

LIFE EXPECTANCY DASHBOARD

Startup Campus

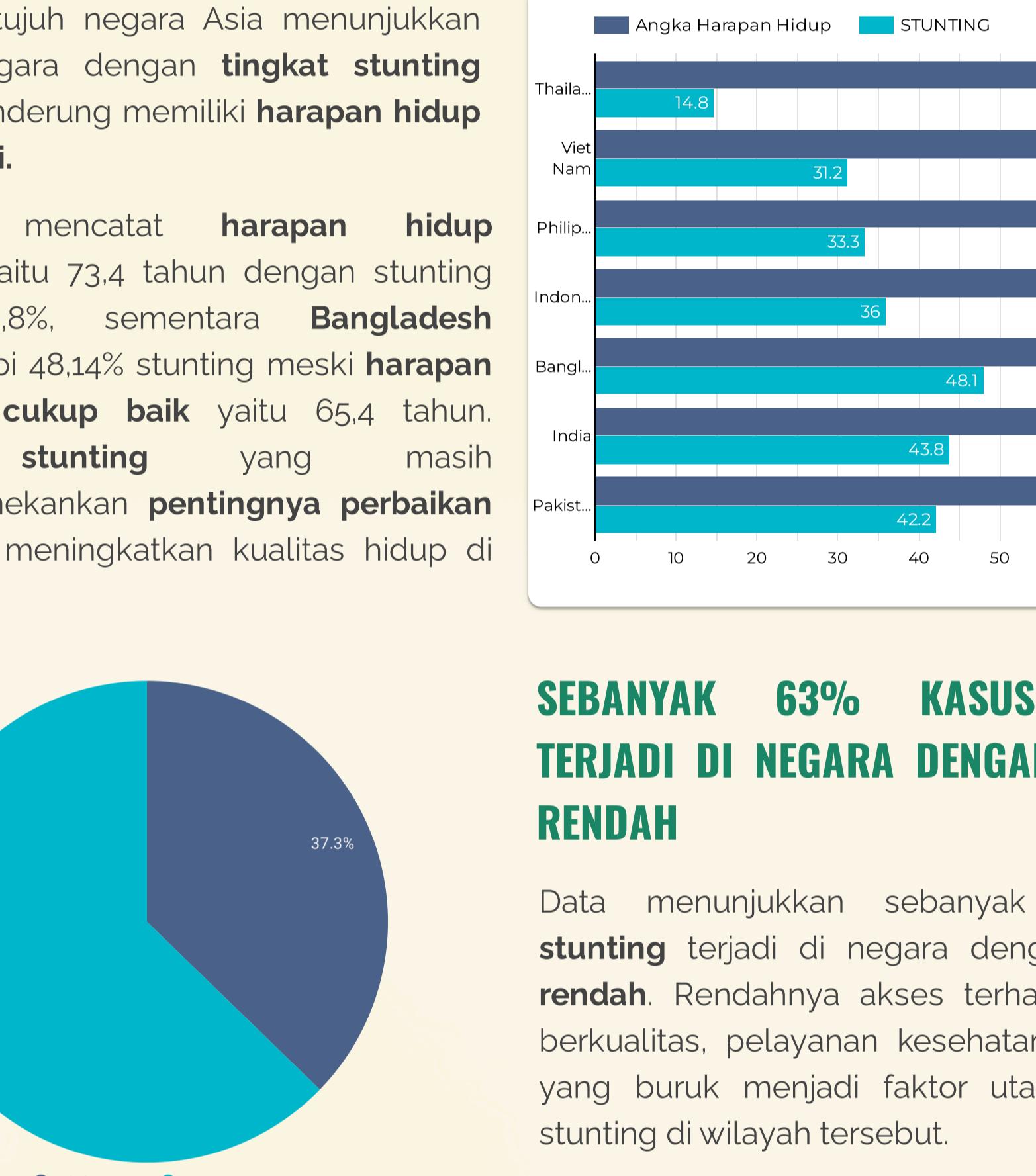


MENGUNGKAP FAKTOR PENENTU ANGKA HARAPAN HIDUP

OLEH: TIM SAM ALTMAN'S SON

TAHUKAH KAMU?

Angka Harapan Hidup dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu



GIZI DAN HARAPAN HIDUP: MELIHAT FAKTA DI 7 NEGARA

BMI

16.8

STUNTING

36.2

UNDERWEIGHT

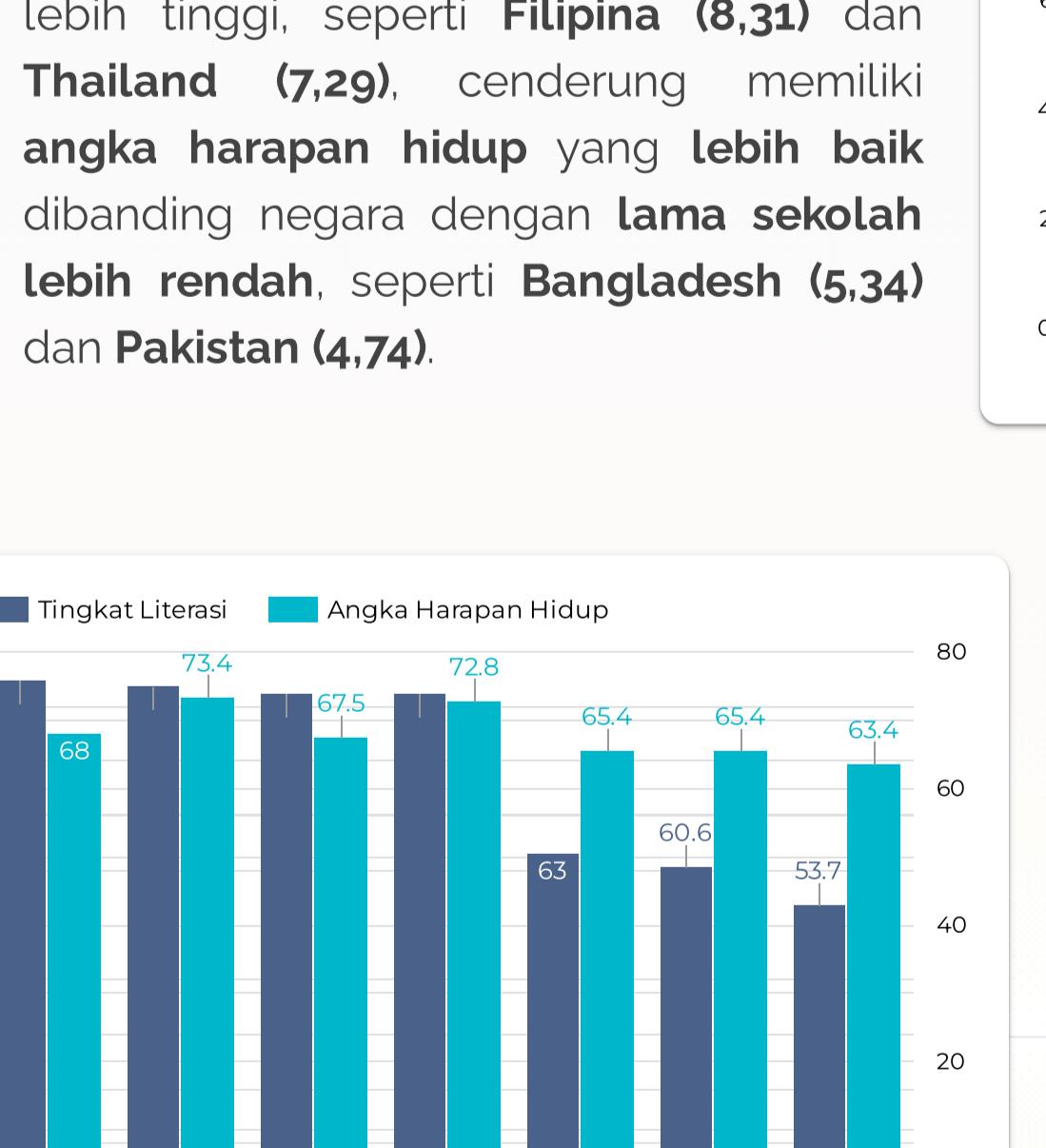
29.6



Semakin tinggi angka status gizi suatu negara, semakin panjang harapan hidup penduduknya

Data menunjukkan bahwa Bangladesh memiliki angka stunting tertinggi di antara 7 negara, yaitu sekitar 48.14%, diikuti oleh India dengan 43.8%. Sebaliknya, Thailand memiliki angka stunting terendah, yaitu sebesar 14.8%.

Hubungan antara angka stunting dan status gizi juga terlihat dari tren BMI yaitu negara dengan angka stunting lebih rendah seperti Thailand cenderung memiliki BMI lebih tinggi, sementara negara dengan angka stunting tinggi seperti Bangladesh memiliki BMI yang lebih rendah. Hal tersebut menunjukkan bahwa penurunan angka stunting dapat berkontribusi pada peningkatan kualitas hidup dan kesehatan masyarakat.



DARI 7 NEGARA, THAILAND MEMILIKI ANGKA HARAPAN HIDUP TERTINGGI

Thailand memiliki rata-rata angka harapan hidup tertinggi yaitu 73.4.

Berdasarkan grafik sebelumnya, Thailand memiliki angka harapan hidup tertinggi dan Pakistan memiliki angka harapan hidup terendah. Berdasarkan grafik disamping, angka harapan hidup dan angka kelahiran saling bernalah belakang, dimana negara dengan AHH tinggi memiliki angka kelahiran rendah, dan sebaliknya.

Data menunjukkan bahwa Pakistan memiliki angka kelahiran tertinggi sebesar 34.3, sementara Thailand memiliki angka kelahiran terendah sebesar 13.4. Hal ini dikarenakan negara dengan angka harapan hidup tinggi seperti Thailand, masyarakatnya umumnya memiliki akses yang lebih baik ke pendidikan, layanan kesehatan, dan program keluarga berencana, sehingga lebih mampu merencanakan keluarga mereka dengan baik. Sebaliknya, Pakistan yang memiliki angka harapan hidup lebih rendah cenderung memiliki angka kelahiran tinggi karena berbagai faktor seperti kurangnya akses ke pendidikan dan layanan kesehatan, tradisi budaya yang mendorong keluarga besar, serta keterbatasan program keluarga berencana, yang mengakibatkan tingginya angka kelahiran sebagai bentuk "asuransi" bagi keluarga mengingat tingginya risiko kematian.

STUNTING TINGGI, HARAPAN HIDUP TERANCAM?

Data dari tujuh negara Asia menunjukkan bahwa negara dengan tingkat stunting rendah cenderung memiliki harapan hidup lebih tinggi.

Thailand mencatat harapan hidup tertinggi yaitu 73.4 tahun dengan stunting hanya 14.8%, sementara Bangladesh menghadapi 48.14% stunting meski harapan hidupnya cukup baik yaitu 65.4 tahun. Angka stunting yang masih tinggi menekankan pentingnya perbaikan gizi untuk meningkatkan kualitas hidup di Asia.



Data menunjukkan sebanyak 63% kasus stunting terjadi di negara dengan nilai GDP rendah. Rendahnya akses terhadap gizi yang berkualitas, pelayanan kesehatan, dan sanitasi yang buruk menjadi faktor utama penyebab stunting di wilayah tersebut.

GIZI SEIMBANG: KUNCI PANJANG UMUR DAN KESEHATAN OPTIMAL

Thailand memimpin konsumsi kalori harian, Filipina unggul dalam konsumsi buah, Vietnam dominan dalam konsumsi sayuran, sementara Pakistan dan Bangladesh memiliki angka terendah di hampir semua kategori.

Negara	Kalori/Hari	Lemak/Tahun	Buah/Tahun	Sayuran/Tahun
1. Viet Nam	2,509.26	48.21	60.38	98.32
2. India	2,359.99	48.28	44.42	68.47
3. Philippines	2,471.33	48.17	101.54	62.57
4. Thailand	2,625.22	54.54	96.38	44.02
5. Indonesia	2,570.67	49.99	51.51	36.4
6. Pakistan	2,287.21	66.92	33.89	27.82
7. Bangladesh	2,348.71	27.88	18.92	22.18

Konsumsi kalori yang seimbang mendukung energi dan fungsi tubuh, lemak menunjang hormon dan kesehatan organ, buah mencegah penyakit kronis, dan sayuran menjaga jantung serta pencernaan. Kombinasi pola makan ini dapat meningkatkan kualitas kesehatan dan memperpanjang harapan hidup.

POLUSI: ANCAMA TAK KASAT MATA BAGI KESEHATAN

Grafik ini menunjukkan tingkat polusi udara di negara-negara Asia. Parameter polusi udara dengan nilai tertinggi adalah Particulate Matter. Grafik menunjukkan bahwa India memiliki angka polusi tertinggi dibandingkan negara-negara lainnya.

Tingginya tingkat polusi udara di beberapa negara ini berpotensi berdampak negatif pada angka harapan hidup masyarakat, sehingga diperlukan upaya-upaya untuk mengendalikan polusi udara agar dapat meningkatkan angka harapan hidup.

PARTICULATE MATTER: KECIL TAPI BERBAHAYA

Grafik ini menunjukkan tingkat paparan particulate matter dan angka harapan hidup pada setiap negara. Berdasarkan grafik, semakin tinggi angka paparan particulate matter maka semakin rendah angka harapan hidup suatu negara.

Berdasarkan fakta diatas, dapat disimpulkan bahwa paparan particulate matter memiliki pengaruh terhadap angka harapan hidup. Particulate Matter bersumber dari pembakaran bahan bakar fosil, pembakaran biomassa, emisi kendaraan, debu jalan, dan kebakaran hutan.

PENDIDIKAN DAN HARAPAN HIDUP

Data dari tujuh negara Asia menunjukkan adanya hubungan antara LAMA BERSEKOLAH dan angka harapan hidup. Negara-negara dengan lama sekolah yang lebih tinggi seperti Filipina (8.31) dan Thailand (7.29) cenderung memiliki angka harapan hidup yang lebih baik dibandingkan negara dengan lama sekolah lebih rendah, seperti Bangladesh (5.34) dan Pakistan (4.74).

Indonesia berada di posisi cukup baik dengan lama rata-rata sekolah 6.71 tahun, literasi 92.31% dan harapan hidup 67.46 tahun. Hal ini menyiroti pentingnya peningkatan pendidikan untuk meningkatkan kualitas hidup di kawasan Asia.

PEMETAAN TINGKAT PENGANGGURAN DAN ANGKA HARAPAN HIDUP

Grafik ini menunjukkan bahwa negara dengan tingkat pengangguran lebih tinggi cenderung memiliki harapan hidup lebih rendah. Thailand memiliki tingkat pengangguran sebanyak 13% dengan harapan hidup 73.4 tahun. Vietnam memiliki tingkat pengangguran di 2% mencatat harapan hidup sekitar 73-75 tahun. India memiliki tingkat pengangguran tertinggi (8%) dan harapan hidup lebih rendah, sekitar 65 tahun.

Berdasarkan fakta diatas, dapat disimpulkan bahwa tingkat pengangguran lebih tinggi cenderung memiliki harapan hidup lebih rendah. Thailand memiliki tingkat pengangguran sebanyak 13% dengan harapan hidup 73.4 tahun. Vietnam memiliki tingkat pengangguran di 2% mencatat harapan hidup sekitar 73-75 tahun. India memiliki tingkat pengangguran tertinggi (8%) dan harapan hidup lebih rendah, sekitar 65 tahun.

KUNCI HARAPAN HIDUP ADA DI TANGAN KITA!

Bersihkan lingkungan kita

Kurangi sampah, tanam pohon, dan jaga kebersihan air untuk lingkungan yang lebih sehat.

Manfaatkan akses kesehatan

Ajak masyarakat untuk memanfaatkan layanan kesehatan, seperti imunisasi dan pemeriksaan gratis.

Mulai gaya hidup sehat

Mulai dari hal kecil, seperti rutin berolahraga dan mengurangi konsumsi makanan tidak sehat.

