



den-

tisia

productive from home

edisi I tahun 2020

Salam Redaksi



Hai Sahabat DENTISIA,

Pada edisi pertama di tahun 2020 ini, DENTISIA kembali hadir dengan konten-konten yang menarik dan tampilan yang unik. Edisi kali ini bertema “Productive from home” yang akan mengulas berbagai kegiatan yang dapat dilakukan dirumah bersama dengan kegiatan kuliah online. Selain itu terdapat sejarah tentang suatu bidang di Kedokteran Gigi dan proker terbaru dari Departemen Media Informasi BEM KM FKG UGM. Ada juga mitos atau fakta tentang beberapa penyakit di rongga mulut serta kuis berhadiah bagi sobat DENTISIA yang beruntung!

Selamat membaca DENTISIA edisi pertama tahun 2020. Semoga dengan konten dan tampilan yang terus dikembangkan, DENTISIA dapat mengedukasi, menghibur, dan meningkatkan minat baca sahabat semua. Tetap semangat dan sehat selalu!

Salam hangat,
Departemen Media Informasi
BEM KM FKG UGM
Kabinet Selaras Asa

Susunan Redaksi

Pelindung; Dr.drg. Ahmad Syaify, Sp.Perio (K)., Penanggung Jawab; Daffa Wuri H., Kepala Departemen; Annisa Fadiya; Pimpinan Redaksi: Dian Lintang Permata Putri; Layouter: Hanin Caya Hapsari, Made Delia Intan Riwanda, Mella Anggia, Michel Muhammad Utyan, Alifia Rizqy, Andini Safa; Dewan Redaksi: Nadya Erza Taravinka, Annisa Fadiya, Zukhrufa Nur Faizah, Brigitta Saphira Sekar, Karisa Hasna.

Table *Of* Contents

	Cover depan (1)
2	Salam Redaksi (1)
3	Table of Content (1)
4	Salam Kabem dan Kadept (1)
5	Sejarah Ilmu Kedokteran Gigi (1)
6	Mitos atau Fakta (1)
7-8	Grand Launching BEM (2)
9-10	Profil Mahasiswa Berprestasi (2)
11-12	PORKG (2)
13-14	Makrab (2)
15	Perkenalan tentang Podcast FKG (1)
16	Things to Do Ketika Stay at Home(1)
17	Movie to Watch (1)
18	COVID-19 (1)
19-20	Kuliah Online Menurut FKG vs Fakultas Lain (2)
21	Zoom vs Webex (1)
22	Mitos atau Fakta (1)
23	Playlist Lagu TikTok (1)
24	Resep Makanan (1)
25-26	Good Things that Happened in 2020 (2)
27	Teka-Teki Silang (1)
28	Titip Salam Dentisia (1)
29-30	Snapshot (2)
31	Selamat Idul Fitri
32	Coming Soon ROAR #5

Sambutan Ketua BEM KM FKG UGM



Assalamualaikum warahmatullahi wabarakatuh, Salam sejahtera bagi kita semua, Shalom, Om Swastiastu, Namô Buddhaya, Salam kebajikan. Puji dan syukur kita panjatkan kehadiran Tuhan YME karena majalah DENTISIA edisi I tahun 2020 dapat hadir ditengah pandemi Covid-19 ini. Tak lupa saya ucapkan terimakasih atas kerja keras semua komponen yang terlibat dalam penerbitan DENTISIA kami, khususnya saya tujukan pada Departemen Media dan Informasi. Saya harap dengan diterbitkannya majalah DENTISIA edisi I tahun 2020 ini dapat menambah informasi serta wawasan pembaca mengenai FKG UGM lebih lebih diluar itu. Akhir kata Wassalaamu'alaikumwarahmatullaahi wabarakaatuh. Salam, Daffa Wuri Hasanain

Sambutan Kepala Departemen Media dan Informasi

Assalamu'alaikum Warahmatullahi Wabarakatuh Puji dan Syukur kami panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa, atas berkat rahmat dan karunia-Nya sehingga kami dapat menyelesaikan DENTISIA dan menghadirkannya di tengah-tengah pembaca semuanya. Ucapan terima kasih sebesar-besarnya saya sampaikan kepada seluruh Staff Departemen Media dan Informasi BEM KM FKG UGM Kabinet Selaras Asa atas segala kerja kerasnya, serta berbagai pihak lain yang turut berkontribusi dalam proses pembuatan DENTISIA. Tak lupa, kami juga mengucapkan duka cita sebesar-besarnya atas situasi dan kondisi pandemi yang terjadi akhir-akhir ini. Pada edisi pertama ini, kami mengangkat tema "*Productive from Home*" yang menyajikan konten-konten *fresh* dan aktual. Akhir kata, kami berharap DENTISIA dapat terus menemani pembaca di sela-sela waktu luang dan dapat menebarkan kebermanfaatannya seluas-luasnya.

Selamat Membaca, Sahabat Dentisia!
Salam, Annisa Fadiya Rahmawati



Sejarah

FAKULTAS KEDOKTERAN GIGI

Cabang ilmu kedokteran gigi bukanlah cabang ilmu baru. Hal ini dibuktikan dengan adanya praktek kedokteran gigi berupa gigi yang pernah dilubangi menggunakan bor batu atau bor pada 7000 SM yang dinilai cukup efektif untuk menangani sakit gigi. Kemudian berkembang dengan ditemukannya tindakan filling menggunakan bee's wax di Slovenia.

Pada 5000 SM ditemukan adanya Summerian Text mengenai kerusakan gigi yang disebabkan oleh tooth worm atau ulat gigi yang dipercayai di India, Mesir, dan Cina. Hingga saat ini, hal ini diketahui masih dipercayai oleh sebagian masyarakat umum bahkan di Indonesia. Hal ini berhasil dibantah oleh Hesy-Re yang menyatakan bahwa adanya penyakit gigi dan periodontal mengindikasikan adanya hubungan dengan ilmu kedokteran umum terkait kondisi sistemik,

Hesy-Re adalah orang Mesir yang pertama kali disebut sebagai dentist. Ada pendapat bahwa ilmu kedokteran gigi sudah ada sejak Fir'aun Ramses II dimana pada masa itu sudah ada tabib ahli gigi dan ditemukan alat kedokteran gigi seperti pinset gigi dan tang pencabut gigi. Kemudian Mesir mendirikan jurusan kedokteran gigi yang wajib ditempuh selama 5 tahun dan 1 tahun magang di klinik gigi. Orang-orang Yunani banyak yang menempuh studi ke Mesir dan kembali ke Athena dengan membawa buku-buku kedokteran gigi. Sedangkan di Arab, tepatnya Baghdad, ditemukan adanya kursi khusus pasien yang akan mendapatkan perawatan gigi.

Pada 500 – 1100 setelah masehi diketahui sudah ada tindakan bedah yang dipraktikkan secara umum oleh biksu sebagai orang yang paling berpendidikan di Eropa. Kemudian ilmu kedokteran gigi kian berkembang hingga memasuki abad ke-18 dimana John Baker melakukan praktek kedokteran gigi pertama kali di Amerika sebelum pindah ke Inggris. Di Amerika sendiri, perkembangan ilmu kedokteran gigi tak lepas dari sejarah pendirian University of Maryland School of Dentistry yang dinobatkan sebagai kampus yang menyediakan fasilitas kedokteran gigi pertama di dunia.

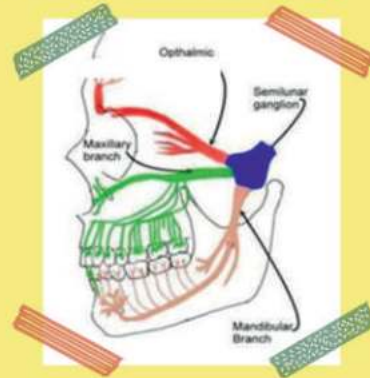
Berdasarkan cuplikan sejarah mengenai perkembangan ilmu kedokteran gigi, tentunya dapat disimpulkan bahwa gigi dan mulut memiliki kompleksitas sendiri dalam penanganannya, namun, tidak dapat lepas dari hubungan ilmu kedokteran umum dimana timbulnya suatu penyakit dapat disebabkan oleh banyak faktor yang mempengaruhinya. Dalam mempelajarinya pun membutuhkan waktu yang sama dengan pendidikan dokter umum untuk itu hargailah profesi seorang dokter gigi ya, Sobat!

Referensi :

[https //dental.id/sudah-tahu-sejarah-ilmu-kedokteran-gigi-baca-aja-disini/](https://dental.id/sudah-tahu-sejarah-ilmu-kedokteran-gigi-baca-aja-disini/)

Mitos atau Fakta

Cabut Gigi Atas Sebabkan Kebutaan



Pasti sudah sering terdengar rumor mengenai cabut gigi sebabkan kebutaan bukan? Hal ini cukup menjadi perdebatan serius dikalangan masyarakat yang menyebabkan menurunnya angka kunjungan ke dokter gigi terlebih ketika sedang sakit gigi akibat terbelenggu dalam ketakutan. Jika dilihat secara anatomi persarafan leher dan kepala, sebenarnya tidak ada hubungan langsung antara saraf gigi dengan saraf mata sehingga hal tersebut merupakan mitos Sobat!

Saraf gigi dan saraf mata berasal dari otak yaitu saraf trigeminus yang memiliki tiga percabangan. Mata dipersarafi oleh saraf optalmikus (berwarna merah), gigi geligi rahang atas dipersarafi oleh saraf maksilaris (berwarna hijau), dan gigi geligi bawah dipersarafi oleh saraf mandibularis. Berdasarkan letak anatomi saraf tersebut dapat dikatakan bahwa pencabutan gigi tidak berkaitan langsung dengan komplikasi pada mata

Jika tindakan pencabutan gigi dapat mempengaruhi saraf maka yang terkena adalah saraf yang berada di sekitar mulut yaitu pada area bibir, lidah, gigi, gusi, dan rahang terlebih pasca pencabutan gigi bungsu. Efek samping dari pencabutan gigisendiri antara lain adalah adanya

perdarahan yang berlangsung lebih dari 12 jam, demam yang menandakan adanya infeksi, mual, batuk, bengkak kemerahan sekitar area pasca pencabutan hingga rasa nyeri yang bisa diatasi dengan mengonsumsi obat pereda nyeri seperti paracetamol

Pencabutan gigi merupakan tindakan terakhir yang dilakukan dokter gigi ketika gigi sudah tidak dapat dipertahankan lagi didalam rongga mulut. Jika area sekitar gigi dijumpai adanya peradangan dan keluhan sakit dari pasien, maka harus disembuhkan dulu sebelum dilakukan tindakan. Jika tetap dilakukan tindakan maka dapat terjadi pesebaran infeksi yang menyebabkan pembengkakan hingga ke daerah mata. Hal ini berkaitan dengan salahnya persepsi yang beredar pada masyarakat mengenai pencabutan gigi geligi terlebih pada rahang atas ya Sobat! Tak lupa juga untuk selalu menjaga kebersihan rongga mulut dengan sikat gigi dua kali sehari!

Referensi:

<https://rsgm.maranatha.edu/2016/12/07/apakah-mencabut-gigi-dapat-menyebabkan-kebutaan/>
<https://doktersehat.com/benarkah-cabut-gigi-menyebabkan-buta/pp>

Grand Launching BEM KM FKG UGM

Kabinet Selaras Asa



Grand Launching merupakan kegiatan pengenalan eksistensi BEM KM FKG UGM Kabinet Selaras Asa kepada lembaga eksekutif fakultas dalam lingkup Universitas Gadjah Mada. Acara yang mengangkat tema karnaval ini dilaksanakan pada hari Jumat, 6 Maret 2020 dan bertempat di Auditorium Margono Soeradji. Kegiatan ini tidak hanya dihadiri oleh anggota BEM KM FKG UGM saja, tetapi juga dihadiri dua perwakilan organisasi fakultas lainnya.

Acara Grand Launching dimulai sekitar pukul 18.30 WIB yang diawali dengan sambutan ketua BEM KM FKG UGM Kabinet Selaras Asa, Daffa Wuri Hassanain. Rangkaian acara berlanjut dengan pemaparan visi, misi, pengenalan organogram, dan program kerja BEM KM FKG UGM.

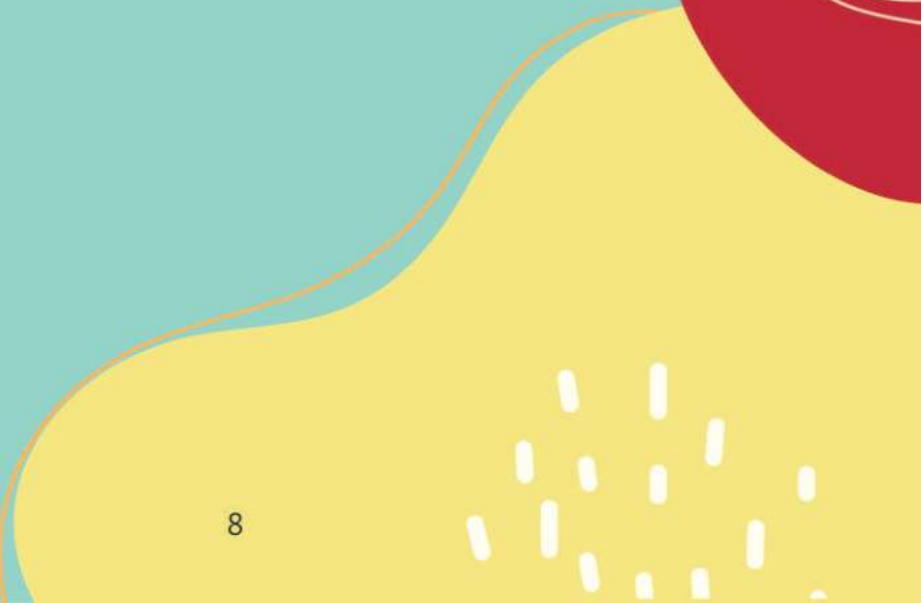


Setelah pemaparan struktur kabinet, acara dilanjutkan dengan pengenalan departemen dan biro beserta program kerjanya. Acara diawali dengan pemutaran video pengenalan ketua departemen dan anggotanya yang terbilang unik. Hal ini karena masing-masing departemen memperkenalkan diri sambil bermain tiktok. Sontak hadirin pun tertawa dan terhibur melihat aksi konyol sekaligus anti-mainstream tersebut.

Tidak lupa, acara Grand Launching juga dimeriahkan oleh hiburan Corona band yang merupakan grup musik mahasiswa FKG UGM angkatan 2019 serta diselingi games tebak lagu yang berhadiah doorprize. Acara ini berlangsung secara meriah dan diwarnai antusiasme anggota BEM serta perwakilan organisasi fakultas yang hadir. Suasana yang didukung dengan dekorasi bak karnaval yang ciamik pun turut menyemarakkan berlangsungnya acara ini.

Acara Grand Launching BEM KM FKG UGM sendiri ditutup sekitar pukul 20.15 WIB dengan foto bersama antara BEM KM FKG UGM Kabinet Selaras Asa dengan perwakilan lembaga eksternal yang hadir. Kemudian, dilanjutkan sesi foto bebas seluruh anggota BEM.

Dengan dilaksanakannya acara Grand Launching ini diharapkan BEM KM FKG UGM Kabinet Selaras Asa semakin dikenal oleh khalayak ramai dan silaturahmi serta kerja sama yang terjalin antara BEM KM FKG UGM dengan lembaga eksekutif baik BEM, LEM, maupun DEMA fakultas di Universitas Gadjah Mada lainnya semakin erat.



Kenal Lebih Dekat Mahasiswa Insy

Vania Khairunnisa Arianti

Karantina berasa lagi liburan bertahun tahun. Saking lamanya, banyak mahasiswa mendedak lupa hari. Setiap hari serasa hari minggu. Ada beberapa mahasiswa yang merasa feeling blessed di situasi seperti ini. Ada beberapa lainnya yang merasa feeling stressed karena menumpuknya tugas-tugas yang menggunung. Namun, sebagai mahasiswa yang sadar akan tanggung jawab sudah seharusnya tetap menjaga produktivitas selama karantina.

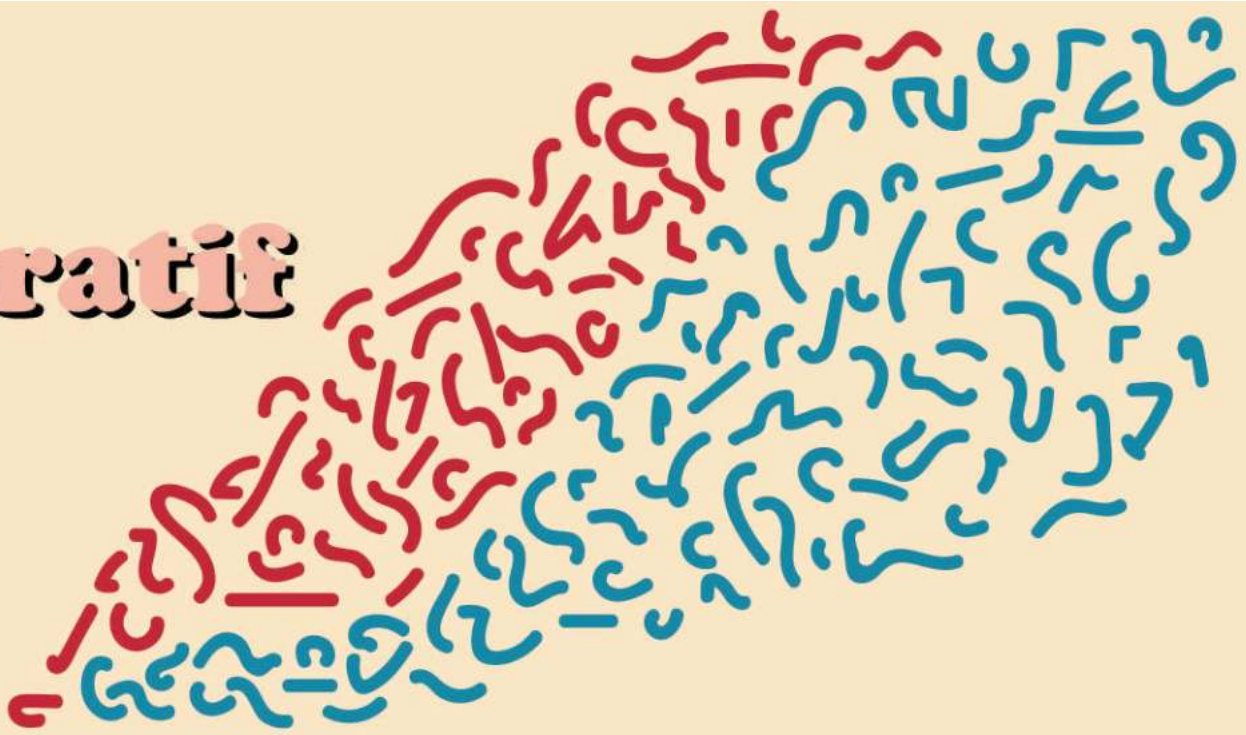
Vania Khairunnisa Arianti, mahasiswa Pendidikan Dokter Gigi Fakultas Kedokteran Gigi Angkatan 2017 bisa kita jadikan inspirasi. Mahasiswa yang biasa dipanggil Vania atau Vani ini merupakan Mahasiswa Berprestasi FKG UGM 2019. Banyak perlombaan yang sudah dimenangi oleh wanita kelahiran Jakarta ini. Mulai dari lomba-lomba nasional bahkan internasional sudah ia raih. Kebanyakan perlombaan yang diikuti adalah lomba simulasi sidang PBB atau lebih dikenal dengan MUN(Model United Nation). Tak hanya itu, Vania juga pernah memenangkan lomba literature review pada Dentistry Creative Week yang diselenggarakan FKG Universitas Padjajaran pada 2019 lalu. Penghargaan ini menjadi lomba perdana Vania di bidang kedokteran gigi.

Mahasiswa panutan satu ini sudah tidak perlu diragukan lagi. Akademik dapat dilalui. Non akademik pun dapat dihajar. Selain aktif di MUN UGM, Vania juga diamanahi menjadi Asisten Praktikum Anatomi FKG UGM dan Steering Committee Marketing & Communication event besar FKG UGM, Dental Project 2020.

Perempuan yang mendapat kesempatan exchange ke Thailand pada awal tahun ini tidak lupa bagaimana membahagikan diri sendiri selama karantina. Di sela-sela kesibukannya memahami materi kuliah dan membuat skripsi, ia me-refresh diri dengan menekuni hobi memasak dan menonton drama korea ataupun film. Ia juga tidak lupa untuk tetap menjaga kebugaran tubuh dengan tetap bergerak selama karantina dengan berolahraga dan melakukan pekerjaan rumah seperti mengepel. Menurut pendapatnya, ibadah juga bisa jadi pilihan untuk mengisi masa karantina karena dapat menjadi penenang di kala situasi Covid-19 yang mencemaskan ini.



piratif



Walaupun banyak yang sudah diraih selama tiga tahun kuliah di FKG UGM tidak mengugurkan semangat Vania Khairunisa Arianti untuk memiliki mimpi yang lebih tinggi lagi. Vania bercita-cita setelah mendapatkan gelar profesi dokter gigi, ia ingin melanjutkan kuliah di Inggris. Vania percaya dengan adanya kerja keras, persisten dan keyakinan kepada Allah SWT, semua yang dirasa tidak mungkin menjadi mungkin. Hal tersebut juga tidak lepas dari adanya motivasi dari keluarga dan orang-orang yang menginspirasi Vania.



PORKG

Tak terasa sudah tiba saatnya PORKG 2020. PORKG merupakan singkatan nama dari Pekan Olahraga Kedokteran Gigi. PORKG ini adalah program kerja dari Departemen Minat dan Bakat BEM KM FKG UGM yang memfasilitasi adanya pertandingan setiap tahunnya. Pada tahun ini, PORKG menjadi event perdana bagi Angkatan 2019 sebagai Angkatan baru di FKG UGM. Angkatan ini memang punya nama yang sama seperti virus yang jadi perbincangan akhir-akhir ini yaitu Corona. Namun, Corona yang satu ini tidak merugikan kok malahan mengadakan PORKG yang sayang jika dilewatkan sahabat dentisia. PORKG terdiri dari 6 cabang olahraga yaitu sepakbola, futsal, basket, bulutangkis, voli, dan PES.



PORKG ini dijadikan momentum para civitas akademika Fakultas Kedokteran Gigi untuk kabur sejenak dari hiruk pikuk kehidupan perkuliahan di Kedokteran Gigi. Pesertanya pun tidak hanya mahasiswa S1 saja tetapi benar-benar seluruh keluarga FKG UGM, mulai dari mahasiswa S1, coass, residen, dosen bahkan karyawan juga ikut meramaikan PORKG. Sesuai dengan tema yang diambil pada tahun 2020 ini yaitu Teamworks Makes The Dream Work, PORKG diharapkan dapat mengajak setiap angkatan untuk memiliki kerja sama yang baik untuk mencapai kemenangan tanpa melupakan nilai sportifitas dan solidaritas. Pada dasarnya diadakannya PORKG bertujuan untuk mempererat hubungan persaudaraan dan kedekatan, baik sesama angkatan maupun antar angkatan.

PORKG



Ketua pelaksana PORKG 2020, Emmanuela Widya, PDG Genap 2019 menuturkan apabila mengemban amanah menjadi ketua pelaksana dirasa cukup melelahkan. Event yang dapat berjalan menarik dan seru tentu tidak lepas dengan adanya beberapa kendala. Tidak bisa dipungkiri apabila reschedule sering terjadi dikarenakan adanya tabrakan waktu antara jadwal pertandingan yang ditentukan dengan jadwal perkuliahan yang sudah cukup padat. Ketidaksediaan tempat juga memaksa panitia mengadakan PORKG 2020 di luar FKG UGM dengan menyewa lapangan yang jaraknya cukup jauh dari FKG UGM. Adanya pandemik Covid-19 pun sempat menyebabkan tertundanya PORKG 2020.



After Event Makrab Paragatidarya

Malam Keakraban atau yang biasa disingkat Makrab tentunya sudah tidak asing ditelinga Sahabat Dentisia, bukan? Pada tanggal 1-3 Februari 2020 yang lalu, telah dilaksanakan Malam Keakraban bertempat di Agrowisata Bhumi Merapi. Acara ini merupakan program kerja Departemen Pengembangan Sumber Daya Mahasiswa BEM KM FKG UGM. Seperti namanya, Malam Keakraban tentunya bertujuan untuk saling mengakrabkan dan menghilangkan kesenjangan sosial antara mahasiswa baru FKG UGM dengan mahasiswa lama serta dosen di FKG UGM. Kegiatan ini juga membuktikan bahwa tidak ada senioritas di FKG UGM loh! Wah hebat ya, Sobat!

Makrab ini rutin diadakan setiap tahunnya dan memiliki tema yang berbeda. Pada tahun ini mengangkat tema "*Paragatidarya*" yang berarti empat tindakan berbudi. Hal ini selaras dengan *grand design* BEM KM FKG UGM yaitu PEKA (Peduli, Etis, Kolaboratif, dan Aktif) yang selama ini dirasa masih kurang diterapkan sesuai dengan apa yang diharapkan terutama di lingkungan FKG UGM. Makrab kali ini dihadiri oleh FKG Angkatan 2019 yang memiliki julukan "*Corona*" sebagai peserta makrab, dan FKG Angkatan 2018 atau "*Orifice*" sebagai panitia, serta mahasiswa angkatan atas lainnya dan juga dosen sebagai pengisi acara. Penasaran kegiatan apa aja sih yang kita lakuin? Yuk simak bersama, Sobat!

Pada hari pertama, diawali dengan berkumpulnya panitia dan peserta di FKG UGM yang kemudian bersama-sama ke lokasi makrab menggunakan bis. Sesampainya di lokasi, cuaca tidak mendukung, sehingga panitia dan peserta bahu membahu mengevakuasi barang bawaan dan terpaksa menunda rangkaian acara hingga hujan reda. Saat malam hari, dilaksanakan api unggun dan *sharing* antar angkatan. Kegiatan ini dilakukan kedua angkatan dengan duduk melingkari api unggun yang berada di tengah.





Pada hari kedua, rangkaian acara dilanjutkan dengan tracking atau jelajah alam yang disertai pos games. Kegiatan ini nih yang paling ditunggu-tunggu para peserta, pastinya seru dan pecah abis! Banyak canda tawa yang tercipta disana. Selain itu ada juga games antar angkatan yang semakin

memeriahkan suasana. Setelah seharian bermain air dan lumpur, pada malam hari kegiatan dilanjutkan dengan malam inagurasi. Angkatan *Corona* menampilkan drama musikal yang disaksikan dengan antusias oleh mahasiswa berbagai angkatan. Selain drama, terdapat pula penampilan band setiap angkatan di FKG UGM loh! Udah berasa nonton konser deh!

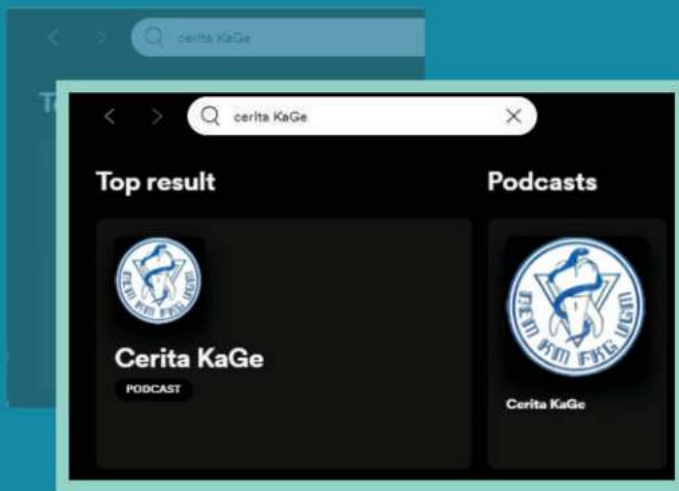
Pada hari ketiga sekaligus hari terakhir, diadakan senam bersama dan kepeemanduan yang kemudian dilanjutkan acara hearing dekanat. Sesi *hearing* dekanat yang dihadiri oleh Dr. drg. Ahmad Syaify, Sp.Perio (K), drg. Tetiana Haniastuti, M. Kes., Ph.D., drg. Hendri Susanto, M.Kes., Ph.D., Dr. drg. Juni Handajani, M.Kes., Ph.D., Prof. Dr. drg. Regina Titi Christinawati Tandelilin, M.Sc., drg. Trianna Wahyu Utami, MDSc., Ph.D., dan drg. Ivan Arie Wahyudi, M.Kes., Ph.D. *Hearing* dekanat berlangsung selama tiga jam. Angkatan *Corona* dipersilakan untuk menyampaikan pertanyaan atau permasalahan apapun mengenai FKG UGM setelah menempuh perkuliahan selama satu semester. Rangkaian kegiatan makrab berakhir dengan penghargaan atau *awarding* dan dilanjutkan dengan penutupan.

Wah, seru banget ya, Sahabat Dentisia! Semoga dengan adanya kegiatan seperti ini, dapat membantu mahasiswa baru untuk beradaptasi dengan lingkungan yang baru juga ya!



Halo rekan KaGe! Seperti judulnya, di artikel ini Podcast Cerita Kage mau kenalan nih. Yup, BEM KM FKG UGM sekarang bikin podcast!

Untuk mencerahkan hari-hari kalian ditengah hiruk-pikuk dunia, kini tak usah khawatir mencari kegiatan ataupun mencari doi sebagai sumber kebahagiaan karena kini BEM KM FKG UGM menghadirkan podcast Cerita Kage yang bisa didengar di platform Spotify. Episode Cerita KaGe selalu keluar tiap bulan dengan topik yang berbeda tentunya, dan narasumber-narasumber yang seru abis!



Podcast Cerita Kage

Podcast Cerita Kage ini dikemas dengan asik dan fresh biar memanjakan telinga kalian sambil stay up to date. Cerita KaGe bakal membahas beragam topik dari bikin kalian mengenal lebih dekat lagi FKG UGM, momen keseharian yang dialami mahasiswa FKG UGM, sampai wawancara dengan narasumber yang punya banyak cerita menginspirasi.

Kalau diibaratkan minuman nih, podcast KaGe bakal jadi kopi yang setia nemenin ngerjain tugas laporan, ataupun kamu enjoy di pagi hari buat ngebooster semangat. Kamu gasuka kopi? Cerita KaGe juga bisa jadi es cendol dawet yang bikin seger passiang-siang!

Nah, kita kan udah kenal.. gimana kalo sekarang kamu coba dengerin? Siapa tahu sayang, hihi.

Things to do

Ketika Stay at Home

Olahraga

Momen stay at home bisa dimanfaatkan oleh sobat dentisia untuk melakukan olahraga indoor yang tentunya dapat menjaga dan meningkatkan kesehatan, kebugaran, serta daya tahan tubuh. Sobat dentisia dapat melakukan olahraga ringan seperti skipping, push up, squat thrust, plank, senam aerobik, dan yoga untuk mengisi waktu selagi di rumah saja. Lakukan olahraga ini dengan intensitas sewajarnya dan jangan lupa imbangi dengan asupan cairan yang cukup.



Melakukan Hobi

Kesibukan terkadang membuat kita harus mengorbankan waktu untuk melakukan hal-hal yang digemari. Kesempatan *stay at home* ini dapat dimanfaatkan untuk melakukan hobi lama, misalnya mengcover lagu, bermain alat musik, melukis, berkebun, memasak, dan sebagainya. Kegiatan-kegiatan seperti ini dapat menjadi *stress relieving* untuk melepas kejenuhan lho, Sobat!

Menata Ulang Ruangan

Rasa bosan di rumah biasanya timbul karena kita melihat sudut ruangan yang sama setiap saat. Nah, sobat dentisia dapat mencoba untuk mengatur ulang ruangan sehingga tampak lebih fresh dan nyaman. Kegiatan ini mampu mempengaruhi sisi psikologis dan melatih kreativitas, lho.

Menonton Film

Menonton film dapat dijadikan sebagai sarana untuk mengusir kepenatan selama *stay at home*. Tidak melulu film saja, sobat dentisia juga dapat menonton drama atau *channel* Youtube bersama keluarga. Selain menghibur, kegiatan ini dapat menjalin kedekatan antar anggota keluarga.

MOVIE TO WATCH

ie to watch ▶ movie to watch ▶ movie to watch ▶ movie to wa

KNIVES OUT



Knives Out merupakan film drama misteri yang mengisahkan teka-teki pembunuhan novelis ternama dan kaya raya, Harlan Thrombley, yang tewas di ulang tahunnya ke-85. Seorang anonim menyewa detektif swasta terkenal, Benoit Blanc (Daniel Craig), untuk menyelidiki dan menguak siapa anggota keluarga yang tega merencanakan pembunuhan terhadap Harlan. Dengan hadirnya sejumlah jokes dan plot twist tak terduga, film ini sangat direkomendasikan bagi sobat dentisia yang ingin menyaksikan petualangan detektif dengan sensasi berbeda.

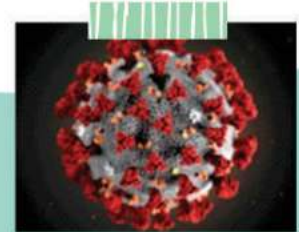
READY PLAYER ONE

Ready Player One merupakan salah satu tontonan wajib bagi sobat dentisia yang menggemari film bergenre fiksi ilmiah. Film ini menghadirkan kisah dunia realita virtual bernama OASIS yang diciptakan sebagai pengganti dunia nyata yang sedang di ambang kehancuran. Awalnya, kehidupan OASIS terasa damai hingga penciptanya, James Halliday, meninggal dunia dan menyisakan warisan berupa easter egg (pengendali dunia OASIS secara penuh) yang diincar dan diperebutkan oleh banyak orang.



COVID-19

Sejak akhir bulan Desember 2019, dunia mulai dihebohkan dengan munculnya virus baru yang teridentifikasi sebagai virus Covid-19 atau virus Corona. Virus ini berawal dari kota Wuhan, China, dan kemudian menyebar luas ke seluruh dunia karena penularannya yang sangat cepat dari manusia ke manusia.



Virus Covid-19 dapat menular melalui droplet atau cairan yang keluar saat berbicara, batuk, dan bersin. Gejala umum yang ditimbulkan adalah batuk, demam, dan sesak nafas dan biasanya muncul dalam 2-14 hari.

Namun, tidak perlu khawatir karena orang yang terinfeksi oleh virus Corona dapat sembuh dengan cara meningkatkan sistem imun tubuh kita. Hal tersebut dapat terjadi virus ini dapat dilawan oleh sistem imun tubuh manusia, dengan kata lain termasuk self-limited disease.



Berbagai negara di dunia juga sudah berhasil untuk menekan penyebaran dan menangani virus Corona di negaranya. Contoh negara yang diakui sangat berhasil dalam penanganan virus Corona adalah Korea Selatan. Di Korea Selatan, dilakukan pengujian virus Corona dengan sangat luas dan sangat banyak setiap harinya. Hal ini membuat pemerintah mudah mendeteksi orang-orang yang sudah terinfeksi virus Corona dan penyebarannya dapat dihentikan. Selain itu, dilakukan juga tes virus Corona dengan sistem drive thru sehingga meminimalisir kontak dengan tenaga medis dan orang-orang lain yang juga mengikuti uji virus Corona. Pelayanan kesehatan yang mencukupi dan diberlakukannya sistem triase, pasien dengan gejala berat saja yang dirawat, di rumah sakit menjadikan pasien dengan gejala berat dapat tertangani dan tingkat kematian di Korea Selatan rendah.

Opini: Pendapat Mereka



"Kuliah daring di FKG ini pakai eLisa (sistem yang disediakan oleh UGM) baik pemberian soft file materi, ujian blok, kuis, maupun tugas. Ada dosen yang memberi materi power point saja, ppt beraudio, atau video pembelajaran, selain itu juga ada kuliah online melalui aplikasi Zoom/Webex. Menurut saya, masih banyak kekurangan karena kuliah online ini lebih mementingkan sinyal bagus daripada materi dimengerti oleh mahasiswa."

Umaeroh, Pendidikan Dokter Gigi '18



"KBM sesuai jadwal biasa dan dilakukan secara daring melalui Webex. Bahan ajar diberikan ke salah satu perwakilan lewat email. Seringkali info kelas masih belum pasti dan room Webex dari dosen mendadak. Untuk sistem UTS, pakai eLisa atau manual mengirim email ke dosen. Tipe ujiannya tergantung dosen, ada yang open book atau close book, ada yang diketik atau tulis tangan lalu discan, nah nanti hasil scan tulis tangan itu saat keadaan kembali normal harus dikumpulkan, dan engga ada tugas sih. Harapannya, presensi kuliah online tidak memberatkan mahasiswa karena kalau sedang situasi genting seperti ini yang penting adalah substansinya bukan administrasi."

Andi Mahardika, Peternakan '17



"Kegiatan belajarnya menggunakan aplikasi Zoom, Skype, Webex, sedangkan UTS menggunakan sistem paper. Kalau tugas lewat Simaster dan diketik. Menurutku, kuliah online sangat positif karena menumbuhkan jiwa introvertku dan jiwa magerku. Harapannya, semoga covid segera usai tetapi libur jangan usai."

**Fadia Pratista,
Dept. Ekonomi Pembangunan '18**

Tentang Kuliah Online?

Halo, **Sahabat Dentisia!** Selama social distancing ini banyak kegiatan kita yang udah direncanakan dengan matang, tapi terpaksa harus ditunda maupun diubah menyesuaikan keadaan. Termasuk salah satunya, kewajiban kita sebagai mahasiswa nih, yap kuliah! Kira-kira apa ya bedanya kuliah online di FKG UGM dengan fakultas lain?

"Tergantung dosen pengampunya, ada dosen yang share materi aja melalui Whatsapp, eLisa, dan Simaster (sistem yang disediakan oleh UGM) lalu diberi tugas. Ada juga dosen yang menjelaskan dan membuka diskusi melalui whatsapp atau Webex. Kalau UTS melalui simaster beragam, ada yang open book, close book, discan, ataupun diketik. Tugas lebih santai sih, bisa lewat eLisa atau Whatsapp. Sipil kan ada tugas besar, nah tugas itu diundur sampai covid-19 ini selesai. UAS ditiadakan, penilaiannya diganti tugas. Kalau menurut aku, kuliah daring cukup menjadi solusi sih buat kita yang harusnya ada perkuliahan di tengah kondisi seperti ini. Lagipula dengan kuliah online, temen-temen yang biasanya malu dan takut untuk tanya ke dosen sekarang jadi berani gitu."

Diva Alma, Teknik Sipil '18



"Selama WFH ini KBM online menggunakan Webex atau Hangout Meet, selanjutnya dosen membagikan materi di Simaster dan engga ada tugas. UTS-nya beragam, ada yang dikerjakan melalui platform Elok (sistem e-learning UGM), melalui Simaster bentuknya seperti tugas harus upload file, atau menggunakan Google Form. Semua itu pengumpulan dan pengerjaan UTS udah by sistem jadi kalau melebihi jam yg ditentukan otomatis tidak terkumpul. Kalau diprodiku, sebelum UTS ada program belajar bareng, dengan sistem online lebih enak karena ga perlu berangkat ke kampus, cari ruangan, dan lebih fleksibel menentukan waktu. Selain itu karena yang ikut banyak, materi yg disampaikan lebih merata baik audio maupun visual karena tidak terhalang mahasiswa lain. Susahnya ketika ada praktikum ataupun kegiatan lapangan yang menunjang perkuliahan harus dilaksanakan online. Harapannya, semoga pandemi ini segera berlalu dan semuanya segera berjalan normal."

Faisal Reza, Kartografi dan Pengindraan Jauh '18



Zoom versus WebEx

Zoom adalah aplikasi gratis yang bergerak pada layanan konferensi video yang menjadikannya sebagai salahsatu aplikasi pilihan masyarakat selama masa *work from home* ini. Aplikasi ini menyediakan beberapa fitur yang tentunya memudahkan penggunanya. Fitur-fitur ini diantaranya adalah *host a meeting* yang memberi akses salahsatu peserta menjadi pemimpin kegiatan, *schedule and join a meeting* dimana *host* dapat menjadwalkan kegiatan yang akan datang, *share screen* dimana pengguna dapat menampilkan media yang ingin dibahas serta *virtual background* yang digunakan untuk mengganti latar belakang pengguna. Namun, aplikasi Zoom pada dasarnya hanya memiliki batas pertemuan selama 40 menit jika dengan maksimal peserta hanya sampai 100 orang. Selain itu keunggulan yang dimilikinya, Zoom pernah mendapat adanya laporan terkait tingkat keamanan dan privasi dimana Zoom menggunakan enkripsi non-standar yang mudah diretas sehingga memungkinkan adanya spionase bagi perusahaan atau instansi pemerintahan jika sedang mengadakan konferensi. Hal ini ditanggapi langsung oleh Zoom dan berjanji untuk meningkatkan fitur keamanan dan privasi pada versi terbarunya. Hingga saat ini tidak ditemukan adanya laporan yang sama pasca peluncuran versi terbaru.

Pada aplikasi WebEx memiliki fasilitas dan fitur yang hampir sama dengan Zoom. Keunggulan aplikasi ini adalah dapat melakukan konferensi video dengan peserta lebih dari 100 orang, dapat melakukan *file transfer* tanpa meninggalkan aplikasi, dan *chat room*. Terkait dengan keamanan dan privasi, WebEx dinilai telah menanamkan sistem dengan pola *end-to-end encryption* dimana pesan yang dikirim pengguna disembunyikan secara otomatis oleh sistem dan hanya penerima yang dapat melihatnya sehingga meminimalisir adanya peretasan.

Kedua aplikasi ini pada dasarnya merupakan aplikasi dengan fungsi yang sama dengan keunggulannya masing-masing. Terkait dengan tingkat keamanan keduanya sudah meningkatkan standarnya sehingga kejadian serupa tidak terjadi lagi. Nah, kira-kira selama *work from home* ini, Sobat lebih suka menjadi pengguna Zoom atau WebEx?

Referensi:

<https://ict.ipb.ac.id/wp-content/uploads/2020/03/Manual-Cisco-Webex-rev1-Non-Graphical.pdf>

<https://www.bbc.com/indonesia/majalah-52215642>

<https://www.harapanrakyat.com/2020/04/fitur-di-aplikasi-zoom-yang-memudahkan-pertemuan-online/>

MITOS ATAU FAKTA?

Bawang Putih di Pergelangan Tangan untuk Redakan Sakit Gigi

Ingatkah Sahabat, pada pertengahan tahun 2019 viral unggahan status facebook mengenai penempelan bawang putih di pergelangan tangan dapat meredakan sakit gigi? Unggahan ini tentu menjadi trending topic diantara masyarakat. Pemilik akun facebook tersebut menjelaskan bahwa sebelum bawang ditempelkan, bawang putih harus digeprek terlebih dahulu kemudian dilekatkan menggunakan lakban agar tidak jatuh. Pemilik akun juga menambahkan bahwa penempelan bawang putih dilakukan selama 15 – 20 menit saja terlebih bagi yang memiliki kulit sensitif, namun, pemilik akun mengaku melakukannya selama satu jam hingga rasa nyeri gigi yang dirasakannya mereda. Cepatnya informasi ini menyebar menyebabkan tak sedikit masyarakat yang mempercayai hal ini dan mempraktekkannya. Lantas, terbuktikah kebenarannya?



Seiring dengan berjalannya waktu, banyak masyarakat mengeluhkan kulitnya melepuh disertai dengan sensasi terbakar setelah mencoba tips ini. Alih-alih mengobati sakit gigi, kulit melepuhlah yang dimilikinya sehingga tips ini menuai banyak kontroversi yang membingungkan masyarakat.

Lantas, benarkah bawang putih pada pergelangan tangan dapat meredakan sakit gigi? Jawabannya adalah tidak. Sakit gigi terjadi akibat adanya lubang pada gigi atau dikenal sebagai karies gigi. Karies gigi disebabkan oleh akumulasi produk bakteri seperti *Streptococcus mutans* yang bersifat asam. Karies gigi dapat meluas hingga ke pulpa dan membuatnya sebagai stimulus nyeri bagi saraf trigeminus, saraf dari otak yang mempersarafi gigi geligi, apabila tidak segera dilakukan perawatan. Saraf trigeminus ini diketahui tidak mempersarafi pergelangan tangan sehingga penempelan bawang putih tidak berpengaruh terhadap sakit gigi melainkan hanya sebagai pengalih nyeri.

Namun, bawang putih memiliki kandungan yang dapat meredakan sakit gigi diantaranya mengandung vitamin C, fosfor, kalsium, dan sejumlah zat aktif seperti alicin. Alicin merupakan antibakteri dimana zat tersebut akan merusak dinding sel bakteri sehingga bawang putih bersifat bakterisidal dan bakteriostatik. Penggunaan bawang putih yang tepat untuk meredakan sakit gigi adalah secara oral baik dapat dikonsumsi langsung atau dibuat menjadi pasta dengan menambahkan garam dan cengkeh kemudian oleskan pada area yang dirasa nyeri.

Referensi :

<https://www.liputan6.com/cek-fakta/read/4010228/cek-fakta-menempelkan-bawang-putih-di-pergelangan-tangan-bisa-obati-sakit-gigi>
<https://repository.unej.ac.id/bitstream/handle/123456789/84600/1%20PUTU%20ERLANGGA%20WIBAWA%2011610101096%20%23.pdf?sequence=1>

PLAYLIST

Tik-Tok

Powfu – Death Bed
Benee – Supalonely
Doja Cat – Say So
Dua Lipa – Don't Start Now
Surfaces – Sunday Best
Opaul – Freddie Dredd
Public – Make You Mine
Potret – Bagaikan Langit
Zico – Any Song
Justin Bieber ft. Quavo – Intentions
Trevor Daniel – Falling

Karena gacuma butuh perhatian doi, kita juga butuh goyang.



Dalgona Matcha

karena Karantina

Perlu Banyak Rasa

Kuliah Online jadi salah satu rutinitas wajib bagi mahasiswa selama karantina #dirumahaja. Kuliah Online dijadikan pilihan untuk mengganti kuliah tatap muka sebagai upaya realisasi himbauan pemerintah yaitu social distancing. Tak heran jika muncul istilah baru di kalangan para mahasiswa yang menyebut kuliah berbasis daring ini dengan sebutan kulon. Kuliah yang dilakukan #dirumahaja menyebabkan mahasiswa memiliki banyak waktu luang. Banyak mahasiswa yang mengisi kekosongan dengan mencoba hal baru, salah satunya dengan mencoba resep yang lagi jadi trend akhir akhir ini yaitu dalgona coffee. Dalgona coffee jadi pilihan menarik bagi para penikmat kopi. Lalu, bagaimana dengan orang-orang yang tidak suka dengan kopi? Tenang, Dalgona Matcha bisa jadi pilihannya. Berikut langkah-langkah mudah membuat Dalgona Matcha yang sahabat dentisia bisa coba #dirumahaja.

Alat dan Bahan:

- 1 sachet choccholatatos matcha
- 1 sendok makan whipped cream powder
- Susu murni cair dingin
- Es batu
- Mangkuk
- Mixer
- Gelas
- Sendok

Langkah-Langkah:

1. Campurkan 1 sachet bubuk choccholatatos matcha, 1 sendok makan whipped cream dan 3 sendok makan susu cair dingin ke dalam mangkuk
2. Kocok semua bahan dengan menggunakan mixer sampai tekstur berubah menyerupai foam.
3. Tuangkan susu murni cair ke dalam gelas dan tambahkan foam dalgona matcha di bagian permukaan susu. Apabila berhasil, foam dalgona matcha akan mengambang di bagian permukaan susu, foam dalgona matcha akan mengambang di bagian permukaan susu.

good things that happened in 2020

Januari, Februari, Maret dan April berturut-turut bikin keringet dingin. Ibarat naik roller coaster pakai penutup mata kita dibikin jantungan beberapa kali sambil nebak-nebak kapan dan apa hal yang nunggu didepan. Capek nggak? Rasanya 2020 berasa bakal jadi tahun yang nggak banget buat kamu?

Eits, seperti cicak yang gapemah bosan menempel di dinding dan diam-diam merayap, kita juga gaboleh bosan-bosan melihat suatu hal dari berbagai sudut pandang, jadi berikut beberapa berita yang udah kita rangkum khusus buat kamu!

1 Pasien kedua yang sembuh dari HIV/AIDS

Adam Castillejo dalam The New York Times mengungkapkan identitasnya yang selama ini lebih dikenal sebagai "London Patient". Adam menerima transplant sumsum tulang dalam usaha pengobatan kanker yang dimilikinya, tapi nggak cuma kanker, imun sistemnya juga berhasil ngalahin HIV yang dia punya! Adam berharap dengan mengungkapkan dirinya ke publik, dia bisa jadi ambassador of hope bagi semua orang. keren ya!

2 Pelantikan Presiden Wanita Pertama Yunani

Di 2020 ini, Katerina Sakellaropoulou resmi menjadi presiden wanita pertama di Yunani. Ditengah-tengah kekacauan global, beliau mengambil sumpah jabatan didepan beberapa pejabat dan media setelah terpilih melalui parlemen negara. Sebelum menjabat sebagai presiden, Katerina Sakellaropoulou menjabat sebagai hakim pengadilan tinggi di Yunani. Beliau mengatakan, "Sudah waktunya bagi para wanita di negara ini untuk menyadari bahwa mereka dapat mencapai impian mereka, dengan kemampuan mereka sendiri, tanpa menghadapi hambatan hanya karena mereka dilahirkan sebagai wanita." Wihh Bu Katarina emang panutan banget!

3 Misi Lima Tahun European Space Agency

European Space Agency (ESA) memulai misi meluncurkan robot kolektor sampah multi-armed ke orbit tahun 2025! Misinya? mengambil satu keping sampah, yang disebut Vespa, yang ditinggalkan oleh peluncur Vega ESA pada tahun 2013. Peluncuran ke luar angkasa selama 60 tahun terakhir meninggalkan sisa-sisa roket, ribuan satelit yang mati dan ratusan ribu fragmen yang berantakan mencemari geostasioner dan orbit bumi kita. "Bayangkan betapa berbahayanya berlayar di laut lepas jika semua kapal yang pernah hilang dalam sejarah masih melayang di atas air," kata Jan Wörner, direktur jenderal ESA. "Itulah situasi saat ini di orbit." Itulah mengapa misi ini penting banget! Misi ini bisa jadi akan membukakan pintu bagi operasi pembersihan luar angkasa lainnya di masa depan.

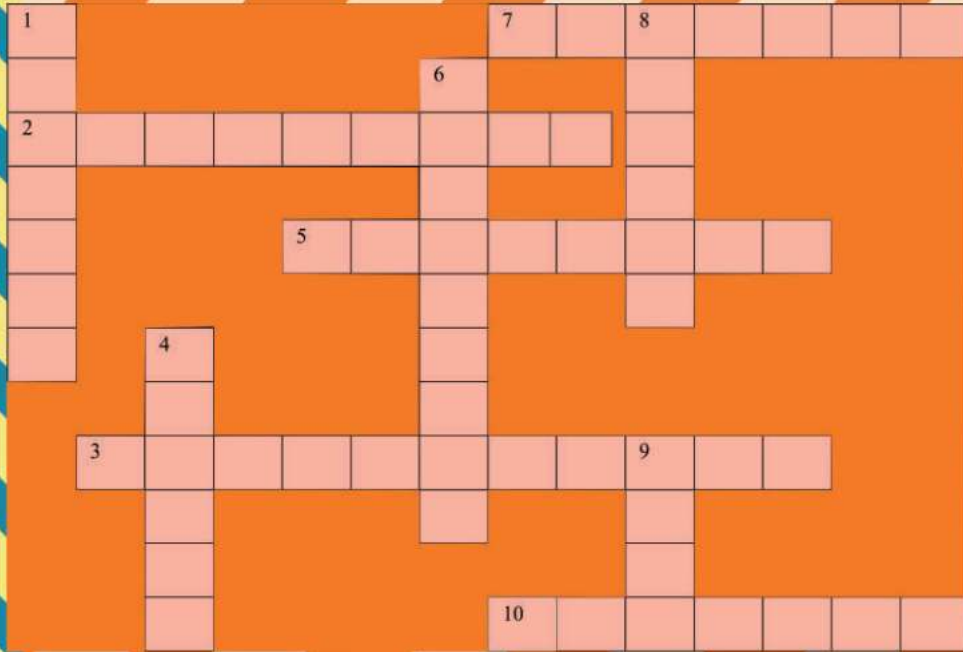
4 Free Courses!

Bosen lihat drama korea sampai mata perih? Kamu bisa banget belajar skill baru di momen physical distancing yang belum tentu bakal terjadi lagi ini! Kapan lagi kita bisa kuliah di kasur? Kamu sekarang punya lebih banyak waktu buat mengeksplorasi diri sendiri dari berbagai aspek! Sungguh impian semua anak kuliah. Mau belajar masak? Bikin resep baru dalgona coffee versi kamu? Sambel dalgona misalnya? Di masa study at home dan work from home ini berbagai situs menawarkan akses kelas gratis selama COVID-19 yang tentunya sayang buat kalian lewatkan. Mulai dari kesehatan mental, kalkulus, origami, gitar, statistik sampai personal branding bisa kamu pelajari sebagai skill tambahan personal kamu!

Last but not least, kamu yang sekarang diberi kesehatan, dikelilingi keluarga ataupun sendirian, adalah good things that happened in 2020. Percaya atau nggak, udah ribuan momen "nggak bakal bisa" yang kamu ubah jadi "bisa" sejak kamu belum belajar ngomong sampai sekarang dah pinter bikin tweet. Krisis global ini pasti juga bisa kita lewati bareng-bareng!

Jadi, apa momen baik versimu yang pingin kamu wujudin di 2020?

SILANG



Mendatar :

- 2. Nama lain orthopantomogram (OPG)
- 3. Dokter spesialis konservasi gigi
- 5. Celah di antara dua gigi yang berdekatan
- 7. Cairan untuk sterilisasi alat medis
- 10. Proses pembersihan dental calculus dan plak gigi

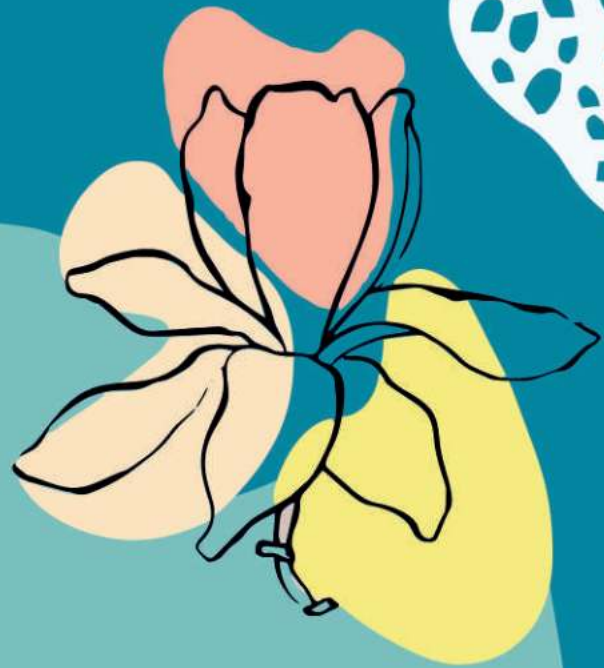
Menurun :

- 1. Keadaan gigi gagal erupsi dengan sempurna pada posisi yang seharusnya
- 4. Prosedur medis untuk memperbaiki ukuran, bentuk, fungsi, dan warna gigi
- 6. Alat kedokteran gigi untuk membongkar tumpatan sementara dan membersihkan jaringan karies gigi yang lunak
- 8. Gigi berlubang, rusaknya jaringan keras gigi
- 9. Ilmu kedokteran gigi yang mempelajari segala sesuatu tentang kesehatan gigi anak

SILANG

TITIP SALAM

dentisia



Dari : 11737
Untuk : 11723
Pesan :

hey udahan yu ngambeknya

Dari : nisa
Untuk : banna
Pesan :

sayinghehe

Dari : asisten anatomi
Untuk : corona 2019
Pesan :

apakah kalian senang ga ada praktikum anat2? ygjujura wkwk

Dari : aku
Untuk : anak anak sealiran
Pesan :
yang ga pernah kuliah mana suaranya

Dari : brigitta 11741
Untuk : masnya yang keren
Pesan :
stay safe ya mas terus ciptakan hal hal positif untuk sekitar semangaatt

Dari : aku
Untuk : aku
Pesan :
halo sayang



SNAPSHOT!



MAKRAB PARAGATIDARYA



OPEN HOUSE BEM KM FKG UGM



PORKG





GRAND LAUNCHING BEM FKG

MATRIKULASI STAFF BARU



UPGRADING STAFF TINGKAT II



SNAPSHOT!



idul fitri

1 Syawal 1442 H

IDUL FITRI
IDUL FITRI
IDUL FITRI





SOON COMINGSOON COMIN
SOON COMINGSOON COMIN
SOON COMINGSOON COMIN
SOON COMINGSOON COMIN
SOON COMINGSOON COMIN
SOON COMINGSOON COMIN
SOON COMINGSOON COMIN
SOON COMINGSOON COMIN
SOON COMINGSOON COMIN
SOON COMINGSOON COMIN
SOON COMINGSOON COMIN
SOON COMINGSOON COMIN
SOON COMINGSOON COMIN
SOON COMINGSOON COMIN
SOON COMINGSOON COMIN
SOON COMINGSOON COMIN
SOON COMINGSOON COMIN
SOON COMINGSOON COMIN
SOON COMINGSOON COMIN
SOON COMINGSOON COMIN
SOON COMINGSOON COMIN
SOON COMINGSOON COMIN
SOON COMINGSOON COMIN

SOON COMINGSOON COMIN

K O K #5

Return of a New Revolution

