



Buku Saku HOAKS **VS** FAKTA



**Produk Obat,
Obat Bahan Alam,
Suplemen Kesehatan,
Kosmetika, dan Pangan Olahan**

**Badan Pengawas Obat dan Makanan RI
bersama Mafindo
2024**

Buku Saku Hoaks vs Fakta

Copyright © BPOM dan Mafindo, 2024

Pengarah

L. Rizka Andalusia

Penanggung Jawab

Rita Mahyona

Koordinator Pelaksana Teknis

Noorman Effendi

Penyusun

1. Eka Rosmalasari (BPOM)
2. Gita Indah Nundy Sari (BPOM)
3. Maulvi Muhammad Adib (BPOM)
4. Zein Fadhlurrahman (BPOM)
5. Fathan Nur Hamidi (BPOM)
6. Hendriq Fauzan Kusfanto (BPOM)
7. Nelly Lutfhiani Rachman (BPOM)
8. Devi Oktaviani (BPOM)
9. Dian Hermawati (BPOM)
10. Yanti Kamayanti Latifa (BPOM)
11. Myra Vania Wisnuputri (BPOM)
12. Irene Maria (BPOM)
13. Lia Astriana (BPOM)
14. Wiwi Hartuti (BPOM)
15. Melyana Carolina (BPOM)
16. Frida Kusumastuti (Mafindo)
17. Erwina Tri Sulistyaningrum (Mafindo)
18. Riolina Ida Lamtiur Panggabean (Mafindo)
19. Isdiana (Mafindo)
20. Violita Siska Mutiara (Mafindo)

Desainer & Ilustrator

Jawaheru Sultoni (Mafindo)

All right reserved

**Buku Saku Hoaks vs Fakta
BPOM dan Mafindo, 2024**

Kata Pengantar

Di era informasi saat ini, hoaks menjadi ancaman serius yang mengintai kita setiap hari. Dalam kurun waktu delapan tahun terakhir, dari 2015 hingga 2023, Mafindo telah berhasil mengidentifikasi sebanyak 450 hoaks yang berkaitan dengan obat dan makanan. Sebagai respons, BPOM telah berupaya keras untuk memerangi hoaks ini melalui berbagai klarifikasi dan penjelasan kepada publik. Melalui situs resminya, BPOM telah menyampaikan tidak kurang dari 148 penjelasan publik. Kerja sama antara BPOM dan Mafindo dalam menangkis hoaks pun telah terjalin kuat sejak tahun 2019.

Buku saku ini dirancang sebagai perisai yang disiapkan oleh BPOM untuk membantu Anda menangkis hoaks secara mandiri bersama BPOM dan Mafindo. Buku ini dilengkapi dengan informasi detail mengenai obat, obat tradisional, makanan, dan minuman yang sering menjadi target hoaks. Anda akan menemukan contoh-contoh hoaks, mulai dari yang berkaitan dengan perubahan kemasan produk hingga manipulasi gambar dan video, serta kalimat-kalimat yang menimbulkan kegelisahan.

Lebih dari sekedar perisai, buku ini juga menyediakan strategi untuk menghindari hoaks. Kami menyertakan tips-tips praktis seperti mempertanyakan kredibilitas konten yang Anda baca, berpikir kritis tentang informasi yang diterima, melakukan verifikasi silang dengan sumber lain, dan membandingkannya. Yang terpenting, renungkanlah: apa manfaat yang bisa diperoleh dari menyebarkan hoaks? Tentu saja, tidak ada manfaatnya. Oleh karena itu, kami menghimbau untuk tidak menyebarkannya.

Kami berharap, dengan buku saku ini, Anda tidak akan ragu untuk secara aktif melaporkan hoaks yang Anda temui, baik itu di grup WhatsApp Anda atau di media sosial lainnya. Terima kasih atas dukungan Anda terhadap BPOM dalam mengawasi obat dan makanan serta berpartisipasi dalam literasi anti-hoaks.

Selamat memanfaatkan buku ini dalam usaha kita bersama menangkis hoaks. Yuk tangkis hoaks!

Jakarta, 13 Mei 2024

Daftar Isi

Kata Pengantar	i
Daftar Isi	ii
Glosarium	iii
Pendahuluan	1
Mengenal Hoaks.....	1
Mengenal Hoaks Obat dan Makanan.....	2
Pola Penyebaran Hoaks Obat dan Makanan.....	4
Obat	5
Apa yang Dimaksud dengan Obat?.....	5
Hoaks dan Fakta yang Sering Muncul.....	6
Obat Bahan Alam	11
Apa yang Dimaksud dengan Obat?.....	11
Hoaks dan Fakta yang Sering Muncul.....	13
Suplemen Kesehatan	19
Apa yang Dimaksud dengan Suplemen Kesehatan?.....	19
Hoaks dan Fakta yang Sering Muncul.....	20
Kosmetika	23
Apa yang Dimaksud dengan Kosmetika?.....	23
Hoaks dan Fakta yang Sering Muncul.....	25
Pangan Olahan	29
Apa yang Dimaksud dengan Pangan Olahan?.....	29
Hoaks dan Fakta yang Sering Muncul.....	31
Melawan Hoaks	36
Tips Terhindar dari Hoaks.....	36
Laporkan Hoaks!.....	38
Kampanye Anti Hoaks.....	40
Daftar Referensi	41

Glosarium

A

Afiliasi

Pertalian sebagai anggota atau cabang (lembaga/institusi)

Anonim

Tanpa nama, tidak beridentitas, tidak ada penandatanganannya

D

Deepfake

Video seseorang yang penampilannya telah diubah secara digital sehingga terlihat seperti orang lain

K

Komoditas

Barang atau produk yang dihasilkan untuk dijual atau diperdagangkan, sering kali dengan karakteristik yang dapat dipertukarkan atau standar yang diakui secara umum

M

Mafindo

Masyarakat Antifitnah Indonesia adalah organisasi kemasyarakatan yang bertujuan menyosialisasikan bahaya informasi bohong (hoaks) dan menciptakan imunitas terhadap hoaks di masyarakat Indonesia

P

Platform

Serangkaian teknologi yang digunakan sebagai fondasi dalam mengembangkan perangkat keras dan perangkat lunak

S

Situs cek fakta

adalah platform atau situs web yang menyediakan pengecekan fakta independen terhadap klaim atau informasi yang tersebar luas, dengan tujuan untuk memeriksa kebenaran informasi tersebut

T

Too bad to be true

Mustahil untuk menjadi kenyataan

Pendahuluan

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia atau KBBI (2016) hoaks adalah informasi bohong. Informasi bohong berarti tidak benar, tidak sesuai dengan hal sebenarnya atau bukan yang sebenarnya, fakta atau kebenarannya sudah diubah.

Informasi bohong ada sejak dahulu kala. Namun di era digital, jumlah hoaks semakin banyak dengan berbagai format. Sementara itu penyebarannya begitu cepat dan masif. Hasil pemetaan hoaks oleh Mafindo dan BPOM (2024) sepanjang tahun 2015-2023 saja terjaring 1.949 hoaks yang terkait dengan obat dan makanan, serta kesehatan. Dari 1.949 itu ditemukan 450 hoaks tentang obat dan makanan yang berada di bawah ruang lingkup pengawasan BPOM.

Hoaks sendiri menurut ASEAN Minister Responsible for Information (AMRI) atau Menteri Informasi ASEAN ada tiga kategori:



Jenis Hoaks

MISINFORMASI

Informasi yang tidak benar atau menyesatkan tetapi dianggap benar. Biasanya yang menyebarkan tidak tahu bahwa informasi itu tidak benar.

DISINFORMASI

Informasi yang tidak benar dan dengan sengaja dibuat untuk menyesatkan

MALINFORMASI

Informasi yang benar, tetapi dengan sengaja disampaikan sedemikian rupa untuk menimbulkan kekacauan dan ancaman.

Hoaks menyebabkan kepanikan, menurunkan kepercayaan kepada pemerintah, kesalahpahaman, kecurigaan yang berlebihan, kerugian ekonomi, dan menyesatkan serta dapat membahayakan kesehatan dan keselamatan jiwa seseorang atau sekelompok orang. Tidak ada cara lain untuk menghentikan dan melawan hoaks, selain dua hal yaitu meningkatkan literasi tentang hoaks dan melawan hoaks.

Bagaimana kita mengenali hoaks?

Informasi atau konten yang masuk kategori hoaks bisa dikenali dengan ciri-ciri sebagai berikut:

Sumbernya meragukan

- Anonim
- Tidak kredibel atau tidak sesuai kepakaran
- Palsu atau manipulatif

Keterangan 5 W 1 H tidak lengkap

- Pesan (*what*) ada, sumber (*who*) tidak ada.
- Pesan (*what*) dan sumber (*who*) ada, keterangan waktu (*when*) dan tempat kejadiannya (*where*) tidak ada.
- Bagaimana terjadi (*how*) ada, mengapa hal itu terjadi (*why*) tidak ada.

Penekanan yang berlebihan

- Huruf besar semua
- Tanda baca berlebihan
- Warna yang sangat mencolok

Memancing emosi

- Sedih
- Khawatir
- Panik
- Terlalu antusias

Klaim yang *too good to be true*, atau *too bad to be true*

- Penggunaan kata pasti
- Tidak ada cacat sama sekali
- Tidak ada yang baik sama sekali

Kualitas foto/audio visual buruk atau terlalu sempurna melebihi kewajaran

- Kabur/blur
- Editan kasar
- Penggunaan *deepfake* AI

Ada ajakan untuk menyebarluaskan, baik dengan nada positif maupun negatif

Contoh: Sayangi keluarga Anda, lebih baik mencegah daripada menyesal

Bagaimana dengan hoaks obat dan makanan, apa ciri utamanya?

Berdasarkan data Mafindo dan BPOM (2024), hoaks obat dan makanan seringkali mengangkat isu-isu sebagai berikut:

1. Penyebab penyakit
2. Penanganan penyakit
3. Kandungan bahan terlarang/berbahaya/berisiko
4. Pencegahan penyakit/gangguan kesehatan
5. Kebijakan kesehatan

Muatan hoaks dalam isu-isu tersebut meliputi:

1. Penggunaan klaim menyesatkan. Misal, mengubah cerita, menggunakan kutipan sepotong (tidak utuh), mengutip statistik yang mendukung saja, mengurangi informasi penting lainnya.
2. Penggunaan klaim palsu yang sebenarnya tidak ada.
3. Penggunaan klaim manipulatif. Misal, hasil editan dengan *deepfake* AI.
4. Penggunaan narasi yang memicu sentimen negatif. Misal, produk disebar dengan tujuan menghancurkan generasi
5. Penggunaan narasi yang menjanjikan harapan. Misal, sembuh dalam waktu tiga hari saja.
6. Penggunaan narasi yang memicu rasa takut. Misal, lambung bisa robek jika tidak meminum obat ini.
7. Pengalihan peristiwa internasional seolah menjadi peristiwa domestik (konteks tempat kejadian). Misal, sebuah kebijakan standar kandungan zat di Amerika namun dibuat seolah-olah itu kebijakan di Indonesia.

Seperti apa pola penyebaran hoaks obat dan makanan?



Pola Penyebaran Hoaks

- Mencatut nama suatu badan atau organisasi
- Mengutip pernyataan orang terkenal atau figur publik
- Menggunakan gambar/video
- Pengalaman langsung
- Mencantumkan *URL* (palsu)
- Hoaks Lama Bersemi Kembali (HLBK). Ini hoaks yang diulang-ulang setiap tahun. Ada yang hanya diulang, namun juga ada yang diulang dengan modifikasi.

Setelah kita memahami arti hoaks, jenis hoaks, mengenali ciri-ciri hoaks, mengenali ciri-ciri hoaks obat dan makanan serta pola hoaks obat dan makanan, mari kita lihat beberapa contoh hoaks obat dan makanan yang sering muncul berdasarkan komoditas yang menjadi cakupan tugas dan wewenang BPOM.

Obat

Apa yang dimaksud dengan obat?

Obat adalah bahan atau paduan bahan, termasuk produk biologi yang digunakan untuk memengaruhi atau menyelidiki sistem fisiologi atau keadaan patologi dalam rangka penetapan diagnosis, pencegahan, penyembuhan, pemulihan, peningkatan kesehatan dan kontrasepsi untuk manusia (UU No. 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan).



Banyaknya ragam dan jenis obat serta kegunaannya, kadang memunculkan kebingungan masyarakat terkait dengan informasi kemanfaatan sesuai faktanya. Apalagi dengan maraknya sebaran informasi di media digital serta klaim-klaim penggunaan obat di luar ketentuan yang berlaku, menjadikan hoaks terkait obat pun bermunculan.



HOAKS VS FAKTA



Beberapa hoaks obat yang beredar tahun
2015-2023 antara lain sebagai berikut:



“Tips Membuat Daging Empuk Menggunakan Pil yang Mengandung Paracetamol”



HOAKS

Tips mengempukkan daging menggunakan obat pil yang mengandung paracetamol. Klaim ini terdapat dalam sebuah video unggahan di media sosial Facebook.

FAKTA

- Makanan tidak boleh dicampur dengan obat-obatan yang mengandung paracetamol.
- Mengonsumsi obat tanpa aturan adalah berbahaya.
- Penting untuk dicatat, parasetamol saat dipanaskan dapat menjadi senyawa beracun yang dikenal sebagai 4-aminofenol yang merusak hati dan ginjal dan mengakibatkan kegagalan organ.

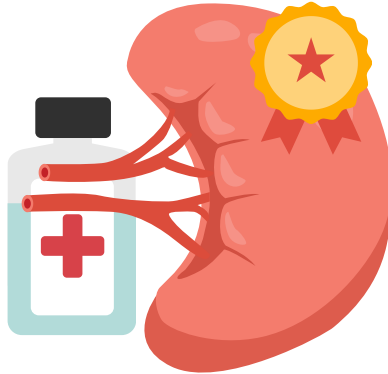
Kategori

Konten yang menyesatkan beredar pada tahun 2023

Selengkapnya di tautan berikut:
<https://bit.ly/HoaksMengempukkanDaging1>
<https://bit.ly/HoaksMengempukkanDaging2>



“Iklan Obat Batu Ginjal Sembuh 7 Hari Tanpa ke Dokter dengan Sertifikasi FDA Approved”



HOAKS

Ucapan selamat tinggal batu ginjal setelah 7 hari. Tidak pergi ke rumah sakit. Tidak ada efek samping. Jangan khawatir akan kembali sakit. Hanya 2 tablet effervescent KIDNEYS Nano per hari, batu ginjal akan langsung hilang berapa pun ukurannya.

FAKTA

- Setelah ditelusuri klaim tersebut menyesatkan.
- Faktanya, dr. Michael Mendoza dari Asosiasi Urologi Filipina melalui AFP mengatakan bahwa mengobati batu ginjal dengan ukuran berapa pun dalam waktu 7 hari sangat tidak mungkin, ia juga menyebut bahwa klaim tersebut berlebihan.
- Obat KIDNEYS Nano tidak terdaftar di CekBPOM.

Kategori

Konten yang menyesatkan beredar pada tahun 2023

Selengkapnya di tautan berikut:
<https://bit.ly/HoaksMengobatiBatuGinjal>



“Daftar Obat Berbahaya mengandung Phenylpropanolamine”



HOAKS

- Jumlah presentase *Phenylpropanolamine* (PPA) lebih dari 15%.
- Menyebabkan kematian di sejumlah daerah.
- Obat-obatan dalam daftar diklaim mengandung racun yang amat berbahaya.
- Obat-obatan dalam daftar tidak bisa dikembalikan ke distributor/pabriknya bila rusak.
- Obat-obatan tersebut diproduksi tidak secara higienis.

FAKTA

- BPOM tidak pernah menerbitkan surat keputusan dan/atau surat perintah penarikan obat sebagaimana tercantum dalam pesan berantai yang beredar.
- Sejak tahun 2006 BPOM telah mengeluarkan surat bantahan atas berita tersebut sesuai dengan Surat Edaran BPOM Nomor KH.00.234.2025 tanggal 5 Juli 2006.
- PPA terkandung dalam obat bebas dan obat bebas terbatas, yang digunakan dengan prinsip tepat beli, tepat pakai dan guna, serta tepat simpan.

Kategori

Hoaks Lama Bersemi Kembali (HLBK) pada tahun 2019

Selengkapnya di tautan berikut:
<https://bit.ly/HoaksDaftarObat>
https://bit.ly/BPOM_DaftarObat



“Seumur Hidup Harus Vaksin COVID-19 Tiap 6 Bulan Sekali”



HOAKS

- Vaksin COVID-19 membuat ketergantungan, karena antibodi menurun setelah 6 bulan.
- Antibodi alamiah telah dirusak oleh vaksin COVID-19 sejak pertama disuntikkan.

FAKTA

- Antibodi yang menurun bukan satu-satunya faktor untuk mendapatkan vaksin booster.
- Menurut Central of Disease Control, faktor lainnya adalah risiko penyakit lain yang diderita (seperti penyakit imun), risiko penyakit yang diderita oleh anggota keluarga, status kasus COVID-19 di lingkungan sekitar, dan varian virus COVID-19 yang terus berkembang.
- Hingga tahun 2024, tidak terdapat kebijakan dari Kemenkes terkait pemberian booster lebih dari tiga kali atau setiap enam bulan sekali.

Kategori

Konten yang menyesatkan beredar pada tahun 2022

Selengkapnya di tautan berikut:
<https://bit.ly/HoaksVaksinCovid>

Obat Bahan Alam

Apa yang dimaksud dengan obat bahan alam?

Obat Bahan Alam adalah bahan atau ramuan bahan yang berasal dari tumbuhan, hewan, mineral, sediaan sarian (galenik) atau campuran dari bahan tersebut yang secara turun temurun telah digunakan untuk pengobatan dan dapat diterapkan sesuai dengan norma yang berlaku di masyarakat.

Saat ini obat bahan alam dibuat dan dikemas oleh industri dengan menggunakan mesin-mesin modern. Industri yang memproduksi harus menerapkan Cara Pembuatan Obat Tradisional yang Baik (CPOTB). Obat bahan alam digolongkan menjadi beberapa macam, yaitu:





JAMU

Jamu

Adalah sediaan obat bahan alam yang telah dibuktikan keamanan dan khasiatnya secara empiris atau turun temurun.



**OBAT HERBAL
TERSTANDAR**

Obat Herbal Terstandar

Adalah sediaan obat bahan alam yang telah dibuktikan keamanan dan khasiatnya secara ilmiah dengan uji praklinik dan bahan baku telah distandarisasi.



FITOFARMAKA

Fitofarmaka

Adalah sediaan obat bahan alam yang telah dibuktikan keamanan dan khasiatnya secara ilmiah dengan uji praklinik (pada hewan) dan uji klinik (pada manusia), bahan baku dan produk jadinya telah distandarisasi.

Sumber : BPOM, 2023

Hoaks seputar obat dan makanan juga menyoar ke obat bahan alam. Konten menyesatkan seputar obat bahan alam umumnya terkait dengan manfaat, kegunaan atau tujuan pengobatan tertentu, Biasanya klaim kemampuan pengobatannya cukup banyak, mampu mengobati berbagai penyakit akut dan kronis. Hoaks semacam ini dapat menimbulkan berbagai masalah, misal klaim dapat menyembuhkan penyakit berat (contoh kanker), keamanan produk yang dipromosikan meragukan karena tidak ditunjang dengan informasi yang lengkap dan valid. Hal ini memengaruhi proses pengobatan konvensional, cenderung kepada penipuan produk serta adanya ketidakseimbangan informasi antara manfaat dan risiko.





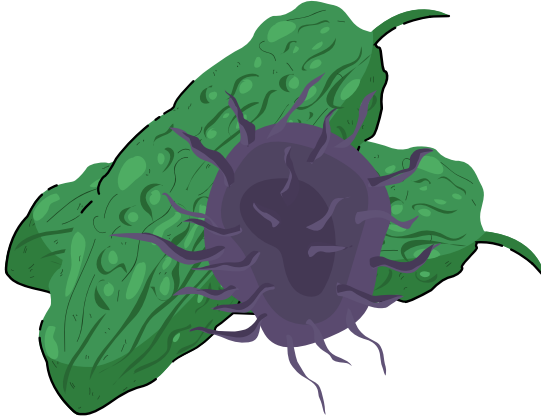
HOAKS VS FAKTA



Beberapa contoh hoaks tentang obat bahan alam yang berhasil dipetakan oleh Mafindo dan BPOM (2024) di antaranya:



“Pare Dapat Menghancurkan Sel Kanker dan Mengobati Kanker”



HOAKS

Air seduhan irisan buah pare dapat mengobati kanker.

FAKTA

- Melalui Kantor Berita AFP (Agence France-Presse), Dr Sandani Wijerathne, seorang ahli bedah onkologi senior dan anggota dari Sri Lanka College of Oncologists mengatakan bahwa informasi tersebut sangat menyesatkan.
- Menurut BPOM, klaim yang disetujui untuk obat bahan alam adalah bahwa mereka membantu memelihara kondisi kesehatan pasien yang didiagnosis dengan kanker.

Kategori

Konten yang menyesatkan beredar pada tahun 2023

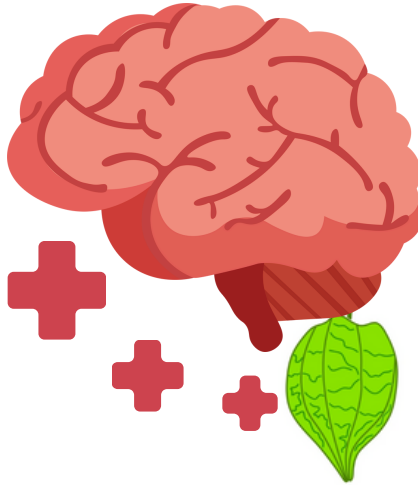
Selengkapnya di tautan berikut:

<https://bit.ly/HoaksPareMengobatiKanker>

https://bit.ly/BPOM_HerbalUntukKanker



“Daun Ciplukan Sembuhkan Lumpuh dan Stroke”



HOAKS

Air rebusan daun ciplukan diklaim dapat menyembuhkan penyakit lumpuh dan stroke, hingga langsung bisa berjalan kembali.

FAKTA

- Secara tradisional bahan herbal dapat membantu dalam menyembuhkan penyakit, namun tidak sebagai pengobatan utama. Hal ini dipaparkan dokter herbal Rumah Sakit Kanker Dharmais, Aldrin Neilwan, MD, MARS, M. Biomed, M. Kes, SaAK.
- Penggunaan tanaman obat atau pengobatan alternatif hanya bisa digunakan sebagai pelengkap dari pengobatan medis yang ada.

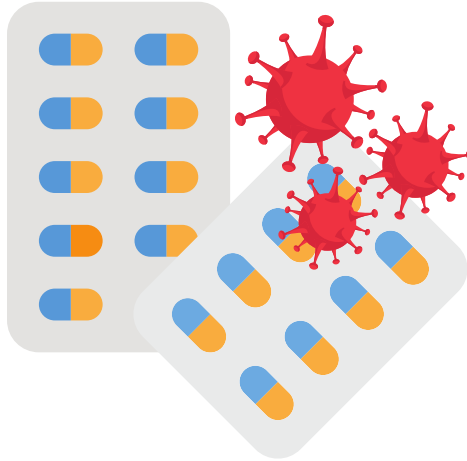
Kategori

Konten yang menyesatkan beredar pada tahun 2023

Selengkapnya di tautan berikut:
<https://bit.ly/CiplukanMenyembuhkanStroke1>
<https://bit.ly/CiplukanMenyembuhkanStroke2>



“Obat Bahan Alam Dapat Digunakan Sebagai Obat COVID-19”



HOAKS

Klaim bahwa Lianhua Qingwen dapat membantu pasien COVID-19 dan mampu menangani infeksi COVID-19.

FAKTA

BPOM menyetujui peredaran obat herbal Lianhua Qingwen untuk meredakan panas dalam dan batuk, bukan untuk mengobati pasien COVID-19 ataupun sebagai obat yang dapat menyembuhkan COVID-19 maupun membunuh virus COVID-19.

Kategori

Informasi yang salah beredar pada 2021

Selengkapnya di tautan berikut:
<https://bit.ly/LianhuaQingwenObatiCovid-19>



“Ramuan Daun Jeruk dan Garam Bisa Sembuhkan Sakit Gigi Seumur Hidup”



HOAKS

Berkumur-kumur dengan air rebusan daun jeruk ditambah garam dapat mengobati sakit gigi selamanya tanpa kambuh lagi.

FAKTA

- Menurut drg. Anggia Ratri Renjana, berkumur dengan rebusan daun jeruk dan garam hanya dapat meredakan rasa nyeri ketika sakit gigi saja bukan menyembuhkan secara menyeluruh.
- Jeruk memang memiliki kandungan atsiri yang dapat meringankan nyeri sakit gigi, namun tidak dapat digunakan sebagai solusi utama untuk sakit gigi.

Kategori

Konten yang menyesatkan beredar pada tahun 2023

Selengkapnya di tautan berikut:
<https://bit.ly/DaunJerukMenyembuhkanSakitGigi>



“Jus Daun Pepaya untuk Obat Demam Berdarah *Dengue* (DBD)”



HOAKS

Meminum air perasan daun pepaya yang ditumbuk, dengan takaran dua sendok makan satu kali sehari, dapat menyembuhkan demam berdarah (DBD).

FAKTA

- Tidak ada bukti ilmiah atau studi ilmiah jus daun pepaya mentah merupakan obat DBD.
- Belum ada obat khusus untuk mengobati DBD.
- Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), tidak ada pengobatan spesifik untuk demam berdarah. Pasien harus beristirahat, tetap terhidrasi dan mencari nasihat medis.

Kategori

Hoaks Lama Bersemi Kembali (HLBK) beredar pada tahun 2022

Selengkapnya di tautan berikut:

<https://bit.ly/DaunPepayaMenyembuhkanDBD1>

<https://bit.ly/DaunPepayaMenyembuhkanDBD2>

Suplemen Kesehatan

Suplemen Kesehatan adalah produk yang dimaksudkan untuk melengkapi kebutuhan zat gizi, memelihara, meningkatkan dan/atau memperbaiki fungsi kesehatan, mempunyai nilai gizi dan/atau efek fisiologis, mengandung satu atau lebih bahan berupa vitamin, mineral, asam amino dan/atau bahan lain bukan tumbuhan yang dapat dikombinasi dengan tumbuhan.

Penggunaan suplemen kesehatan seharusnya dipahami sebagai upaya untuk menyediakan tambahan zat gizi yang diperlukan tubuh, menjaga, meningkatkan, atau memperbaiki fungsi kesehatan, dan memiliki nilai gizi atau efek pengobatan terhadap penyakit tertentu. ✓

Sebaiknya konsultasikan dengan dokter/apoteker dalam memilih suplemen kesehatan yang tepat bila memiliki masalah kesehatan. ✓

Suplemen tidak boleh dijadikan pengganti makanan dan harus digunakan dengan bijaksana tanpa penyalahgunaan. ✓

Selalu ingat CEK KLIK (Kemasan, Label, Izin Edar, dan Kedaluwarsa) sebelum memilih suplemen kesehatan. ✓





HOAKS VS FAKTA



Beberapa contoh hoaks tentang suplemen kesehatan yang berhasil dipetakan oleh Mafindo dan BPOM (2024) di antaranya:



“Kandungan dalam Suntikan Vitamin K Berbahaya bagi Bayi yang Baru Lahir”



HOAKS

- Suntikan vitamin K dapat meracuni bayi.
- Mengandung polisorbate dan aluminium yang berbahaya.
- Kandungan aluminium menyebabkan kematian atau autisme.

FAKTA

- Video Tiktok tersebut diambil dari program “Alex Jones Show”, program yang sering menyebarkan teori konspirasi dan misinformasi mengenai dunia medis.
- Kandungan dalam suntikan vitamin K kepada bayi baru lahir adalah aman dan diperlukan.
- Vitamin K dapat mencegah perdarahan yang bisa terjadi pada bayi baru lahir.

Kategori

Konten yang menyesatkan beredar pada tahun 2023

Selengkapnya di tautan berikut:
<https://bit.ly/VitaminKBahayaUntukBayi>



“Sinar Matahari mengandung Vitamin D”



HOAKS

Sinar matahari mengandung vitamin D yang baik untuk kesehatan tulang.

FAKTA

Faktanya bukan sinar matahari yang mengandung vitamin D. Saat kulit terpapar sinar ultraviolet matahari, hal tersebut memicu sintesis vitamin D. Ginjal dan hati mengubahnya menjadi vitamin D aktif yang dapat digunakan tubuh untuk meningkatkan peresapan kalsium dan kesehatan tulang.

Kategori

Konten yang menyesatkan beredar pada tahun 2019

Selengkapnya di tautan berikut:

<https://bit.ly/HoaksSinarMatahariMengandungVitD>

<https://bit.ly/HoaksSinarMatahari>

Kosmetika

Apa yang dimaksud dengan kosmetika?

Kosmetika adalah bahan atau sediaan yang dimaksudkan untuk digunakan pada bagian luar tubuh manusia seperti epidermis, rambut, kuku, bibir dan organ genital bagian luar atau gigi dan membran mukosa mulut terutama untuk membersihkan, mewangikan, mengubah penampilan dan atau memperbaiki bau badan atau melindungi atau memelihara tubuh pada kondisi baik.



Fungsi Kosmetika

- Menjaga kebersihan
- Menyegarkan
- Mengubah tampilan
- Memperbaiki aroma tubuh
- Melindungi dan merawat tubuh agar tetap sehat

Bukan Fungsi Kosmetika

- Pengobatan
- Penyembuhan
- Pencegahan

Seiring dengan meningkatnya populasi penduduk Indonesia berusia muda dan kesadaran masyarakat akan pentingnya menjaga penampilan dan kesehatan kulit, industri kecantikan nasional pun mengalami pertumbuhan yang luar biasa.

Pertumbuhan jumlah industri kosmetika tahun 2022 ke tahun 2023 di Indonesia mencapai 21,9%. Potensi *market size* secara nasional pada tahun 2023 bisa mencapai 467.919 produk atau meningkat lebih dari 10 kali lipat dalam kurun waktu 5 tahun terakhir.

Permintaan yang tinggi dan produsen atau pelaku usaha yang terus berdatangan tentu saja berpengaruh pada tingkat kompetisi persaingan bisnis. Sementara itu, penggunaan media sosial yang masif sebagai media promosi langsung maupun tidak langsung, akhirnya menyulut hadirnya hoaks tentang kosmetika.

Berdasarkan Pemetaan Mafindo dan BPOM (2024), sepanjang tahun 2015-2023 ditemukan 7 konten hoaks tentang kosmetika yang berhasil ditangkal oleh tim pemeriksa fakta Mafindo.





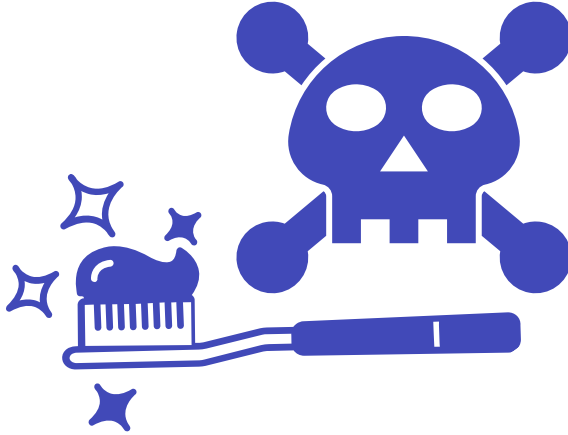
HOAKS VS FAKTA



Beberapa contoh hoaks tentang kosmetika yang berhasil dipetakan oleh Mafindo dan BPOM (2024) di antaranya:



“Fluorida Dalam Pasta Gigi dan Air Dapat Sebabkan Kematian”



HOAKS

Fluorida lebih beracun dibandingkan timbal, dan hanya sedikit kurang beracun dibandingkan arsenik. Hanya dibutuhkan 1 gram fluorida untuk membunuh seorang anak. Jumlah yang sama dalam tabung pasta gigi menggunakan air berfluorida.

FAKTA

Faktanya, kandungan fluorida dalam pasta gigi dan air, telah sesuai dengan dosis yang disarankan. Dan bermanfaat dalam pertumbuhan gigi, khususnya pada anak-anak.

Kategori

Misinformasi
beredar pada tahun 2018

Selengkapnya di tautan berikut:
<https://bit.ly/HoaksFluoridePastaGigi>



“Tes Merkuri pada Kosmetika dengan Emas”



HOAKS

Mengetes krim mengandung merkuri dengan digosok-gosokkan dengan emas di telapak tangan. Jika warnanya berubah hitam, maka mengandung merkuri.

FAKTA

Untuk mengetahui ada tidaknya Hg (Merkuri) dalam suatu sediaan kosmetika tidak bisa dilakukan dengan cara menggosokkan emas ke dalam kosmetika tersebut, tetapi harus melalui pengujian terhadap kandungan merkuri secara akurat dilakukan di laboratorium.

Kategori

Informasi yang salah dan isu lama yang beredar sejak 2003

Selengkapnya di tautan berikut:
<https://bit.ly/HoaksTesMerkuriPadaKosmetik>



“Paparan Sinar Matahari Tidak Menyebabkan Kanker Kulit, Tapi *Sunscreen* Penyebabnya”



HOAKS

Paparan sinar matahari tidak menyebabkan kanker kulit, tapi *sunscreen* penyebabnya.

FAKTA

Hasil periksa fakta Fathia IS. Klaim tersebut salah, faktanya banyak bukti yang menunjukkan bahwa radiasi ultraviolet (UV) dari matahari memiliki efek karsinogenik langsung pada sel-sel di kulit dan merupakan penyebab utama dari kanker kulit.

Kategori

Konten yang menyesatkan beredar pada tahun 2022

Selengkapnya di tautan berikut:
<https://bit.ly/HoaksSunscreenPicuKanker>

Pangan Olahan

Apa yang dimaksud dengan Pangan Olahan?

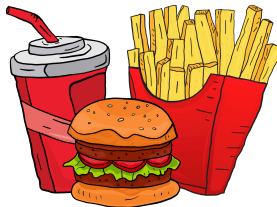
Pangan Olahan adalah makanan atau minuman hasil proses dengan cara atau metode tertentu, dengan atau tanpa bahan tambahan. Pangan Olahan Tertentu adalah pangan olahan untuk konsumsi bagi kelompok tertentu dalam upaya memelihara dan meningkatkan kualitas kesehatan kelompok tersebut.

Jadi, terdapat tiga kelompok pangan menurut bahan dasar, yaitu:



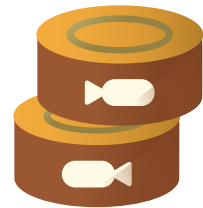
Pangan Segar

Pangan yang belum mengalami pengolahan yang dapat dikonsumsi langsung dan/atau yang dapat menjadi bahan baku pengolahan pangan.



Pangan Siap Saji

Makanan dan/atau minuman yang sudah diolah dan siap untuk langsung disajikan di tempat usaha atau di luar tempat usaha.

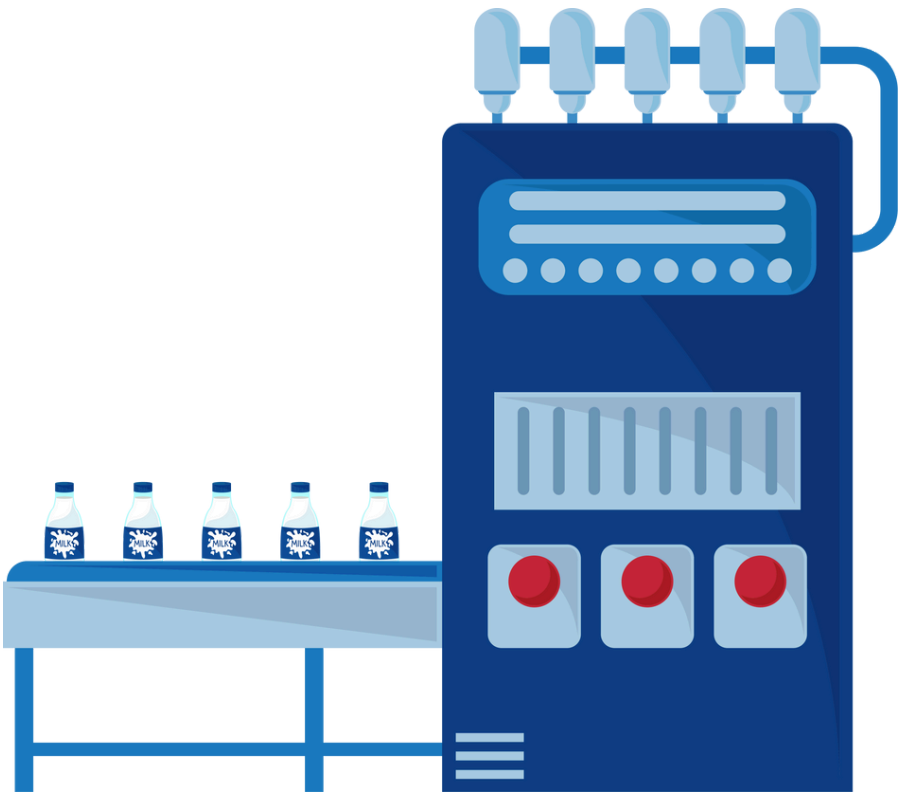


Pangan Olahan

Makanan atau minuman hasil proses dengan cara atau metode tertentu dengan atau tanpa bahan tambahan.

BPOM memiliki fungsi mengawasi komoditas pangan olahan. Perhatikan izin edar BPOM pada setiap kemasan pangan olahan.

Tahukah Anda bahwa bisnis makanan itu sangat luar biasa? Produksi yang besar dan beragam, serta persaingan yang ketat membuat informasi pangan tidak terlepas dari hoaks.



HOAKS VS FAKTA



Beberapa contoh hoaks tentang pangan olahan yang berhasil dipetakan oleh Mafindo dan BPOM (2024) di antaranya: hingga 2023 telah merilis 148 klarifikasi terhadap hoaks obat dan makanan, 53 konten (35,8%) hoaks terkait pangan olahan.



“Bahaya Makanan Kaleng dari Luar Negeri”



HOAKS

Awas tertular HIV jika mengonsumsi makanan kaleng impor karena telah dimasuki darah penderita HIV/AIDS.

FAKTA

- BPOM tidak pernah menemukan kandungan darah dan virus HIV di makanan kaleng impor.
- Makanan kaleng selalu melalui proses sterilisasi.
- Virus HIV tidak akan mampu bertahan hidup jika sudah keluar dari inang atau tubuh manusia.
- Darah akan kering kalau keluar dari tubuh.

Kategori

Informasi yang menyesatkan beredar pada 2016

Selengkapnya di tautan berikut:
<https://bit.ly/HoaksMakananMengandungVirusHIV>



“Biskuit Terbakar Mengandung Lilin”



HOAKS

Lihat ini, biskuit ini mudah terbakar. Berarti mengandung lilin.

FAKTA

- Bahan makanan yang mengandung minyak dan kadar air rendah, terutama jika berbentuk tipis, berpori akan mudah menyala/terbakar.
- Melihat adanya kandungan lilin/plastik di makanan hanya bisa dengan uji laboratorium.
- BPOM telah melakukan evaluasi keamanan, mutu, dan gizi makanan yang akan diedarkan.

Kategori

Misinformasi
beredar pada tahun 2017

Selengkapnya di tautan berikut:
<https://bit.ly/HoaksBiskuitMengandungLilin>



“Pesan Berantai Imbauan Ibu Dubes KBRI Kuala Lumpur dan IDI Keluarkan Daftar Minuman Mengandung Aspartam”



HOAKS

Telah beredar pesan berantai WhatsApp terkait ibu Dubes KBRI Kuala Lumpur melarang mengonsumsi produk dari Thailand karena Departemen Kesehatan Thailand telah menyita produksi makanan kaleng, terutama buah-buahan.

Selain itu terdapat larangan dari IDI terkait produk minuman beserta daftar merknya yang mengandung aspartam karena dapat menyebabkan kanker otak, diabetes, pengerasan sumsum tulang belakang.

FAKTA

- Dalam pesan terdapat tautan yang mengatasnamakan liputan6.com. Faktanya, jika diklik mengarah ke situs web lain bukan situs web resmi milik liputan 6.
- KBRI Kuala Lumpur menegaskan bahwa pesan tersebut hoaks.
- BPOM menjelaskan aspartam aman jika dikonsumsi sesuai ambang batas yaitu 40 mg/kg berat badan.

Kategori

Hoaks Lama Bersemi Kembali (HLBK) beredar pada tahun 2023

Selengkapnya di tautan berikut:

https://bit.ly/HoaksMakananImpor_DaftarMinuman



“Pernyataan IDI Terkait Aspartam dalam Minuman Instan Sebabkan Kanker, Diabetes, dan Pengerasan Sumsum Tulang Belakang”



HOAKS

Ikatan Dokter Indonesia (IDI), menginformasikan bahwa saat ini sedang ada wabah pengerasan otak (kanker otak), diabetes dan pengerasan sumsum tulang belakang (mematikan sumsum tulang belakang).

FAKTA

- IDI menyatakan bahwa pesan yang beredar di aplikasi percakapan WhatsApp tentang wabah kanker otak, diabetes dan pengerasan sumsum tulang belakang itu tidak benar.
- Hoaks dengan mencatut nama IDI itu pernah beredar di tahun 2013.

Kategori

Hoaks Lama Bersemi Kembali (HLBK) beredar pada tahun 2021

Selengkapnya di tautan berikut:
https://bit.ly/BPOM_PemanisBuatanAspartam
<https://bit.ly/HoaksAspartamSebabkanKanker>

Melawan Hoaks

Hoaks obat dan makanan berbahaya bagi masyarakat karena dapat menyebabkan kepanikan, keresahan dan kebingungan. Pengambilan keputusan yang tidak tepat karena percaya pada informasi yang tidak benar tersebut, dapat menimbulkan kerugian pada masyarakat, bahkan negara. Oleh karena itu perlu dilakukan perlawanan terhadap penyebarannya dan meningkatkan kecerdasan masyarakat dalam memilah informasi yang diperlukan.

Tips terhindar dari hoaks:



Berpikir skeptis

Benar enggak ya?



Berpikir kritis

Mengapa begitu? Kok bisa begitu?



Menelusuri tautan lembaga yang relevan

- Link BPOM: <https://www.pom.go.id>
- Turnbackhoax: <https://turnbackhoax.id/>
- Link situs Cek Fakta
<https://prebunking.cekfakta.com/>
- <https://cekfakta.com/>
- <https://www.liputan6.com/cek-fakta>
- <https://www.kompas.com/cekfakta>
- <https://www.republika.co.id/tag/cek-fakta>
- <https://tirto.id/news/periksa-fakta>



Meminta cek fakta ke *chatbot* (WA)

- Kalimasada: melalui no. HP 085921600500. Setelah memasuki *chatbot* tersebut, akan ada petunjuk penggunaan.



Menganalisis konteks sumber dengan konteks sosial

- Afiliasi sumbernya dengan lembaga mana/apa?
- Mengapa sumber mengatakan itu sekarang?
- Apakah ada kepentingan sumber?



Mengevaluasi manfaat informasi bagi kehidupan pribadi maupun orang lain

- Saya membutuhkan tidak?
- Apakah saya mendesak membutuhkannya?
- Manfaatnya apa untuk saya?
- Siapa orang yang membutuhkan informasi ini? Untuk apa dan apakah mendesak?

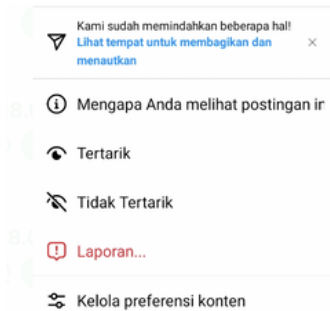
Jika kita lolos terhindar dari hoaks, maka kompetensi kita bisa ditingkatkan menjadi lebih partisipatif dan lebih bermanfaat bagi masyarakat. Bagaimana caranya? Yuk, lawan hoaks!

Berikut tips melawan hoaks:

1. Menghentikan hoaks dengan tidak meneruskan pada orang lain dan lupakan isinya.
2. Menghapus konten hoaks. Jangan ada di arsip memori gawai kita.
3. Melaporkan konten hoaks
 - a. Laporkan ke admin platform tempat penyebarannya.
 - Contoh di Instagram, anda bisa klik titik tiga di pojok kanan atas atau pojok kanan bawah.



- Lalu pilih “Laporan”



- Dan ikuti petunjuk selanjutnya.
- Contoh di Youtube, cara melaporkan sebagai berikut:
 1. Buka platform Youtube.
 2. Buka video yang ingin dilaporkan.
 3. Buka Setelan, lalu Laporkan.
 4. Pilih alasan Anda ingin melaporkan video tersebut.
 5. Setelah memilih alasannya, pesan konfirmasi akan ditampilkan.

- b. Laporkan kepada pihak yang berwenang, di antaranya: Badan Pengawas Obat dan Makanan (BPOM)



**CARA MELAPOR YANG BAIK & BENAR MELALUI
LAPOR!**

- 

1. Memuja website resmi bpom.lapor.go.id, atau masuk ke aplikasi Android dan IOS SP4N LAPOR!
- 

2. Urutkan kronologi laporan dengan jelas dan lengkap
- 

3. Sebutkan waktu dan tempat
- 

4. Gunakan bahasa Indonesia yang baik dan benar
- 

5. Lampirkan bukti pendukung apabila tersedia
- 

6. Kirimkan laporannya dan tunggu laporan diverifikasi

Kementerian Komunikasi dan Informatika (Kominfo) melalui : <https://aduankonten.id>
Media Sosial Kominfo
<https://www.instagram.com/aduankonten.official/>
POLRI, jika konten hoaks terkait konten kriminal ke <https://patrolisiber.id>



4. Kampanye antihoaks

- Tunjukkan kepalusuan hoaks pada orang lain.
- Bergabung dalam komunitas antihoaks contohnya Mafindo.
- Perbanyak produksi fakta, supaya hoaks semakin tenggelam.



Daftar Referensi

Ardi Y, (2023). [Salah]: Tips Mengempukkan Daging Menggunakan Obat Pil Bodrex. Turnbackhoax.id. <https://turnbackhoax.id/2023/11/29/salah-tips-mengempukkan-daging-menggunakan-obat-pil-bodrex/> (Diakses Pada 27 April 2024, pukul 12.50 WIB).

BPOM, (2015). Klarifikasi: Bantahan Pemberitahuan Penarikan Obat-Obatan. www.pom.go.id<https://www.pom.go.id/penjelasan-publik/klarifikasi-bantahan-pemberitahuan-penarikan-obat-obatan> (Diakses Pada 26 April 2024, pukul 22.00 WIB).

BPOM, (2017). Penjelasan Badan POM RI Terkait Isu Peredaran Susu Permen yang Diduga Mengandung Narkoba. www.pom.go.id. <https://www.pom.go.id/penjelasan-publik/penjelasan-badan-pom-ri-tentang-isu-peredaran-permen-susu-yang-diduga-mengandung-narkoba> (Diakses Pada 30 April 2024, pukul 22.40 WIB).

BPOM, (2017). Penjelasan Badan Pom Tentang Obat Tradisional/Jamu yang Dapat Menyembuhkan Kanker. www.pom.go.id. <https://www.pom.go.id/penjelasan-publik/penjelasan-badan-pom-tentang-obat-tradisional-jamu-yang-dapat-menyembuhkan-kanker> (Diakses Pada 22 April 2024, pukul 22.40 WIB).

BPOM, (2017). Penjelasan Badan POM Terkait Isu Penyalahgunaan Obat Progesterex. www.pom.go.id. <https://www.pom.go.id/penjelasan-publik/penjelasan-badan-pom-terkait-isu-penyalahgunaan-obat-a-oeprogesterexa> (Diakses Pada 29 April 2024, pukul 20.00 WIB).

BPOM, (2023). Penjelasan BPOM RI Nomor HM.01.1.2.07.23.24 Tanggal 25 Juli 2023 Tentang Keamanan Pemanis Buatan Aspartam. www.pom.go.id. <https://www.pom.go.id/penjelasan-publik/PENJELASAN-BPOM-RI-NOMOR-HM.01.1.2.07.23.24-TANGGAL-25-JULI-2023-TENTANG-KEAMANAN-PEMANIS-BUATAN-ASPARTAM>. (Diakses Pada 24 April 2024, pukul 23.00 WIB).

BPOM, (2023). Kata BPOM: Modul Komunikasi, Informasi, dan Edukasi.

Khairil M, (2016). (HOAX) Makanan Kalengan Dari Thailand Mengandung Virus AIDS. Turnbackhoax.id. <https://turnbackhoax.id/2016/11/21/hoax-makanan-kalengan-dari-thailand-mengandung-virus-aids/> (Diakses Pada 22 April 2024, pukul 23.00 WIB).

Mafindo, (2017). HOAX: Biskuit Mudah Terbakar Karena Mengandung Lilin. Turnbackhoax.id. <https://turnbackhoax.id/2017/01/26/hoax-biskuit-mudah-terbakar-karena-mengandung-lilin/> (Diakses Pada 27 April 2024, pukul 18.20 WIB).

Mafindo, (2023). [SALAH] Kopi Hitam Obat Step atau Kejang. Turnbackhoax.id <https://turnbackhoax.id/2023/01/25/salah-kopi-hitam-obat-step-atau-kejang/> (Diakses Pada 23 April 2024, pukul 22.10 WIB).

Marcel M, (2023). [SALAH] Pare Dapat Menghancurkan Sel Kanker dan Mengobati Kanker. Turnbackhoax.id <https://turnbackhoax.id/2023/10/24/salah-pare-dapat-menghancurkan-sel-kanker-dan-mengobati-kanker/> (Diakses Pada 16 April 2024, pukul 20.50 WIB).

Marcell M, (2023). [SALAH] Iklan Obat Batu Ginjal Sembuh 7 Hari Tanpa ke Dokter dengan Sertifikasi FDA Approved. Turnbackhoax.id. <https://turnbackhoax.id/2023/10/24/salah-iklan-obat-batu-ginjal-sembuh-7-hari-tanpa-ke-dokter-dengan-sertifikasi-fda-approved/> (Diakses Pada 19 April 2024, pukul 20.21 WIB).

Marcell M, (2023). [SALAH] Kandungan Dalam Suntikan Vitamin K Berbahaya Bagi Bayi yang Baru Lahir. Turnbackhoax.id <https://turnbackhoax.id/2023/04/18/salah-kandungan-dalam-suntikan-vitamin-k-berbahaya-bagi-bayi-yang-baru-lahir/> (Diakses Pada 20 April 2024, pukul 22.10 WIB).

Nauli G, (2021). [SALAH] Pernyataan IDI Terkait Aspartame dalam Minuman Instan Sebabkan Kanker, Diabetes, dan Pengerasan Sumsum Tulang Belakang. Turnbackhoax.id. <https://turnbackhoax.id/2021/01/20/salah-pernyataan-idi-terkait-aspartame-dalam-minuman-instan-sebabkan-kanker-diabetes-dan-pengerasan-sumsum-tulang-belakang/> (Diakses Pada 16 April 2024, pukul 20.22 WIB).

Nur A, (2022). [SALAH] Jus Daun Pepaya Dapat Menyembuhkan DBD. Turnbackhoax.id <https://turnbackhoax.id/2022/01/21/salah-jus-daun-pepaya-dapat-menyembuhkan-dbd/> (Diakses Pada 7 April 2024, pukul 19.00 WIB).

Panji V, (2023). [SALAH] Daun Ciplukan Sembuhkan Lumpuh dan Stroke. Turnbackhoax.id <https://turnbackhoax.id/2023/02/16/salah-daun-ciplukan-sembuhkan-lumpuh-dan-stroke/> (Diakses Pada 20 April 2024, pukul 19.40 WIB).

Perwira E, (2016). Daun Ciplukan Berkhasiat Sembuhkan Stroke? www.liputan6.com. <https://www.liputan6.com/health/read/2467675/daun-ciplukan-berkhasiat-sembuhkan-stroke?fbclid=IwAR1Xq8xQjIh2w7SDAC7TWn1YbAXqrDRWbXK5fSGsZhntqjHg60E9Vx2STs> (Diakses Pada 3 April 2024, pukul 10.00 WIB).

Ramadhan A, (2022). [SALAH] Seumur Hidup Harus Vaksin Covid Tiap 6 Bulan Sekali. Turnbackhoax.id. <https://bit.ly/HoaksVaksinCovidSeumurHidup> (Diakses Pada 12 April 2024, pukul 19.00 WIB).

Syafitrah, A. (2019). [SALAH] Daftar Obat Terlarang BPOM (Kop Surat RS Siloam). Turnbackhoax.id. <https://turnbackhoax.id/2019/07/17/salah-daftar-obat-terlarang-bpom-kop-surat-rs-siloam/> (Diakses Pada 1 April 2024, pukul 08.00 WIB).

Syafitrah, A. (2019). [SALAH] Tes Merkuri pada Kosmetik Dengan Emas. Turnbackhoax.id. <https://turnbackhoax.id/2019/02/07/salah-tes-merkuri-pada-kosmetik-dengan-emas/> (Diakses Pada 2 April 2024, pukul 09.00 WIB).

Vebrylian B, (2018). [MISINFORMASI] Sikat Gigi Berbahan Bulu Babi. Turnbackhoax.id. <https://turnbackhoax.id/2018/10/18/misinformasi-sikat-gigi-berbahan-bulu-babi/> (Diakses Pada 15 April 2024, pukul 20.00 WIB).

Vidi A, (2022). Cek Fakta: Tidak Benar Jus Daun Pepaya Mentah Merupakan Obat DBD. Turnbackhoax.id. <https://www.liputan6.com/cek-fakta/read/4863858/cek-fakta-tidak-benar-jus-daun-pepaya-mentah-merupakan-obat-dbd?page=2> (Diakses Pada 4 April 2024, pukul 11.00 WIB).

Vidi A, (2023). Cek Fakta: Tidak Benar Rebusan Daun Jeruk dan Air Garam Merupakan Obat Sakit Gigi Seumur Hidup. www.liputan6.com. <https://www.liputan6.com/cek-fakta/read/5264463/cek-fakta-tidak-benar-rebusan-daun-jeruk-dan-air-garam-merupakan-obat-sakit-gigi-seumur-hidup> (Diakses Pada 6 April 2024, pukul 12.00 WIB).