

CURRICULUM VITAE



Nama : Dr. Raditya Wratsangka, dr., ~~Sp.O.G, Subsp. Obginsos~~

Tempat/Tgl Lahir : Jakarta, 27 Mei 1962

Pekerjaan : Dosen ASN (Kemendikti Saintek) ditugaskan pada
Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti – Jakarta

Pangkat/Golongan : Pembina Tk. I / IV-b

Jabatan Akademik : Lektor Kepala

NIP : 196205271990031002

Pendidikan :

- 1) Dokter Umum - Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia (1987)
- 2) Dokter Spesialis Obstetri & Ginekologi - Fakultas Kedokteran Universitas Padiadjaran (1997)
- 3) Dokter Spesialis Konsultan Obstetri Ginekologi Sosial – Fakultas Kedokteran Universitas Padiadjaran (2009)
- 4) Doktor - Ilmu Kesehatan Masyarakat (Kesehatan Reproduksi) - Universitas Indonesia (2011)
- 5) Kursus “Pemantapan Nilai-Nilai Kebangsaan”, Konsil Kedokteran Indonesia (KKI) - Lembaga Ketahanan Nasional Republik Indonesia (2015)
- 6) Mediator (Konsentrasi Kesehatan) – Pusat Mediasi Indonesia, Sekolah Pasca Sarjana Universitas Gadjah Mada (terakreditasi Mahkamah Agung RI) – (2018)

Riwayat Pekerjaan :

- a) Dosen ASN Kemendikti-Saintek RI ditugaskan pada Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti – Jakarta
- b) Staf Dosen Departemen Obstetri dan Ginekologi FK Universitas Trisakti
- c) Wakil Dekan Bidang Perencanaan dan Pengembangan - Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti, Jakarta (2012 – 2018)
- d) Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti Jakarta (2018 – 2023)
- e) Ketua Program Studi Magister Kesehatan Reproduksi – Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti (2025 - 2027)
- f) Ketua Tim Integritas Akademik Fakultas Kedokteran Universitas Trisakti (2024 – 2027)
- g) Ketua Biro Hukum, Pertimbangan dan Pembelaan Anggota (BHP2A) – IDI Cabang Jakarta Barat (2022 – 2025)
- h) Anggota Majelis Kehormatan Etik Kedokteran (MKEK) – IDI Cab. Jakarta Barat

- i) Wakil Ketua Majelis Pengembangan Pelayanan Keprofesian (MPPK)– IDI Wil. DKI Jakarta (2022 – 2025)
- j) Anggota Dewan Pembina – Perkumpulan Obstetri dan Ginekologi Indonesia (POGI) Jaya (2022 – 2025)
- k) Ketua Bidang Advokasi dan Pengayoman Anggota – POGI Jaya (2022-2025)
- l) Anggota Kelompok Kerja (Pokia) Mediasi dan Bantuan Hukum Pengurus Pusat (PP) POGI (2022-2025)
- m) Sekretaris Dewan Pembina Yayasan Kesehatan Perempuan (YKP)
- n) In-ALARM Trainer - POGI
- o) Dokter Penanggung Jawab - “Prodia Women's Health Centre” Jakarta
- p) Dokter Spesialis Obstetri-Ginekologi di RS EMC Grha Kedoya, Jakarta
- q) Direktur Utama PT. Tri Sakti Prima Medika - Jakarta



USAKTI PRIMA MEDIKA



Menjadi Wanita Sehat Dari Masa ke Masa

Dr. dr. Raditya Wratsangka, Sp.O.G, Subsp. Obginsos



Menjadi wanita sehat sejak usia dini hingga lansia adalah proses → perhatian pada masalah kesehatan :

- fisik,
- mental-emosional,
- sosial dan
- reproduksi sepanjang hidup.

Level of Disease Prevention

Levell and Clark



Masa Bayi dan Anak-anak (0-9 tahun)



Fokus Kesehatan :

- Nutrisi seimbang untuk mendukung tumbuh kembang optimal.
- Imunisasi lengkap untuk mencegah infeksi yang berdampak pada sistem reproduksi di masa depan.
- Pendidikan dasar tentang kebersihan pribadi, terutama kebersihan area genital.

Masa Bayi dan Anak-anak (0-9 tahun)



Kiat Sehat :

- Rutin pantau pertumbuhan dan perkembangan dengan layanan kesehatan anak.
- Ajarkan kebiasaan kebersihan diri, seperti mencuci tangan dan mengganti pakaian dalam.
- Pastikan anak mendapatkan aktivitas fisik untuk perkembangan fisik dan emosional yang baik.

Masa Remaja (10 – 19 tahun)



Fokus Kesehatan :

- Pubertas dan perubahan hormon: menstruasi pertama (menarche) dan pertumbuhan fisik
- Edukasi kesehatan reproduksi dan seksual untuk mencegah kehamilan dini dan IMS (Infeksi Menular Seksual)
- Pencegahan anemia dan pola makan sehat untuk mendukung menstruasi teratur

Masa Remaja (10 – 19 tahun)



Kiat Sehat:

- Dorong diskusi terbuka tentang perubahan fisik dan emosional.
- Ajarkan pentingnya pola makan bergizi, terutama makanan yang kaya zat besi dan kalsium.
- Libatkan dalam olahraga dan aktivitas positif untuk kesehatan mental dan fisik.

Masa Dewasa Muda (20 – 35 tahun)



Fokus Kesehatan :

- Perencanaan keluarga dan pemilihan metode kontrasepsi yang sesuai
- Persiapan kehamilan sehat dan perawatan prenatal untuk mencegah komplikasi
- Deteksi dini melalui pap smear dan skrining IMS

Masa Dewasa Muda (20 – 35 tahun)



Kiat Sehat :

- Konsumsi makanan kaya folat sebelum dan selama kehamilan.
- Jalani pemeriksaan kesehatan rutin, terutama terkait organ reproduksi.
- Kelola stres dengan aktivitas fisik dan teknik relaksasi.

Pemeriksaan Ultrasonografi - Kehamilan



Dies Natalis USAKTI 50 tahun : Menjadi Wanita Sehat dari Masa ke Masa

Masa Dewasa & Pra-Menopause (35 – 50 tahun)



Fokus Kesehatan:

- Pemantauan kesehatan reproduksi dan deteksi dini kanker payudara serta serviks
- Menghadapi perimenopause dengan perubahan siklus menstruasi dan gejala hormonal
- Mencegah osteoporosis dan menjaga kekuatan tulang

Masa Dewasa & PraMenopause (35 – 50 tahun)



Kiat Sehat :

- Rutin lakukan mammografi dan pap smear sesuai rekomendasi
- Konsumsi makanan kaya kalsium dan vitamin D
- Lakukan latihan fisik untuk menjaga kesehatan jantung dan otot



KANKER merupakan
PENYEBAB KEMATIAN
utama nomor **2** di dunia

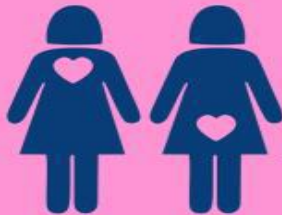


Diperkirakan **7,5 juta** orang di dunia
MENINGGAL akibat kanker



KEMATIAN terjadi
di negara **miskin & berkembang**

(WHO & World Bank, 2005)



KANKER PAYUDARA dan
KANKER LEHER RAHIM
jenis **KANKER TERTINGGI**
pada **PEREMPUAN**

Insidens **KANKER**
PAYUDARA sebesar

0 3 8

per 100.000
perempuan

Insidens **KANKER**
LEHER RAHIM sebesar

0 1 6

per 100.000
perempuan

(Globocan/IARC, 2012)



prevalensi **KANKER** di Indonesia
sebesar **1,4** per 1000 penduduk

(Riskesdas, 2013)



Penyebab **KEMATIAN**
nomor **7** (5,7%)

(Riskesdas, 2013)

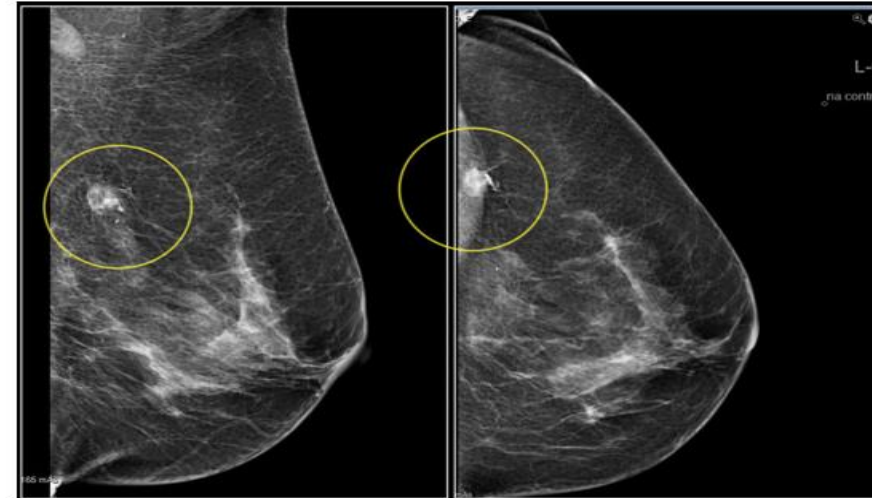


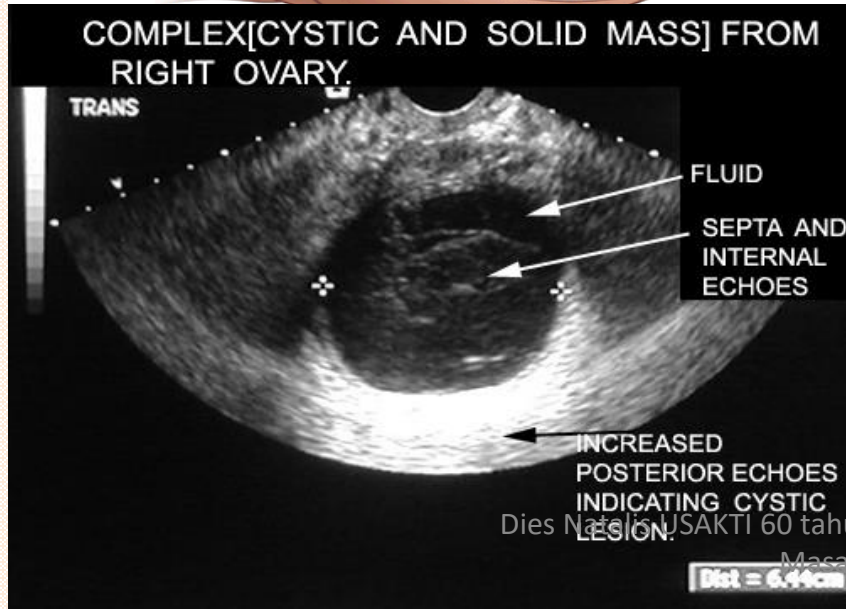
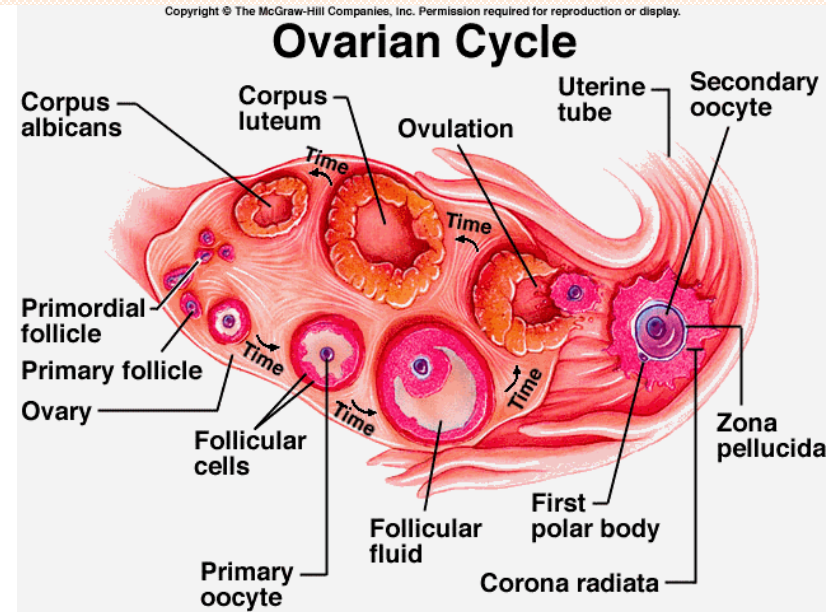
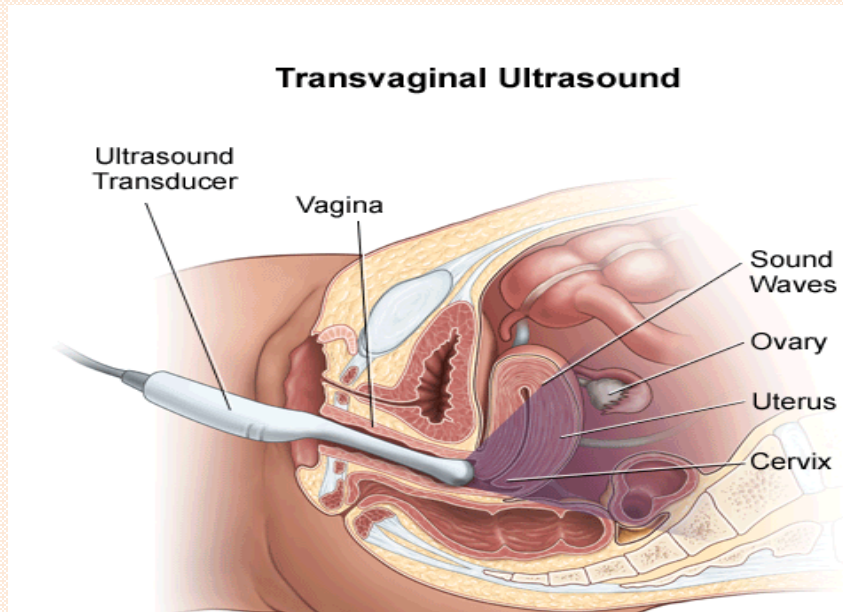
Insidens **KANKER PAYUDARA**
di Indonesia sebesar **40** per 100.000 perempuan

Insidens **KANKER LEHER RAHIM**
di Indonesia sebesar **16** per 100.000 perempuan

(Globocan/IARC, 2012)

Pemeriksaan USG Payudara & Mammografi





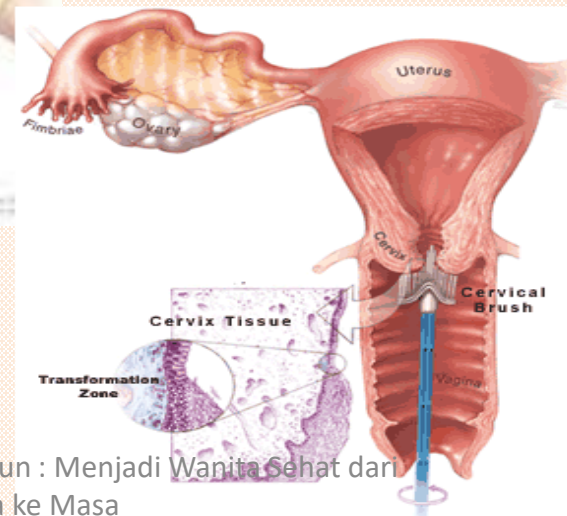
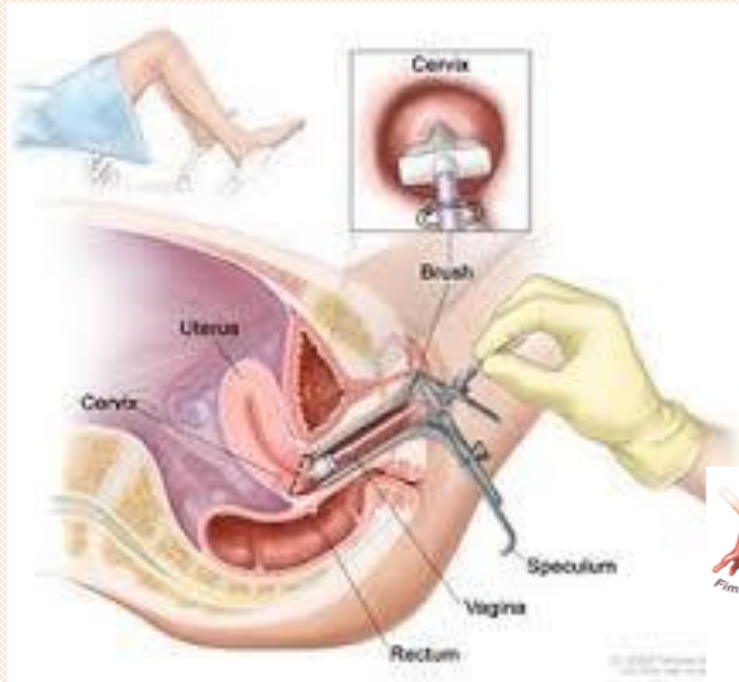
Dies Natalis USAKTI 60 tahun : Memadi Wanita Sehat dari Masa ke Masa

Pemeriksaan Pap Smear



• Pemeriksaan Pap Smear

- Deteksi dini kanker serviks





IVA

(Inspeksi Visual dengan Asam Asetat 3-5%)

Agar Lebih Mudah Diingat:
IVA >>> Ingat Vagina Anda!

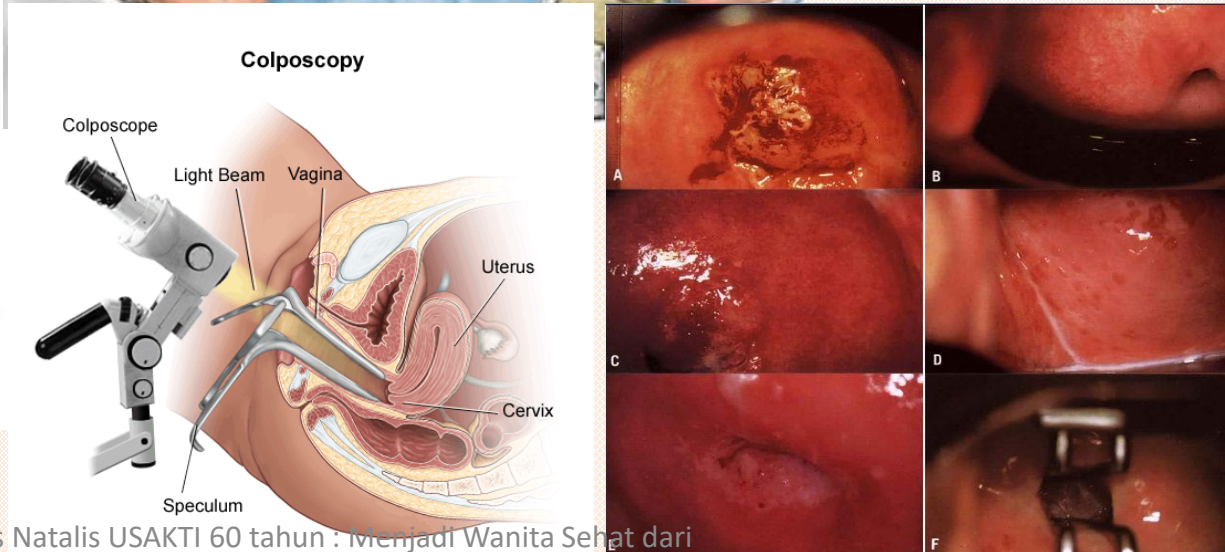
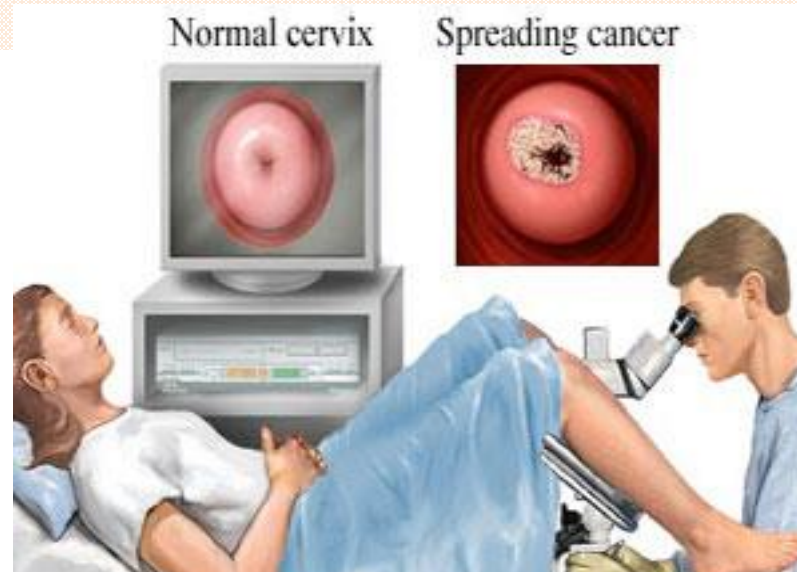
- ✓ Non –invasif
- ✓ Mudah— murah
- ✓ di Puskesmas
- ✓ Hasil LANGSUNG
- ✓ Sensitivitas, spesifisitas

Memadai untuk negara dgn sarana terbatas

Setelah dipulas Asam Asetat 3 – 5%

Dies Natalis USAKTI 60 tahun : Menjadi Wanita Sehat dari
Masa ke Masa

Pemeriksaan Kolposkopi



Dies Natalis USAKTI 60 tahun : Menjadi Wanita Sehat dari Masa ke Masa

Masa PraLansia & Lansia(> 50 tahun)



Fokus Kesehatan :

- Menangani dampak menopause, seperti hot flashes dan perubahan mood.
- Mencegah penyakit kronis seperti diabetes, hipertensi, dan osteoporosis.
- Menjaga kualitas hidup dengan aktivitas sosial dan fisik.

Masa PraLansia dan Lansia (> 50 tahun)



Kiat Sehat:

- Jalani pemeriksaan kesehatan rutin untuk mendeteksi penyakit degenerative (hipertensi, DM, peny. jantung, kanker, Alzheimer, dll)
- Terus aktif secara fisik dan mental untuk menjaga fungsi kognitif dan emosional
- Pertimbangkan terapi hormon jika diperlukan, sesuai arahan dokter

Well-Woman Annual Health Assessment Recommendations (ACOG, 2012)

Sesuai Strata Usia :

- Usia 13-18 Tahun
- Usia 19-39 Tahun
- Usia 40-64 Tahun
- Usia 65 Tahun ke atas

Age 13-18 years

Screening
Laboratory and Other Test
Evaluation & Counselling
Immunizations

Age 19-39 years

Screening
Laboratory and Other Test
Evaluation & Counselling
Immunizations

Age 40-64 years

Screening
Laboratory and Other Test
Evaluation & Counselling
Immunizations

Age 65 years and Older

Screening
Laboratory and Other Test
Evaluation & Counselling
Immunizations



USAKTI PRIMA MEDIKA



13 - 18 tahun

Jenis Pemeriksaan :

- Fisik Dokter
- USG Ginekologi
- Hematologi lengkap
- Gambaran darah tepi
- Anti-HIV
- HBsAg
- Anti-HBs

Optional :

- Ferritin
- Analisa Hb HPLC
- Badan inklusi HbH
- Anti-Chlamydia trachomatis IgG
- Anti-Chlamydia trachomatis IgG
- GO
- Anti-HCV
- Cholesterol Total
- Cholesterol LDL
- Cholesterol HDL
- Trigliserida
- hs-CRP
- Glukosa Puasa
- HbA1c
- Darah samar
- BTA
- Rontgen
- IGRA

19 - 39 tahun

Jenis Pemeriksaan :

- Fisik Dokter
- USG Ginekologi
- Hematologi lengkap
- Gambaran darah tepi
- Anti-HIV
- SSBC
- HBsAg
- Anti-HBs
- Urine Rutin
- Faeces Rutin

Optional :

- Ferritin
- Analisa Hb HPLC
- Badan inklusi HbH
- Anti-Chlamydia trachomatis IgG
- Anti-Chlamydia trachomatis IgG
- GO
- Anti-HCV
- HPV DNA
- Cholesterol Total
- Cholesterol LDL
- Cholesterol HDL
- Trigliserida
- hs-CRP
- Glukosa Puasa
- HbA1c
- Darah samar
- BTA
- Rontgen
- IGRA

40 - 60 tahun

Jenis Pemeriksaan

- Fisik Dokter
- USG Ginekologi
- Hematologi lengkap
- HPV DNA
- SSBC
- Cholesterol Total
- Cholesterol LDL
- Cholesterol HDL
- Trigliserida
- hs-CRP
- Glukosa Puasa
- HbA1c
- *USG Mammae*
- Darah samar
- Urine rutin
- Faeces rutin

Optional :

- *BMD*
- TSHs
- FT4
- BTA
- Rontgen
- IGRA

> 60 tahun

Jenis Pemeriksaan

- Fisik Dokter
- USG Ginekologi
- Hematologi lengkap
- HPV DNA
- SSBC
- Cholesterol Total
- Cholesterol LDL
- Cholesterol HDL
- Trigliserida
- hs-CRP
- Glukosa Puasa
- HbA1c
- *USG Mammae*
- *BMD*
- TSHs
- FT4
- Darah samar
- Urine rutin
- Faeces rutin

Optional :

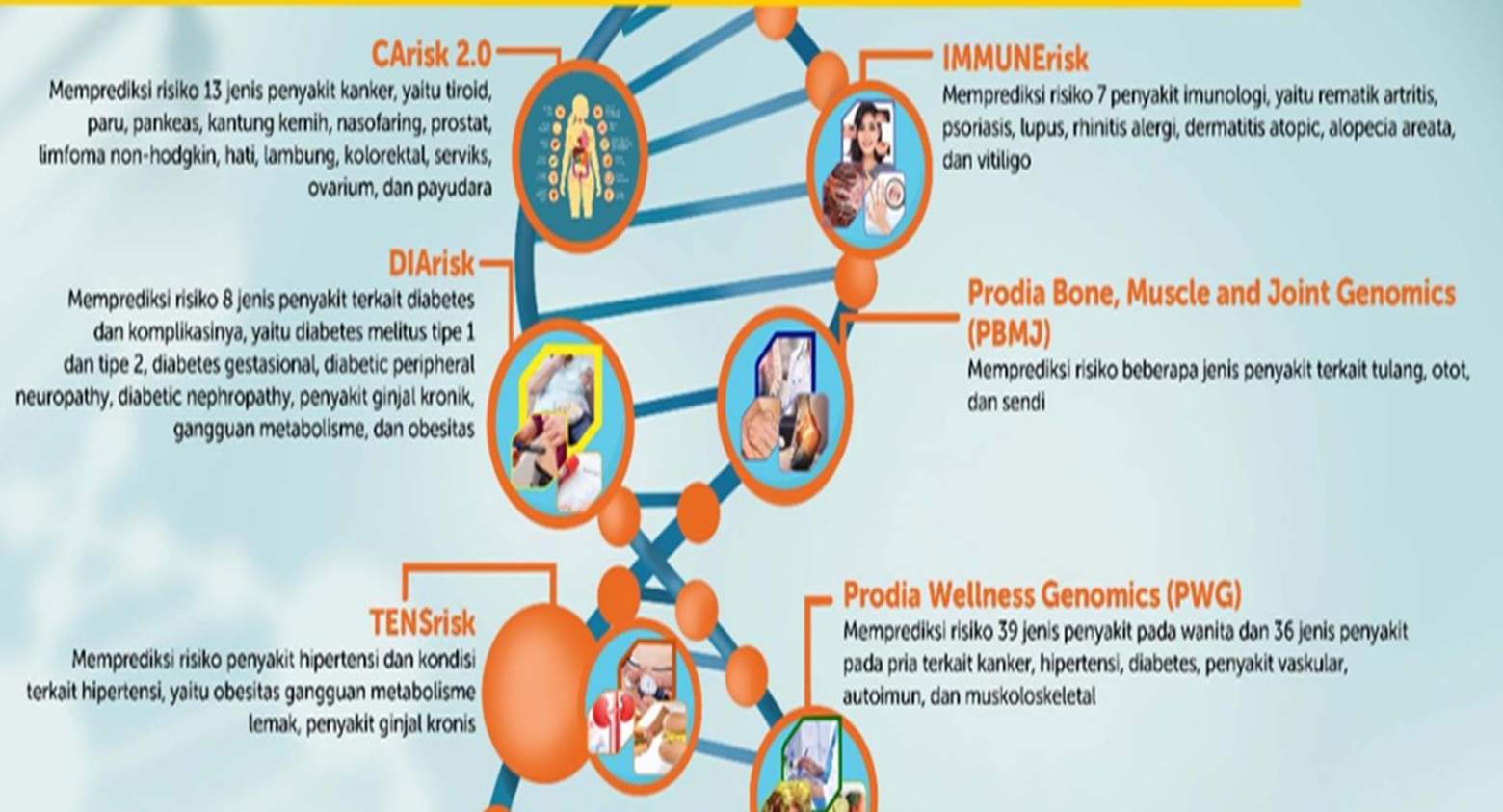
- BTA
- Rontgen
- IGRA

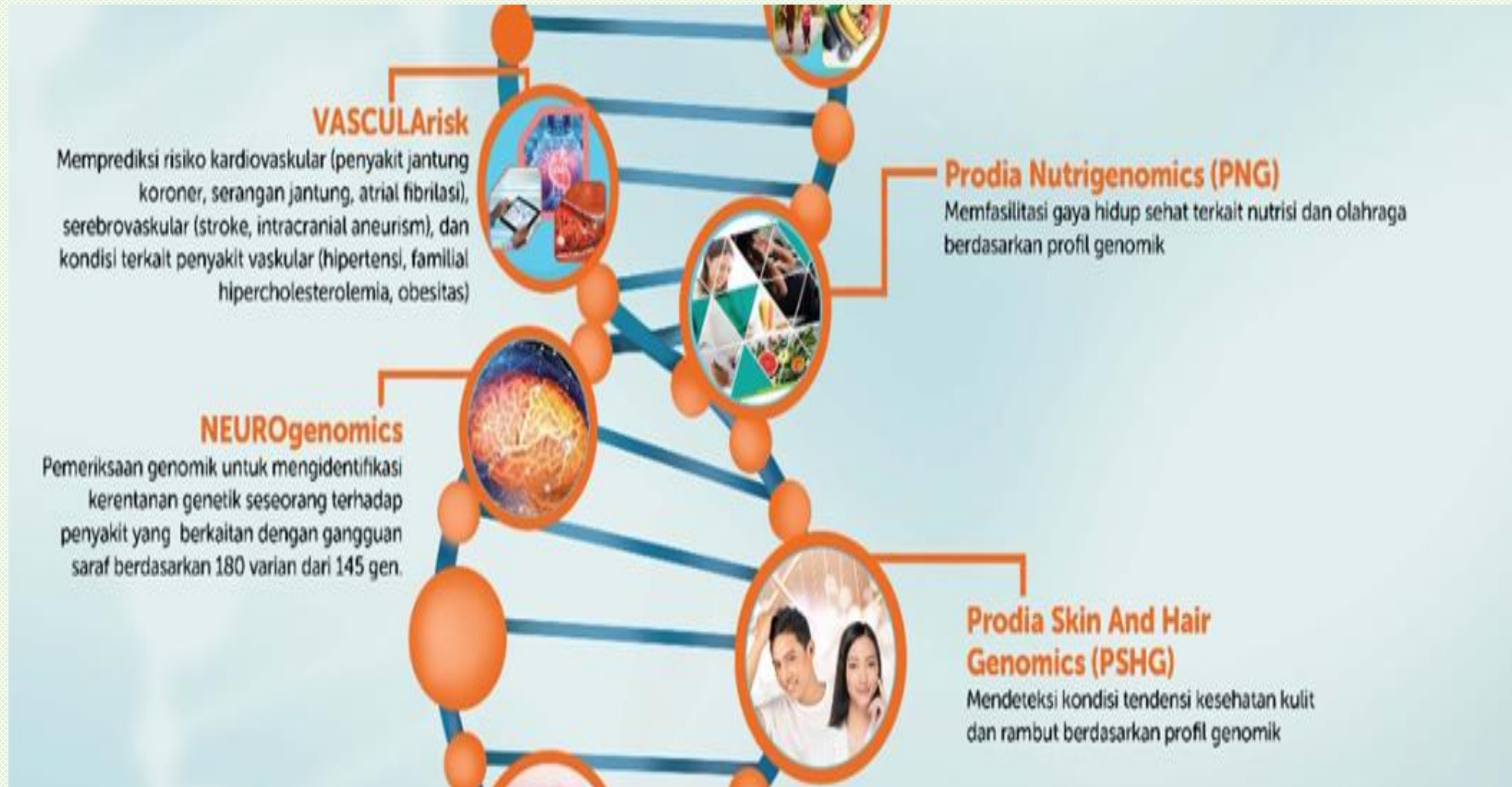
Pemeriksaan Genomics

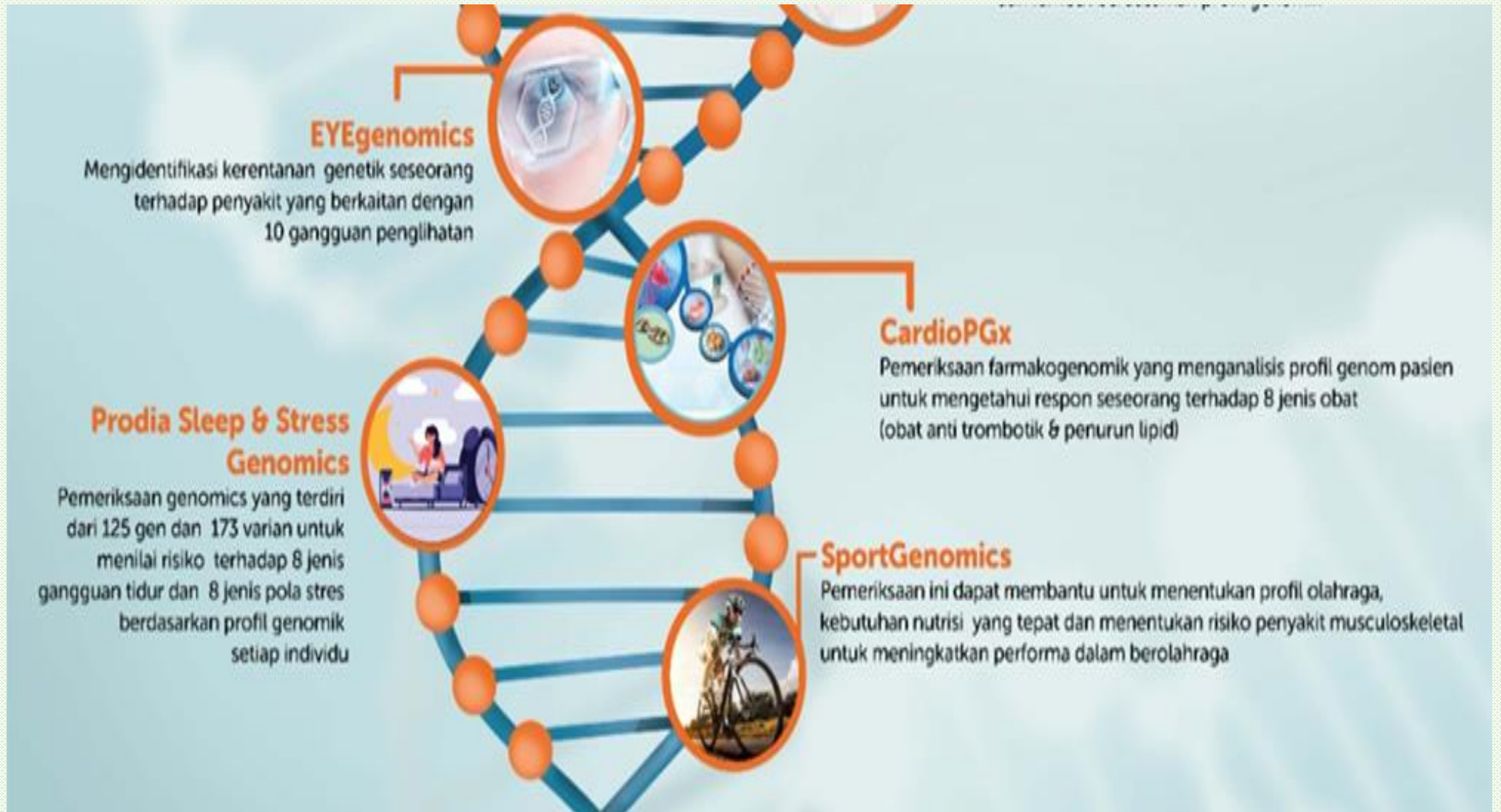
- Genom = gabungan informasi genetik dalam tubuh
- Gen merupakan parameter penting bersama dengan
 - Gaya hidup
 - Olahraga
 - Makanan
 - Lingkungan
 - Usia
 untuk prediksi penyakit

Panduan Investasi Kesehatan Anda

Pemeriksaan Genomics membantu Anda menentukan gaya hidup untuk kesehatan Anda







Prinsip penting menjadi wanita sehat

1. **Nutrisi Seimbang:**

- Pastikan konsumsi nutrisi yang mencakup semua kelompok makanan penting.

2. **Pemeriksaan Rutin:**

- Skrining kesehatan secara berkala membantu deteksi dini dan pencegahan penyakit.

3. **Aktivitas Fisik:**

- Olahraga teratur membantu menjaga kesehatan jantung, tulang, dan mental.

4. **Kesehatan Mental:**

- Cari dukungan bila mengalami masalah emosional dan kelola stres dengan baik.

5. **Pendidikan dan Informasi:**

- Terus belajar tentang kesehatan, kesehatan reproduksi dan isu wanita agar siap menghadapi perubahan.



