Subsp.T.L.B.M(K)

Dokter Spesialis Orthopaedi & Traumatologi

Subspesialis Tangan, Lengan dan Bedah Mikro





Atau, tekel keras yang dilakukan Roy Keane kepada Alf-Inge Haaland pada 2001, saat terjadi laga *derby* Manchester. Akibat kejadian itu, Alf-Inge mengalami cedera lutut parah yang memaksanya harus mengakhiri karier profesional sebagai pemain sepak bola.

Olahraga, baik yang dilakukan oleh profesional maupun untuk aktivitas menjaga kondisi tubuh, seharusnya memberi dampak positif bagi orang yang melakukannya. Tapi dalam kenyataannya, tidak jarang yang terjadi malah sebaliknya, salah satunya cedera.

Tidak hanya di tingkat profesional. Pada 2008, Center for Injury Research and Policy (CIRP) Nationwide Children's Hospital mempublikasikan sebuah laporan terkait cedera olahraga yang terjadi di ajang kompetisi tingkat sekolah tinggi di Amerika Serikat. Berfokus pada sembilan cabang olahraga (lima untuk pria dan empat untuk wanita), penelitian yang dilakukan sepanjang 2005 hingga 2007 ini melaporkan ada sekitar 98.000 cedera olahraga yang terjadi akibat tindakan ilegal (tidak sesuai peraturan) dalam pertandingan.

ASPEK YANG TIDAK DIHARAPKAN

Tidak dapat disangkal, cedera merupakan bagian 'yang sangat tidak diharapkan' dari olahraga. Bahkan tanpa adanya kontribusi dari pihak lain, risiko mengalami cedera selalu ada bagi setiap orang yang berolahraga.

Risiko cedera dapat terjadi pada jaringan lunak, tulang, ligamen, tendon, maupun saraf. Cedera-cedera ini dapat disebabkan trauma langsung maupun stres yang berulang. Setiap jenis olahraga dikaitkan dengan pola dan jenis cedera yang berbeda. Sementara usia, jenis kelamin, dan jenis aktivitas (dalam kompetisi, latihan, atau sekadar rekreasi) memengaruhi tingkat risiko terjadinya cedera.

Yang patut diperhatikan, cedera tidak hanya menyebabkan rasa tidak nyaman atau menghambat aktivitas sehari-hari (termasuk melakukan kegiatan olahraga). Jika cedera terjadi pada usia pertumbuhan, ketika kerangka tubuh belum matang, cedera yang berulang dapat menyebabkan terganggunya pertumbuhan fisik, yang kemudian menyebabkan ketidaksesuaian panjang, kelainan bentuk sudut, atau perubahan mekanika sendi yang dapat berakibat pada kecacatan jangka panjang (permanen). Atau, seperti yang dialami Alf-Inge Haaland, harus mengundurkan diri dari dunia olahraga yang menjadi karier profesionalnya.

Karenanya, dalam laporannya, CIRP menekankan pentingnya kepatuhan terhadap aturan permainan dalam meningkatkan keselamatan pemain. Sportivitas dalam olahraga dapat menjadi salah satu aspek yang dapat melindungi seseorang dari risiko cedera. Namun, sebenarnya apa, sih, sportivitas itu?

SPORTIVITAS DALAM OLAHRAGA

Mengutip definisi yang disampaikan oleh National Collegiate Athletic Association (NCAA), sportivitas merupakan serangkaian perilaku yang ditunjukkan baik oleh atlet, pelatih, ofisial, administrator, maupun penggemar dalam kompetisi olahraga. Dari definisi ini, sportivitas bukan sekadar harus ditunjukkan oleh sang atlet, tapi juga semua pihak yang terlibat dalam olahraga (kompetisi). Serangkaian perilaku ini didasarkan atas beberapa nilai, seperti rasa saling menghormati, keadilan, kesopanan, kejujuran, hingga tanggung jawab.

Kembali ke kasus Tonya Harding dan Nancy Kerrigan. Pria yang mencederai Nancy Kerrigan merupakan suruhan dari suami Tonya Harding. Dari penyelidikan, Tonya terbukti mengetahui tindakan yang dilakukan suaminya tersebut, karenanya dia kemudian dikeluarkan dari asosiasi olahraga skate *figure*.

Dalam olahraga, terutama kompetisi, keinginan untuk menang merupakan sesuatu yang sifatnya alami. Pada usia berapapun, dalam lingkup apapun, keinginan ini akan muncul. Namun, mengutip yang disampaikan Louie Giray, pengabaian nilai-nilai sportivitas demi mengejar kemenangan dapat menyebabkan kerugian (*disadvantageous*) bahkan bencana (*disastrous*). Karenanya, tingginya keinginan untuk menang harus diseimbangkan dengan kerja keras. Di sinilah peran dari sportivitas.

Sportivitas akan mendorong seseorang untuk melakukan persiapan sebaik mungkin sebelum kemudian berolahraga atau ikut dalam suatu pertandingan maupun kompetisi. Menjadi motivasi untuk berfokus pada pengembangan kemampuan diri, dan bukan mengatur strategi untuk memanfaatkan 'peluang' tanpa melanggar peraturan permainan.

Sikap yang tenang dan menghormati lawan maupun semua pihak yang terlibat ditambah dengan permainan yang adil akan menghasilkan pertandingan yang kompetitif.

Dalam olahraga, beberapa perilaku yang sengaja dilakukan tidaklah dianggap sebagai sebuah pelanggaran aturan permainan. Misalnya saja melakukan berbagai upaya untuk membuang-buang waktu sehingga terjadi jeda dalam pertandingan, yang mungkin saja berlangsung dalam waktu cukup lama.

Padahal, terutama dalam pertandingan dengan intensitas tinggi, jeda yang terlalu lama meningkatkan prevelansi cedera. Dari sudut penikmat olahraga, hal-hal seperti ini akan menimbulkan rasa jenu sehingga pertandingan dinilai tidak menarik, yang kemudian tidak lagi mendapat atensi dari publik.

Dalam hal ini, sportivitas membuat seseorang tidak hanya terikat pada aturan permainan, tapi juga semangat dari olahraga atau pertandingan yang dijalani.

Persaingan yang didasari semangat sportivitas justru akan menghasilkan kompetisi yang menarik. Setiap pihak yang terlibat, baik dari atlet, pelatih, ofisial, penyelenggara pertandingan, hingga penonton, akan melakukan persiapan sebaik mungkin.

Dalam dunia nyata, persaingan antara Lionel Messi dengan Cristiano Ronaldo (sepak bola), Roger Federer dengan Rafael Nadal (tenis), atau Usain Bolt dengan Justin Gatlin (atletik) selalu dinantikan dan menyajikan perseteruan yang menegangkan serta sikap saling menghormati. Tidak jarang masing-masing pihak akan memberi pujian atas keberhasilan pihak lawan. Dan, itulah indahnnya sportivitas.



Selain itu, sportivitas juga dapat menjadi *guidance* bagi seseorang untuk mencapai target jangka panjang, dengan mengikuti program yang terukur demi meraih target tertentu di masing-masing fase tanpa membebani tubuh secara berlebihan.

Latihan yang terlalu keras berisiko membebani tubuh melebihi batas kemampuan, yang kemudian berdampak pada terjadinya cedera.



Prestasi yang diraih oleh Michael Jordan (bola basket), Michael Phelps (renang), maupun Serena Williams (tenis) merupakan bukti dari semangat sportivitas. Toh, tendangan bebas spektakuler seperti yang dilakukan oleh David Beckham maupun Roberto Carlos dapat terjadi karena komitmen untuk meningkatkan kemampuan diri. Sportivitas yang menjadi motivasi pada pengembangan diri menjadi pemicu munculnya teknik-teknik baru dalam olahraga.



Dan seperti yang disampaikan British National Association of Coaches,
“Sport without fairplay is not sport and honours won without fairplay can have no real value.”





COE 72 OF IOA

MENTAWAI

PENGABDIAN MASYARAKAT DALAM RANGKAIAN COE 72 IOA: MENINGKATKAN KESEHATAN ORTHOPAEDI DI MENTAWAI, SUMATERA BARAT

Dalam rangkaian acara Continuing Orthopaedic Education (COE) ke-72 Indonesian Orthopaedic Association (IOA), sebuah kegiatan pengabdian masyarakat yang luar biasa telah diadakan di Mentawai, Sumatera Barat, pada tanggal 24 Mei 2024. Acara ini menjadi momen bersejarah yang menunjukkan komitmen IOA, bersama dengan Yayasan Olahragawan Indonesia (YOI), dalam memberikan kontribusi nyata kepada masyarakat Indonesia, khususnya di bidang ortopedi.

Pada kesempatan ini, kegiatan dimulai dengan operasi pasien Neglected Fracture di RSUD Mentawai sebanyak 6 orang pasien pada hari Jumat, 24 Mei 2024 dan Sabtu 25 Mei 2024, yang dilakukan oleh tim operasi PABOI Sumbar dan follow up minggu, 26 Mei 2024 dilakukan oleh tim PABOI pusat dan pada hari Senin 27 Mei 2024 terlaksana kegiatan yang spektakuler dengan berbagai tempat dan kegiatan orthopaedi secara serentak kepada masyarakat dimana kita melaksanakan acara One Day Seminar and Workshop yang dihadiri oleh sejumlah profesional kesehatan, termasuk dokter umum, perawat, bidan, fisioterapis, dan petugas kesehatan lainnya.

Penulis:

dr. Lukman Hakim

Resident Orthopaedi FK Universitas Andalas

Acara ini bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan mereka dalam bidang ortopedi, menciptakan jaringan kolaboratif, dan mempromosikan pertukaran informasi terkini.

Workshop yang digelar cedera olah raga dan pengenalan *taping* pada cedera olah raga. Para peserta diberikan kesempatan untuk berinteraksi langsung dengan para ahli ortopedi terkemuka dan berbagi pengalaman dalam menangani berbagai kasus. Ini bukan hanya menjadi forum akademis tetapi juga platform untuk membangun solidaritas antara para profesional kesehatan.

Kegiatan yang berbarengan juga dilakukan di RSUD Mentawai, yaitu pelaksanaan Pain management pada penderita dengan kelainan Orthopaedi dan Traumatologi, pemeriksaan, diagnosis dan tatalaksana dilakukan secara mandiri oleh dokter - dokter Orthopaedi, lebih kurang ada 100 pasien yang di tatalaksana pada saat itu





Kemudian secara berbarengan kita juga melaksanakan skrining pada anak usia sekolah dengan kelainan orthopaedi, dimana kita melaksanan pemeriksaan di 3 sekolah dengan total siswa lebih kurang 700 anak. Dari scrining yg kita lakukan, anak dengan kelainan Orthopaedi kita rekomendasikan u berobat dan di tatalaksana oleh Orthopaedi dengan bentuk rekomendasi dari Dinas Kesehatan kabupaten mentawai

Sementara itu, pasien yang telah di lakukan operasi dan di follow up minggu 26 Mei 2024 mendapatkan doorprize berupa kursi roda, tongkat dewasa dan tongkat anak-anakyang secara resmi dib serahkan oleh ketua PABOI/IOA kepada pasien-pasien tersebut

Kegiatan ini bukan hanya membawa manfaat langsung bagi pasien yang beruntung mendapatkan operasi gratis, tetapi juga memberikan dampak jangka panjang dalam meningkatkan pemahaman masyarakat tentang pentingnya perawatan ortopedi. Selain itu, interaksi antara para profesional kesehatan lokal dan tim IOA membantu dalam mentransfer pengetahuan dan keterampilan, menciptakan dampak positif yang dapat dirasakan oleh masyarakat setempat dalam jangka panjang.

Pengabdian masyarakat dalam acara COE 72 IOA ini tidak hanya mencerminkan visi IOA untuk meningkatkan mutu pelayanan ortopedi di Indonesia tetapi juga merupakan langkah positif dalam membangun jaringan kolaboratif antara para profesional kesehatan dan masyarakat. Semoga kegiatan semacam ini dapat terus diadakan di berbagai wilayah Indonesia untuk meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan masyarakat secara keseluruhan.



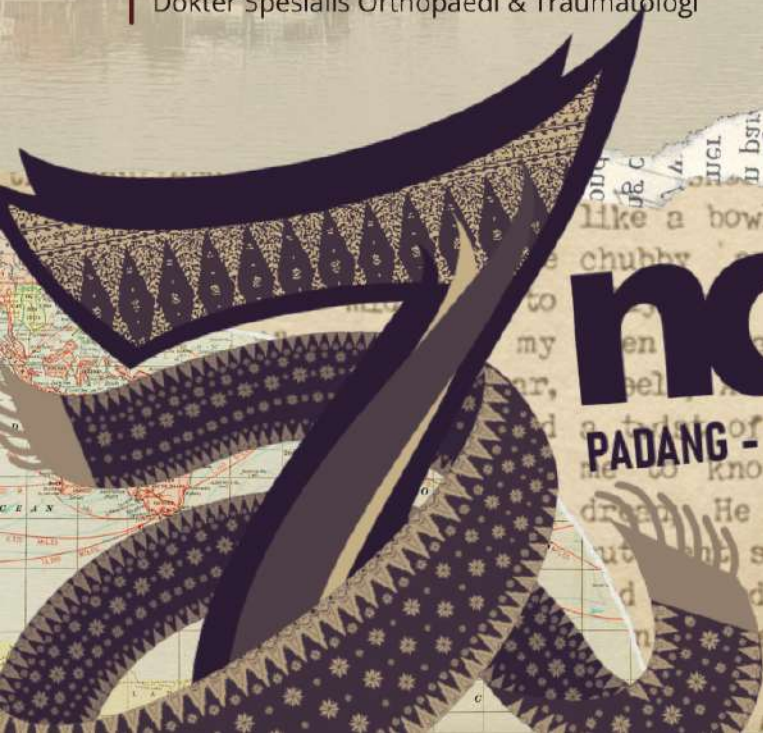


CONTINUING ORTHOPAEDIC EDUCATION (COE) KE 72 IOA, PADANG, SUMATERA BARAT. “SEMARAK RANAH MINANGKABAU”

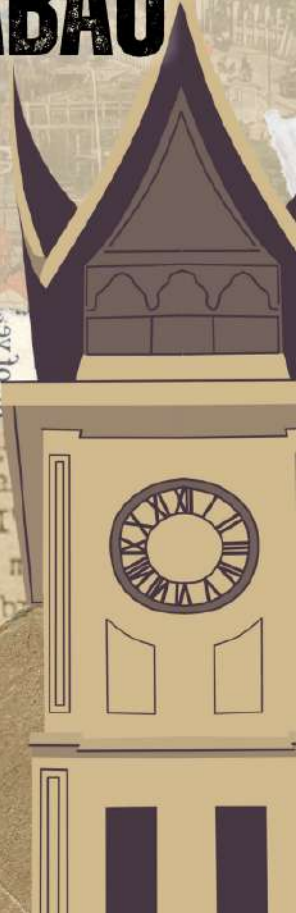
Penulis:

dr. Taufik Akbar, Sp.OT

Dokter Spesialis Orthopaedi & Traumatologi



72nd
PADANG - 2024



Menjejakkan kaki di ranah Minangkabau, ada perasaan dekat dan familiar. Sinar matahari yang terik dan langit lepas turut menyambut perhelatan **Continuing Orthopaedic Education (COE) ke-72 Indonesian Orthopaedic Association (IOA)** di Hotel ZHM Premiere, Padang, Sumatera Barat. Kali ini dengan tema *"Challenges in Managing Complex and Neglected Orthopaedic Cases : Optimizing Resources in the Developing Countries"*, beragam program yang kaya dan menarik terlaksana untuk meningkatkan wawasan para spesialis orthopaedi di Indonesia. Berkolaborasi dengan **Malaysian Orthopaedic Association (MOA)**, COE ke 72 juga dirancang untuk mengukuhkan peranan spesialis Orthopaedi demi kemajuan masyarakat, bangsa dan negara dengan menjunjung tinggi semangat keilmiahan, kolaborasi, dan perbaharuan.

Presentasi Ilmiah dan Diskusi Panel: Beragamnya kasus kompleks dan neglected di Indonesia

Berbicara tentang Indonesia, tidak terlepas dari masalah masih belum banyak dan terdistribusi dengan baiknya spesialis Orthopaedi, menyebabkan berlimpahnya kasus kompleks dan neglected hingga ke pelosok Indonesia. Hal inilah yang menjadi tema utama yang diangkat pada sesi ilmiah tahun ini. Sebanyak lebih dari 80 pembicara nasional dan internasional diundang untuk mengisi beragam sesi pada simposium tahun ini.

Dengan menggunakan sistem plenary dan split lecture, peserta yang hadir mendapatkan pengalaman berupa kuliah dan diskusi panel interaktif untuk mendalami topik-topik yang sengaja dipilih mewakili kasus-kasus yang mungkin akan ditemukan dalam praktis klinis sehari-hari. Banyaknya topik yang dipilih diharapkan akan mencakup kebutuhan perbaharuan keilmuan dan berbagi pengalaman.

Kegiatan ilmiah mencakup kuliah umum, presentasi kasus spesifik, presentasi pengalaman penanganan kasus kompleks pada daerah, dan diskusi panel. Acara coe ke 72 Padang dibuka oleh:

- **Ketua IDI**, Dr. dr. M. Adib Khumaidi, Sp.OT
- **Presiden IOA**, Prof. Dr. dr. Ismail HD, Sp.OT(K)
- **Presiden MOA**, Prof. Dt. Dr. Sabarul Alfian Mokhtar
- **Ketua Acara COE ke-72**, dr. Hermansyah, Sp.OT(K)
- **Ketua Kolegium**, Prof. Dr. dr. Dwikora Novembri U, Sp.OT(K)
- **Ketua DEPOI**, dr. S. Dohar AL Tobing, Sp.OT(K)
- **Dekan FK Unand**, Dr. dr. Afriwardi, Sp.KO
- **Direktur RS Unand**, Dr. dr. Yevri Zulfiqar, Sp.B, Sp.U(K), M.Kes
- **Kepala Departemen Bedah, RSUP M Djamil Padang**, Dr. dr. Alvarino, Sp.B, Sp.U

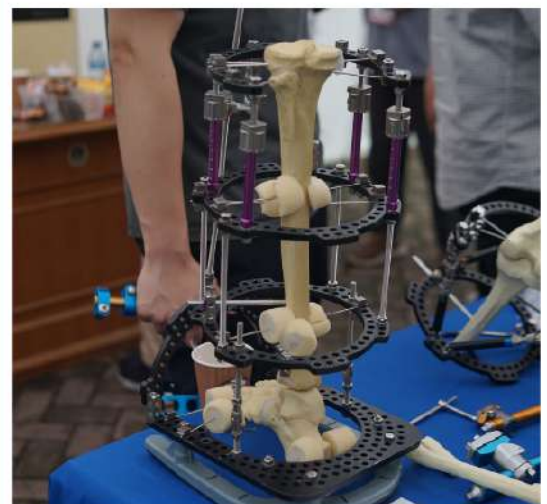


Workshop dan Masterclass: Kesempatan untuk berlatih dari para ahli

Tidak kurang dari 6 pelatihan diselenggarakan pada kegiatan COE ke 72. Kegiatan ini terdiri atas tiga workshop cadaver dengan topik ***Pain Intervention, Ilizarov and Limb Reconstruction, dan Spine Instrumentation***, dan tiga masterclass yang terdiri atas ***Telescopic Nailing, Tibial Plateau, dan Expert Nailing***.

Untuk workshop cadaver, *pre-course online lecture* dilakukan seminggu sebelum kegiatan workshop via zoom untuk penyegeran ilmu bagi para peserta. Kegiatan *hands-on* workshop cadaver dilakukan pada tanggal 28, 29 Mei dan 1 Juni 2024, di Laboratorium Anatomi, Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

Sementara itu, kegiatan masterclass dilakukan melalui diskusi mendalam dengan kasus-kasus dengan dibimbing oleh para ahli pada bidangnya melalui diskusi dan *dry-workshop*. Kegiatan ini dilakukan di Hotel ZHM Premiere pada tanggal 1 Juni 2024.



Kegiatan Residen: Mengajak calon Orthopaed masa depan menjadi pribadi yang cerdas dan kuat

Bagi para residen, COE ke 72 adalah ajang untuk meningkatkan kualitas melalui berbagai program yang disediakan. Kegiatan **Resident's Day** yang disiapkan oleh **Kolegium Orthopaedi dan Traumatologi Indonesia** menjadi ajang berbagi ilmu dan pengalaman dari para senior kepada para residen, baik di bidang akademis, maupun di bidang karir dengan harapan para residen mendapatkan wawasan yang jauh lebih luas mengenai masa depan yang akan dijemput nantinya.

Kegiatan presentasi **Final Paper** bagi para kandidat, dan **Free Paper** dan **Poster** bagi seluruh residen secara umum, adalah ajang kompetisi akademis sekaligus asah ilmu dan berbagi relasi bagi para residen yang dapat memberikan kebanggaan tersendiri bagi para residen peserta. Kegiatan olahraga tentu saja tidak pernah sepi dari keikutsertaan. **Basket, Futsal, Badminton, dan Tenis Meja** dilaksanakan dengan penuh sportifitas dan kompetisi hangat.





Menjadi dokter tidak akan terlepas dari kegiatan pengabdian kepada masyarakat. Pada tanggal 26 Mei 2024, belasan tim dari Yayasan Orthopaedi Indonesia, IOA, berangkat ke Kepulauan Mentawai, Sumatera Barat untuk mengadakan kegiatan Pengabdian Masyarakat yang terdiri atas penyuluhan, operasi dan pengobatan gratis. Sambutan hangat masyarakat disertai dengan lautan biru cantik mengobati sulitnya perjalanan terombang-ambing berjam-jam dengan speedboat dari Padang.



Para nyonya Orthopaedi juga ikut serta menyemarakkan dengan **Ladies Program** melalui beragam kegiatan yang mendalami kebudayaan dan indahnya senirupa minangkabau. Tidak lupa tentunya kegiatan berbelanja oleh-oleh khas lokal yang selalu ditunggu-tunggu. Berhias menggunakan pakaian khas Minangkabau, *tingkuluak*, belajar memasak rendang, dan menunjungi *rumah gadang* adalah beberapa kegiatan utama pada hari tersebut.





Kegiatan Fun Run dan Fun Bike juga diselenggarakan pada COE ke 72 dengan diikuti oleh peserta dan pembicara dari COE ke 72. Sejuknya udara Padang di pagi hari menambah semangat para peserta untuk mengikuti kegiatan ini.



Gala Dinner sebagai penutup dari kegiatan COE ke 72 dilaksanakan dengan meriah dan megah. Menghadirkan grup kesenian lokal yang telah melanglang buana, Darak Badarak, dan penyanyi ternama, Winda Idol. Para peserta disuguhkan dengan malam yang tidak terlupakan. Pengumuman pemenang juara kompetisi ilmiah dan olahraga, serta door prize diselenggarakan dengan apresiatif. Gala Dinner ini juga merupakan wujud rasa terima kasih kepada seluruh peserta yang telah berkenan hadir pada kegiatan COE ke 72 dan menyulut semangat kebersamaan dan solidaritas.



Kegiatan COE tidak pernah lepas dari kata bermanfaat, dekat, dan inspiratif. Melalui berbagai kegiatan yang dirancang sesuai dengan kebutuhan pada masanya, maka COE telah menjelma menjadi sebuah acara yang layak diikuti setiap tahunnya. Kegiatan ini adalah wadah untuk mengembangkan diri, secara potensi, maupun secara relasi. Pada akhirnya, ada memori yang tercipta setiap kegiatan COE diadakan, dan COE ke 72 di Padang, telah menjadi memoar yang sulit untuk digantikan.

SAMPAI BERTEMU DI KONKER JAKARTA 2024!



Australian Government



Australia-
Indonesia
Institute



WORKING CONFERENCE OF
INDONESIAN ORTHOPAEDIC ASSOCIATION (IOA)
JAKARTA - 2024

FIRST ANNOUNCEMENT 16th WORKING CONFERENCE OF INDONESIAN ORTHOPAEDIC ASSOCIATION (IOA)

**Comprehensive Risk Management in
Orthopaedics: From Bench to Bed**
"From The Expert Experiences Down to
The evidence based point of view"

INTERACTIVE COURSE WITH HUMAN ANATOMICAL SPECIMENS WITH NATIONAL & INTERNATIONAL FACULTY

- Get Acquainted with Hip Arthroscopy
- Humerus fracture fixation: Being Proficient in MIO Techniques
- Upper and Lower Extremity Flap Dissection Course: Be Easy and Creative with Flap
- Comprehensive Approach in HIP Arthroplasty
- Dealing with Intraoperative Obstacles in Knee Arthroplasty

DRY-LAB WORKSHOP & INTERACTIVE COURSE WITH NATIONAL & INTERNATIONAL FACULTY

Pediatric Trauma and Recent Advances
Pediatric Orthopaedic

Scan &
Register Now



**20-22
NOVEMBER
2024**

<https://ioaevent.id/konkerioa2024>

**KONKER
PABOI**

**2024
JAKARTA**



InterContinental Hotel
Jakarta, Pondok Indah

081288045711 (AYU)



JakOrthoUpdate

@paboidkijaya



@ioaevent_official



ioaevent.official@gmail.com



ioaevent.id

SURABAYA ORTHOPEDIC HALF MARATHON 2024 :



**SURABAYA
ORTHOPEDIC
HALF MARATHON
2024**

MENGEDUKASI MASYARAKAT UNTUK BERLARI

Acara Surabaya Orthopedic Half Marathon 2024 (SOHM2024) telah selesai diadakan. Acara yang diadakan pada tanggal 14 Juli 2024 dan digelar di The Carribean Grande Pakuwon City Surabaya ini sukses diikuti oleh 3000 peserta dari berbagai kategori. Adapun kategori yang dilombakan adalah 5K, 10K dan half marathon. Inti dari mengadakan event ini, selain sebagai salah satu wadah penggerak agar masyarakat dapat mempunyai pola hidup yang seimbang dengan berolahraga, juga sebagai wadah edukasi bahwa olahraga lari aman untuk sendi, dan membawa misi kemanusiaan, dimana dana yg terkumpul akan digunakan sebagai dana tanggap darurat bencana, baik di Indonesia maupun di luar negeri seperti korban gempa bumi, banjir, tanah longsor dan sebagainya.

PRE-EVENT : ROAD TO SOHM 2024 – BANDUNG, JAKARTA, SURABAYA, JOGJAKARTA

Sebagai rangkaian pre-event, maka diadakan *road to* di beberapa kota besar yang mempunyai antusiasme lari cukup besar. Pre-event ini diadakan untuk memperkenalkan dan memaparkan event SOHM2024 di berbagai kota. Bekerjasama dengan berbagai lari lokal dan dikemas dengan konsep fun run 5-7k terdapat pula health talk dari para orthopedic runners yang cukup menimbulkan antusiasme peserta di berbagai kota.





BANDUNG!



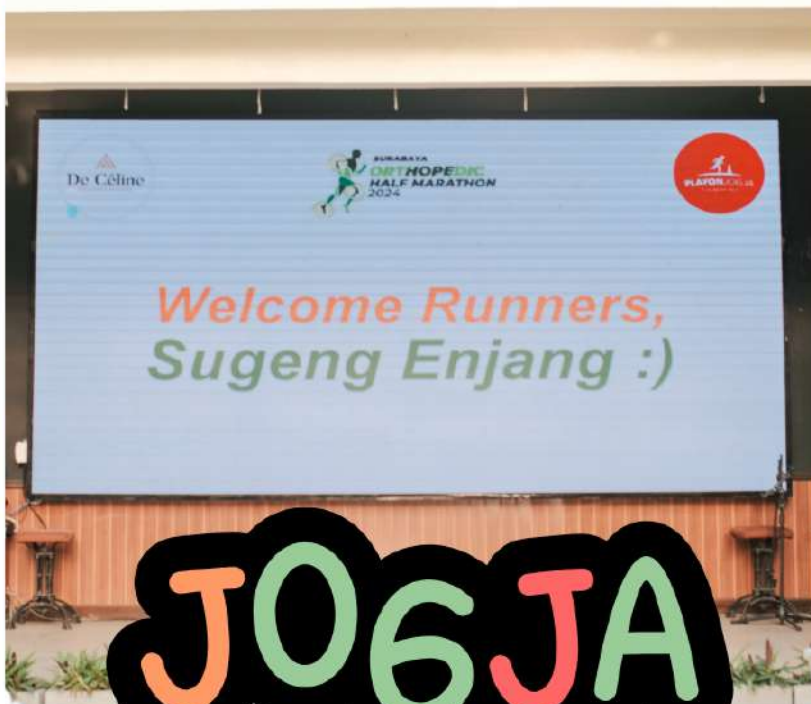


JAKARTA



SURABAYA





JOGJA





RACEPACK COLLECTION SURABAYA ORTHOPEDIC HALF MARATHON 2024

Racepack collection diadakan pada hari Jumat-Sabtu, 12-13 Juli 2024 bertempat di Amphitheatre Pakuwon City Mall Surabaya. Disini para runners yang sudah terdaftar mengambil racepack yang diantaranya berisi jersey, nomor BIB, serta beberapa produk yang terdapat dalam racepack. Peserta juga dapat melakukan pengecekan BIB dan mengikuti berbagai aktivitas pada booth sponsor yang berpartisipasi. Pada acara RPC ini juga diadakan konferensi pers dan healthtalk mengenai materi-materi yang berhubungan dengan runners dari para ahlinya.



EVENT SURABAYA ORTHOPEDIC HALF MARATHON

Keberhasilan acara SOHM 2024 ini tentu dengan dukungan yang luas dari seluruh pihak. Dengan mengutamakan jalur yang aman, relatif datar dan para marshal serta tim medis yang cukup, sebanyak 3000 runners berhasil melewati garis finish di Pakuwon City Surabaya. Kota Surabaya yang biasa panas, hari itu pun cukup sejuk. Para pemenang hari itu mampu menorehkan catatan waktu yang cukup baik. Kategori khusus penyintas operasi tulang dan sendi alat gerak bawah, serta khusus dokter cukup menarik minat masyarakat dan menjadi salah satu ciri khas dalam gelaran SOHM 2024 ini. Diharapkan, acara ini dapat merupakan agenda tahunan PABOI dan semakin menggerakkan masyarakat untuk berolahraga, dan meyakinkan bahwa para penyintas operasi tulang dan sendi pun dapat tetap kembali berolahraga dan berprestasi.

Penulis:

dr. Stacy Benedicta, SP.OT

Dokter Spesialis Orthopaedi & Traumatologi
CEO Surabaya Orthopedic Half Marathon





BEHIND THE SPINE

WEIGHTLIFTING UNTUK LANSIA

Penulis:

Dr. dr. Jainal Arifin, M. Kes, Sp.OT.Subsp.O.T.B(K)

Dokter Spesialis Orthopaedi & Traumatologi

Subspesialis Tulang Belakang

Saat ini, banyak sekali miskonsepsi mengenai proses penuaan dan aktivitas fisik. Salah satu mitos yang umum dibicarakan oleh masyarakat adalah angkat beban hanya boleh dilakukan untuk orang berusia muda dan orang yang ingin membentuk otot pada tubuhnya. Nyatanya, angkat beban dapat memiliki berbagai manfaat untuk lansia, mulai dari berbagai manfaat kesehatan hingga meningkatkan kualitas hidup untuk lansia.

Meningkatnya jumlah orang yang akan menua dalam beberapa tahun ke depan meningkatkan pula kebutuhan untuk dapat hidup secara baik, mandiri dan efisien dalam menikmati kehidupan sehari-hari dan masa tua mereka.

Penuaan sendiri dihubungkan dengan berbagai penurunan fisiologis dan fungsional yang memengaruhi rentannya seseorang terhadap disabilitas dan risiko jatuh. Hal-hal tersebut disebabkan oleh menurunnya massa otot dan kekuatan otot, yang dikenal dengan sarkopenia. Kehilangan kekuatan otot, disisi lain merupakan salah satu masalah utama pada populasi dewasa.

Latihan angkat beban dapat melawan penurunan massa otot tersebut dengan cara meningkatkan kekuatan dan hipertrofi dari otot. Latihan angkat beban juga dbuktikan aman jika dilakukan secara benar, yaitu dengan mengaplikasikan prinsip *overload* (lebih besar daripada level standar seseorang), spesifik dan sesuai porsi individu, dan dalam jangka waktu yang panjang.(1,2)

Selain itu, latihan beban pada lansia juga memiliki manfaat lainnya, mulai dari meningkatkan kepadatan tulang, yang menurunkan kemungkinan terjadinya osteoporosis, ataupun patah tulang yang terkait dengan osteoporosis. Latihan beban dibuktikan dapat memiliki manfaat terhadap tulang belakang, tulang paha, dan tulang tangan yang pada akhirnya dapat menurunkan pengapuran tulang dan mencegah osteoporosis.⁽³⁾

Manfaat lain yang dapat diperoleh jika anda melakukan latihan beban diantaranya memperbaiki kesehatan jantung dan metabolisme, regulasi gula darah yang membaik, serta menurunkan risiko kerentanan, menjauhi risiko jatuh dan meningkatkan fungsi tubuh secara keseluruhan.^{1,2} Lakukan latihan beban secara teratur dan perlahan, mulai dari 3 kali per minggu selama 8 hingga 12 minggu.³



Courtesy Harvard



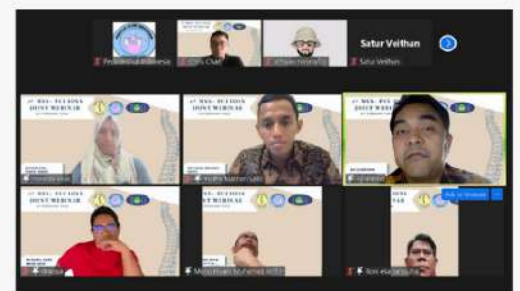
Tentunya, dalam melakukan latihan beban dengan baik tidaklah mudah bagi lansia. Mulai dengan beban yang minimal dan sesuai kemampuan tubuh, lakukan secara konsisten dan perhatikan kemampuan tubuh. Jika terdapat rasa nyeri yang berlebih, jangan lupa untuk istirahat dengan cukup dan konsultasikan ke profesional.



COMBINE WEBINAR MSS-PCI-IOSS

Malaysia Spine Society (MSS) bekerjasama dengan *Pedicle Club Indonesia- Indonesian Orthopaedic Spine Society (PCI-IOSS)* menyelenggarakan acara *Combine Webinar* yang telah berlangsung selama dua kali di tanggal 25 Januari 2024 dengan tema "*Decompression Techniques in L4/5 Bilateral Subarticular Stenosis*" dan 30 Juni 2024 dengan tema "*Experiences and Recent Approach in Managing Thoracolumbar Fracture*" diikuti dengan jumlah lebih dari 300 peserta.

Adanya Kerjasama antara MSS dengan PCI-IOSS melalui *Combine Webinar* ini dapat menjadi sarana pembelajaran interaktif bagi peserta dengan para expert speaker dari Indonesia maupun Malaysia serta menjadi ajang bertukar pikiran, ide, gagasan terhadap perkembangan ilmu orthopaedi tulang belakang di mancanegara.



Combine webinar ini mendapatkan sambutan yang positif dan antusiasme yang luar biasa. Karena webinar tersebut tidak hanya diperuntukkan untuk spine consultant saja tetapi dapat diperuntukkan untuk para Orthopaedi Umum maupun Residen dari kedua negara tersebut.





DDU ASEAN 2024

Deformity Down Under (DDU) merupakan ajang internasional yang menjadi sarana bagi para dokter bedah khususnya Orthopaedi Tulang Belakang untuk meningkatkan pengetahuan diagnosis klinis serta menggabungkan teknologi dalam pengobatan berbagai kelainan tulang belakang. Acara ini telah memiliki sejarah selama lebih dari 15 tahun yang telah dilaksanakan di Australia dan Selandia Baru dengan diikuti oleh pembicara pembicara terkemuka dari seluruh dunia, termasuk Amerika, Kanada, Eropa, Australia, dan Asia.



Pada tahun 2022, DDU ASEAN mulai digagas bersama dengan pendiri DDU, dr. Brian Hsu (Australia) hingga acara tatap muka pertama di wilayah Asia Tenggara dipilih untuk diadakan di Bali, Indonesia dengan kerjasama antara Transmedic Group dan Life Healthcare sebagai bagian dari EBOS MedTech. Acara yang dilaksanakan pada 3-4 Mei 2024 di Hotel Conrad Bali ini mengundang pembicara terbaik dari Indonesia, Singapura, Australia, Selandia Baru, Inggris, Tiongkok dan Hong Kong, untuk berbagi pemikiran, ide dan pengalaman secara interaktif untuk meningkatkan kualitas pelayanan pasien yang lebih mumpuni. Dari seluruh peserta yang datang dari berbagai belahan dunia, anggota *Pedicle Club Indonesia - Indonesian Orthopaedic Spine Society* (PCI-IOSS) menjadi peserta terbanyak yang terlibat dalam rangkaian acara DDU ASEAN 2024.

Dr. dr. I Gusti Lanang Ngurah Agung Artha Wiguna, Sp.OT(K) selaku PCI-IOSS *President* sekaligus DDU ASEAN *Chairman* 2024, bersama dr. Yudha Mathan Sakti, Sp.OT(K) selaku PCI-IOSS *President Elect* dan juga sebagai *Scientific Coordinator* DDU ASEAN 2024 berharap dengan adanya acara *Deformity Down Under* ASEAN 2024 sebagai ajang bertukar ilmu serta memperluas koneksi dengan para pembicara maupun peserta yang hadir di acara tersebut, ada kontribusi secara signifikan terhadap pengembangan dan perluasan pengetahuan dalam bedah tulang belakang di wilayah Asia Tenggara, khususnya Indonesia.

TENNIS ELBOW (LATERAL EPICONDYLITIS)

Penyakit yang disebabkan karena terlalu sering main tennis, benarkah ?

Tennis elbow (TE), yang juga diketahui sebagai lateral epicondylitis, merupakan suatu kondisi yang diakibatkan dari penggunaan berlebihan otot dan tendon pada sendi siku. Tennis elbow kadang dihubungkan dengan gerakan berulang pada lengan dan pergelangan tangan. (1)

Meskipun dinamakan tennis elbow, kebanyakan orang yang menderita tennis elbow, tidak bermain tennis. Beberapa penderita memiliki pekerjaan yang berhubungan dengan gerakan berulang yang dapat mengakibatkan terjadinya tennis elbow. Pekerjaan ini meliputi tukang ledeng, pelukis, tukang kayu dan tukang daging. Namun, kadang-kadang tennis elbow juga tidak diketahui dengan jelas penyebabnya. (1)



Tennis elbow, menggambarkan cedera akibat penggunaan yang berlebihan sebagai akibat dari kelebihan beban listrik pada tendon extensor kominis pada pangkal tendon extensor carpi radialis brevis. Tennis elbow terutama disebabkan oleh ketegangan yang berulang yang disebabkan oleh aktivitas yang melibatkan cengkaman dan/atau ekstensi pergelangan tangan yang berulang. Hal ini sering terjadi pada individu yang bermain tennis, squash, badminton, atau aktivitas lain yang melibatkan ekstensi pergelangan tangan yang berulang, deviasi radialis, dan/atau supinasi lengan bawah.

TE juga sering ditemukan pada atlet squash, badminton, dan olahraga lain atau aktivitas yang membutuhkan gerakan yang sama. Kondisi ini juga kadang-kadang dipicu oleh teknik olahraga yang kurang baik dan peralatan olahraga yang kurang memadai pada populasi atlet. (2)

Nyeri dari aspek lateral siku merupakan gejala yang tersering pada olah raga menggunakan raket, baik pada olahragawan maupun bukan. Pada olahraga badminton 2,4% - 13% dari semua cedera yang dilaporkan adalah cedera siku dan prevalensi cedera siku pada tennis adalah 1,3% - 14% tanpa ada perbedaan prevalensi antara laki-laki dan perempuan. Tennis elbow juga dilaporkan sebagai cedera yang tersering terjadi pada pemain tenis dayung.

Hanya sedikit data yang diperoleh untuk olahraga squash, penelitian pada pemain squash profesional menunjukkan bahwa hanya 1% dari seluruh cedera adalah cedera siku. Insiden tennis elbow pada populasi umum diperkirakan sekitar 2% dan diagnosisnya kebanyakan antara usia 40 dan 53 tahun. Pemain tennis tampaknya terkena pada usia yang lebih muda, pada usia 16-36 tahun. (1)

Tennis elbow merupakan penyebab tersering dari seluruh keluhan pada siku pada pasien yang datang berobat ke rumah sakit. Meskipun kondisi ini disebut sebagai tennis elbow, pemain tenis hanya 10% dari seluruh populasi. Sebagian dari seluruh pemain tenis yang mengalami nyeri sekitar siku, dimana 75% menunjukkan kondisi tennis elbow.

Penulis:

dr. Ariyanto Arief, M.Kes, Sp.O.T.Subsp.C.O(K)
Dokter Spesialis Orthopaedi & Traumatologi
Subspesialis Cedera Olahraga



Lebih sering mengenai individu dengan usia lebih dari 40 tahun. Merokok, obesitas, gerakan berulang untuk setidaknya 2 jam dalam sehari, dan aktivitas berat (mengangkat barang lebih dari 20 kg) merupakan faktor resiko terjadinya TE pada populasi umum. Perjalanan penyakit TE ini baik dengan pemulihan spontan dapat terjadi dalam 1 atau 2 tahun pada 80%-90% pasien. (2)

Patogenesis TE tidak diketahui, namun TE dipertimbangkan sebagai cedera akibat penggunaan yang berlebihan yang bersifat degeneratif. Biopsi dari pasien pada stadium lanjut, yaitu setelah 3 bulan mengalami gejala nyeri, yang diambil pada pangkal tendon extensor carpi radialis brevis, menunjukkan adanya perubahan degeneratif dengan kolagen yang tidak beraturan, invasi fibroblast dan hiperplasia pembuluh darah tanpa adanya tanda inflamasi.

Mekanisme nyerinya belum diketahui secara pasti, tapi biopsy menunjukkan adanya neurotransmitter yang menyiratkan suatu inflamasi neurogenic, yang harus dibedakan dari prostaglandin tradisional yang memediasi peradangan.

Ketika atlet mengalami nyeri pada aspek lateral siku, yang diperberat selama olahraga menggunakan raket, TE harus dipertimbangkan. Onsetnya kadang-kadang tidak jelas, namun dapat menjadi lebih akut setelah kelebihan beban sementara. Nyeri dirasakan saat menggenggam raket dan kemungkinan terjadi hilangnya kekuatan menggenggam. Seringkali ada keluhan kaku pada siku, khususnya pada pagi hari, atau setelah siku difiksasi pada posisi yang sama, dan nyeri sering dihubungkan dengan beratnya aktivitas. Tendinopathy berlokasi pada pangkal ekstensor komunis, yang berada pada distal dari bagian atas epicondylus lateralis, dimana merupakan titik paling nyeri pada saat palpasi.

Nyeri dipicu di area yang sama dengan melakukan menahan ekstensi dari pergelangan tangan dan kadang-kadang dengan menahan ekstensi pada jari ketiga. Tes menggenggam sangat nyeri dan kekuatan kemungkinan menurun.(1)

Diagnosis bisa ditegakkan berdasarkan pemeriksaan fisis dan pemeriksaan lebih lanjut tidak diperlukan dengan riwayat penyakit dan gejala klinis yang khas. Jika diagnosis tidak jelas, maka pilihan metode pemeriksaan dengan ultrasound dan Doppler. Pada kasus TE, temuan khas berupa area hypoechogenic pada pangkal ekstensor komonis dengan kecepatan aliran darah yang tinggi dapat dilihat menggunakan Doppler.(1)

Pemeriksaan dengan ultrasound atau magnetic resonance imaging (MRI) tidak dapat digunakan untuk mengevaluasi efek terapi, karena temuan patologis dapat tetap ditemukan walaupun terdapat perbaikan klinis. Yang penting adalah, jika telah dilakukan tindakan pada TE, tidak ada kemungkinan untuk membedakan perubahan patologi setelah tindakan injeksi, operasi, dan lain-lain.(1)

Terapi lini pertama untuk menangani TE meliputi istirahat dari aktivitas yang mengganggu yang dapat diketahui berdasarkan tingkat nyeri. Pemberian es setelah aktivitas dan oral/topikal NSAIDs dapat digunakan untuk mengontrol nyeri. Forearm counterforce straps digunakan untuk mengurangi tegangan pada epikondilus lateralis. Strap ini harus dipakai selama aktivitas. Penggunaan counterforce straps ini masih kontroversi karena beberapa pasien melaporkan nyeri pada area dengan nyeri tekan maksimal akibat kompresi mekanis langsung pada area itu sendiri. Penggunaan brace berupa cock-up wrist splint dapat digunakan untuk menghilangkan beban pada ekstensor pergelangan tangan. (2)

Terapi okupasi dan fisik yang berfokus pada peregangan dan penguatan lengan bawah dan berlanjut pada penguatan otot eksentrik dari tendon ekstensor komonis juga terbukti bermanfaat. Beberapa program latihan untuk TE (3):

1. Wrist extension stretch (tahan posisi selama 15 detik, 5 kali repetisi, 4 x sehari)



Dilakukan sepanjang hari, khususnya sebelum aktivitas. Setelah sembuh, latihan ini harus masuk dalam bagian pemanasan pada aktivitas yang melibatkan posisi menggenggam, seperti berkebun, tennis dan golf.



2. Wrist flexion stretch (tahan posisi selama 15 detik, 5x repetisi, 4 x sehari)

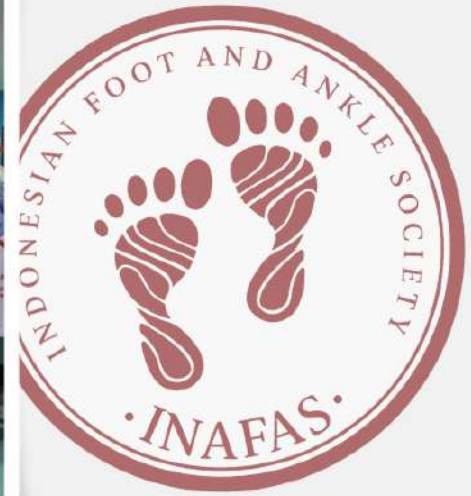
3. Wrist extension (strengthening) (30x repetisi, 1 x sehari)



Latihan ini harus dilakukan bertahap. Mulai setiap tahap dengan tidak menggunakan beban. Jika anda dapat menyelesaikan 30 x repetisi dalam 2 hari berturut-turut tanpa adanya peningkatan nyeri, maka program dimulai dengan menggunakan beban (mulai dengan beban sekitar 500 gram, meningkat ke 1 kg, terakhir 1,5 kg)

Anatomical diagram of the knee joint in flexion, showing the posterior view. Labels include: Tibia, Capsule, 30° extension, Extensor carpi radialis brevis, Extensor carpi radialis longus, Medial collateral ligament, Anterior cruciate ligament, and Articular space.

Edisi Ke-9, Agustus 2024 | **ORTHO UPDATE** **37**



MEMPERCEPAT LANGKAH, MENGEJAR KETERTINGGALAN DITENGAH KETERBATASAN

Indonesian foot and ankle surgery (INAFAS) merupakan salah satu cabang keseminatan ilmu orthopaedi dan traumatologi yang menangani permasalahan pada kaki dan pergelangan kaki. Dengan usia keseminatan yang belum genap 10 tahun, INAFAS menjadi salah satu keseminatan dengan usia yang cukup muda dibanding yang lain. Jumlah anggotanya pun tidak gemuk, dengan jumlah anggota saat ini adalah 31 orang. Ada beberapa faktor yang mempengaruhi hal ini, seperti kurangnya paparan terhadap kasus foot and ankle selama pendidikan, implant yang cukup mahal, serta pendidikan lanjut di bidang ini pun masih merupakan hal yang baru.

Penulis:

dr. Andi Praja Wira Yudha Luthfi, Sp.OT

Dokter Spesialis Orthopaedi & Traumatologi





Pendidikan subspesialis atau Sp2 baru dibuka dalam 1 tahun terakhir dan pendidikan fellowshipnya pun baru menerima peserta didik sejak Januari 2024. Sebelumnya, untuk yang berminat mendalami bidang ini, harus mengambil pendidikan di luar negeri dengan masa studi dan tujuan negara yang berbeda-beda. Hal ini tentunya berdampak pada jumlah dokter orthopaedi yang mengambil bidang foot and ankle surgery.



Bila dibandingkan secara global, kondisi yang terjadi di Indonesia juga hampir mirip dengan negara-negara lain, khususnya di ASEAN. Foot and ankle surgery menjadi bidang keseminatan yang perkembangannya lebih lambat bila dibandingkan dengan keseminatan lain, seperti tulang belakang (spine), lutut dan panggul (hip & knee), atau cedera olahraga (sports medicine) yang jauh lebih berkembang.



Dapat dikatakan perkembangan foot and ankle surgery yang cukup pesat adalah di Amerika dan Eropa. Ada beberapa negara di Asia seperti Korea Selatan, Jepang, Singapura, dan Thailand yang perkembangan ilmu foot and ankle surgery nya juga berkembang dengan baik. Negara-negara ini banyak menjadi rujukan para dokter orthopaedi Indonesia apabila ingin mendalami keilmuan foot and ankle surgery.



IFFAS 2024
MEET THE KNOWLEDGE AND BEAUTIFULNESS

IFFAS 2024
MEET THE KNOWLEDGE AND BEAUTIFULNESS

May 1, 2024
Cebu, Republic of the Philippines



Dalam 2-3 tahun terakhir, INAFAS berkembang dengan cukup pesat. Pertambahan jumlah anggota cukup signifikan, dengan jumlah anggota hanya 15 orang hingga tahun 2020, saat ini bertambah menjadi 31 orang, hanya dalam waktu 4 tahun. Hal ini tentunya tidak terlepas dengan adanya paparan yang lebih dalam mengenai kasus-kasusnya, dan juga pendidikan-pendidikan yang diberikan kepada calon dokter orthopaedi maupun yang sudah menjadi dokter spesialis orthopaedi & traumatologi.



Pada tahun 2023, untuk pertama kalinya INAFAS menyelenggarakan symposium dan cadaveric workshop, berkolaborasi dengan Indonesian Shoulder and Elbow Society (INASES). Selain untuk memberikan edukasi dan informasi mengenai ilmu foot and ankle, acara ini juga terbukti dapar menarik minat banyak dokter orthopaedi untuk mengetahui lebih jauh mengenai ilmu foot and ankle.



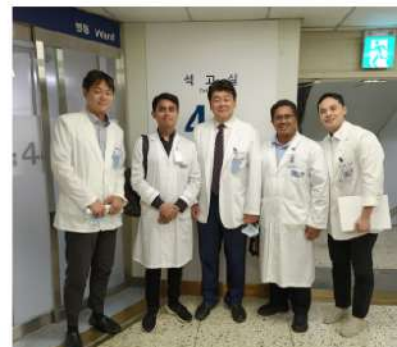
Sejak tahun 2022, setelah covid-19 sudah mulai mereda, anggota INAFAS pun mulai menjalani pendidikan fellowship di berbagai negara. Tercatat di tahun 2022, dr. Ananto Satya Pradana, SpOT mengambil pendidikan fellowship di Nara, Jepang, sedangkan dr. Andi Praja Wira, Sp.OT dan dr. Bagus Jati Nugroho, Sp.OT berangkat ke Gwangju, Korea Selatan. Disusul oleh dr. Benny Murtaza, Sp.OT, dr. Made Bhawana Wijaya, Sp.OT, dan dr. Alfa Januar Krista, Sp.OT yang juga berangkat ke Korea Selatan. Pada tahun 2023, dr. Asyumaredha Asril, Sp.OT berangkat menimba ilmu foot and ankle surgery di Horshima, Jepang, dan menyelesaikannya di bulan April 2024.





Pada tahun 2024 ini, dr. Ahmad Nugroho, Sp.OT berangkat ke Seoul National University (SNU) Korea Selatan. Untuk fellowship di Indonesia sendiri, dr. Bagus Iman Brilianto, SpOT dan dr. Charles Apulta Meliala, Sp.OT menjadi peserta didik pertama pada program pendidikan fellowship yang berpusat di RS Hasan Sadikin Bandung.

Saat ini dr. Charles Apulta Meliala, Sp.OT sudah menjalani pendidikan di Belanda sebagai stase luar negerinya. dr. OK Ilham A Irsyam, Sp.OT dan dr. Steesy Benedicta, Sp.OT pun saat ini sedang menjalani fellowshipnya di Konkuk University Hospital, Korea Selatan. Sedangkan dr. Bagus Iman Brilianto, Sp.OT akan berangkat ke Hiroshima University Hospital, Jepang untuk menjalani fellowship luar negerinya.





Diharapkan pada akhir 2024, jumlah dokter orthopaedi yang sudah menyelesaikan pendidikan fellowship dan penyesuaian kompetensi di level Kolegium Orthopaedi & Traumatologi Indonesia (KOTI) akan bertambah menjadi sekitar 25 orang. Perlu dicatat bahwa beberapa dokter dari anggota INAFAS ini merupakan pengajar di center program pendidikan dokter spesialis orthopaedi dan traumatologi, seperti Padang, Medan, Makassar, Solo, dan Malang. Hal ini tentunya akan berdampak perkembangan pada pendidikan dan pelayanan foot and ankle pada jenjang spesialis (SP1) yang akan lebih luas lagi.

Mengingat jumlah penduduk Indonesia yang banyak, dan geografis yang sangat luas, serta meningkatnya kesadaran masyarakat akan olahraga seperti lari, sepeda, sepak bola, basket, dan lain lain, maka dibutuhkan banyak dokter orthopaedi untuk dapat melayani kasus-kasus yang berkaitan dengan kaki dan pergelangan kaki.

Pengetahuan dan persepsi masyarakat Indonesia mengenai permasalahan di sekitar kaki dan pergelangan kaki masih rendah, menyebabkan banyaknya kasus-kasus yang tidak ditangani secara tepat dan datang terlambat. Sebagaimana diketahui juga, center pendidikan spesialis dan subspecialis Orthopaedi & Traumatologi di Indonesia juga semakin berkembang dan bertambah jumlahnya, sehingga dibutuhkan tenaga-tenaga pendidik di bidang kaki dan pergelangan kaki.

Lulusan spesialis orthopaedi & traumatologi di masa mendatang sangat diharapkan sudah semakin terpapar dengan kasus-kasus foot and ankle, mulai dari menegakkan diagnosis, penanganan, hingga rehabilitasinya. Para dokter spesialis orthopaedi & traumatologi inilah yang nantinya diharapkan dapat memberikan edukasi kepada masyarakat Indonesia.





Walaupun dengan berbagai tantangan yang dihadapi saat ini, seperti ketersediaan implan, teknologi, diagnostic & rehabilitation tools, edukasi masyarakat mengenai penyakit kaki & pergelangan kaki, dan hingga program pendidikan fellowship dan Sp2 dalam negeri yang masih sangat muda, tidak menyurutkan semangat para anggota INAFAS untuk terus mengembangkan ilmu, pendidikan, pelayanan, dan penelitian di bidang foot and ankle surgery walaupun harus menimba ilmu di luar negeri.

Semangat ini sangat diperlukan dalam mengejar ketertinggalan Indonesia dalam bidang ini. Dengan keikutsertaan secara aktif dari anggota INAFAS di acara-acara bertaraf internasional, baik sebagai peserta maupun pembicara, dan juga dengan bertambahnya penelitian dan laporan kasus dari Indonesia yang dipublikasikan secara nasional maupun internasional, diharapkan INAFAS dapat mengejar ketertinggalan di tengah keterbatasan yang ada, serta semakin memperlihatkan eksistensinya di level Asia bahkan dunia.



KILAS BALIK ACARA IOMBS COURSE 2: SECRETOM AND EXOSOME

Setelah sukses menyelenggarakan workshop pertama tanggal 9 Desember 2023 bertema "*Stem Cell in Orthopaedic: From A to Z*", pada tanggal 5-6 Juli 2024 IOMBS (*Indonesian Orthopaedic Mechano Biology Society*) juga sukses menyelenggarakan workshop keduanya dengan tema "*Secretome and Exosome: Processing, Analysis, and Implantation*".

Bertempat di *Stem Cell and Tissue Engineering (SCTE) Research Center IMERI FKUI*, kegiatan ini diikuti oleh 11 dokter spesialis orthopaedi dan traumatology dari berbagai rumah sakit dan center di Indonesia. Workshop yang dirancang untuk memberikan pemahaman mendalam terkait proses isolasi, analisis hingga pengaplikasian klinis *secretome* dan *exosome* dalam penanganan kasus-kasus Orthopaedi ini dilaksanakan melalui sesi kuliah, praktek dan diskusi interaktif antara narasumber, fasilitator dengan peserta sehingga diharapkan dapat menjadi ajang berbagi pengalaman dan pengetahuan dengan sesama peserta

maupun dengan para narasumber dan fasilitator yang merupakan pakar di bidangnya. Hal ini tentu akan semakin memperkaya wawasan dan kemampuan para peserta dalam pengaplikasian *secretome* dan *exosome* dalam praktik klinis sehari-hari.



Pada hari pertama tanggal 5 Juli 2024, workshop dilaksanakan secara daring melalui platform Zoom. Acara dimulai dengan kuliah pengantar dari Prof. dr. Jeanne Adiwinata Pawitan, MS, Ph.D, yang memberikan wawasan dasar tentang apa itu *secretome* dan *exosome*.

Pada sesi berikutnya, dr. Radiana Dhewayani, M.Biomed, PhD, membahas mengenai karakterisasi *secretome* dan *exosome*. Selanjutnya, Prof. Dr. dr. Ismail HD, Sp.OT.Subsp.PL(K) memaparkan bagaimana aplikasi *secretome* dalam mengatasi masalah tulang dan *cartilage*. Sesi terakhir hari pertama diisi pemaparan materi oleh Dr. dr. Rahyussalim, Sp.OT.Subsp.OTB(K) yang membahas aplikasi dan manfaat *secretome* dalam mengatasi masalah tulang belakang.

Hari kedua tanggal 6 Juli 2024, workshop dilanjutkan secara luring di *Stem Cell and Tissue Engineering (SCTE) Research Center* IMERI FKUI. Acara dimulai dengan sambutan dari Ketua IOMBS, Dr. dr. Rahyussalim, Sp.OT.Subsp.OTB(K), dan Sekretariat SCTE-RC IMERI FKUI, Ibu Tri Kurniawati, S.Si, kemudian dilanjutkan dengan pengerjaan soal pre-test.



Sebelum memulai kegiatan *hands-on* di laboratorium, para peserta menerima sesi pemaparan teori yang komprehensif mengenai dua topik penting dalam workshop kali ini. dr. Isabella Kurnia Liem, M.Biomed, PhD, memaparkan materi mengenai "*Culture Mesenchymal Stem Cells (MSC)*". Selanjutnya, Ibu Retno Wahyu, STP, M.Eng, PhD.Eng, menjelaskan materi mengenai "*Isolation of Exosome from MSC*."



Setelah sesi pemaparan materi, kegiatan workshop dilanjutkan dengan sesi *hands-on* yang dilaksanakan di Laboratorium *Stem Cell and Tissue Engineering (SCTE)*. Laboratorium ini dikenal memiliki fasilitas lengkap dan canggih yang mendukung penelitian serta pengembangan teknologi *stem cell and Tissue Engineering* di Indonesia.

Workshop ini diakhiri dengan pengerjaan *post-test* dan pembagian *doorprize*. Dengan suksesnya penyelenggaraan workshop ini, IOMBS kembali menunjukkan komitmennya dalam meningkatkan kompetensi dan pengetahuan para dokter spesialis orthopaedi di Indonesia. Kedepannya, IOMBS berencana untuk terus menyelenggarakan berbagai acara edukatif dan pelatihan yang relevan guna mendukung perkembangan ilmu orthopaedi.

Pada sesi siang, dilaksanakan *dry workshop* mengenai karakterisasi *secretome* dan *exosome* menggunakan *flowcytometry* yang dipandu oleh dr. Radiana Dhewayani, M.Biomed, PhD.





IOMBS CONGRESS

Indonesian Orthopaedic Mechano Biology Society

**Bridging Biology and Orthopedics:
The Stem Cell Frontier**

October 18th – 19th , 2024



Venue



Artotel Suites Bianti, Yogyakarta

BRI Unit Sentul Yogyakarta

Nomer Rekening : 300901025836536

Nama Rekening : Kongres IOMBS

Swift Code : BRINIDJA

Contact Us

Annisa (0811) 66 2664 | @iombs.id

ORTHOPAEDIC AND TRAUMATOLOGI EMERGENCY COURSE

Kehadiran program OTEC (Orthopaedic & Traumatologi Emergency Course) ini tidak luput dari upaya Perhimpunan Dokter Spesialis Bedah Orthopedi dan Traumatologi Indonesia (PABOI) dalam meningkatkan kualitas layanan kesehatan di Indonesia, terutama pengetahuan Dokter Umum dibidang kegawatdaruratan Orthopaedi. Program ini telah disusun sedemikian rupa agar bisa menciptakan metode pembelajaran yang efektif dan efisien bagi para peserta. Di setiap rangkaian acara, para peserta akan dibimbing oleh para ekspert untuk bisa mendeteksi dan menangani kegawatdaruratan Orthopaedi secara tepat.

Pelayanan prima pada pelayanan kesehatan dilakukan oleh seluruh tenaga kesehatan pemberi layanan yang langsung berhubungan dengan pasien atau keluarga pasien, ini sangat penting dalam konteks kesehatan modern, karena dianggap krusial dengan peran sebagai akses langsung ke pasien, untuk kontinuitas perawatan, membantu pasien memahami kondisi kesehatan mereka dan cara terbaik untuk perawatannya.



Sehingga Melalui program pelatihan Orthopaedic & Traumatologi Emergency Course ini diharapkan memberikan tambahan pengetahuan dan nilai lebih bagi sejawat dokter umum dalam memberikan pelayanan terhadap pasien.



Kemenkes



Dr. dr. Luthfi Gatam, Sp.OT(K), FICS, Ph.D
Kategori "Excellent Award"

Prof. (H.C-UNAIR) Dr. dr. Nicolaas C. Budhiparama, Sp.OT(K), Ph.D FICS
Kategori "Excellent Award"

dr. Yudha Mathan Sakti, Sp.OT(K)
Kategori Inovasi Tenaga Medis

Prof. Dr. dr. Ismail HD, Sp.OT(K)
Kategori "Excellent Award"

Selamat & Sukses

ATAS PENGANUGERAHAN PENGHARGAAN TENAGA MEDIS
DAN TENAGA KESEHATAN TELADAN SERTA KADER
BERPRESTASI TINGKAT NASIONAL TAHUN 2024

**DIRGAHAYU REPUBLIK
INDONESIA**



**NUSANTARA
BARU
INDONESIA
MAJU**

Available for Ads
0811-1400-501
Indonesian Ortho D'Magz





INDONESIA
ORTHO D'MAGZ

Supported by:



IOA

Indonesian Orthopaedic Association

Perkantoran Menara Era
Gedung Menara Era 8th Floor Unit 8-04,
Jl. Senen Raya No. 135 - 137, Senen,
Kec. Senen, Kota Jakarta Pusat,
Daerah Khusus Ibukota Jakarta 10410
Telepon : (021) 3859651



Scan Here
for the Update!