



## Yogya Menuju Bebas Osteoporosis

**YOGYA (MERAPI)** - Sekitar 5.000 orang mengikuti senam dan jalan sehat bersama di Jalan Ipda Tut Harsono depan rumah dinas Walikota Yogyakarta, Minggu (1/12). Kegiatan dalam rangka Hari Osteoporosis Nasional bertajuk Generasi Bergerak bersama Anlene ini mengajak warga untuk mencegah kerapuhan tulang atau osteoporosis.

Marketing Manajer Fonterra Brands Indonesia produsen Anlene Arief Tjakraamidjaja mengatakan, dua dari lima orang di Indonesia berisiko terkena osteoporosis. Sebagian besar masyarakat Indonesia memiliki gaya hidup yang kurang aktif dengan rata-rata 7 jam kerja sehari.

"Masyarakat jarang berolahraga secara rutin dan belum semuanya paham tentang kebutuhan asupan kalsium. Inilah yang melatarbelakangi generasi bergerak dan komitmen menuju Yogyakarta bebas osteoporosis," terang Arief.

Pencegahan osteoporosis ini juga menggandeng pemerintah dengan ditandatangani Komitmen Menuju Yogyakarta Bebas Osteoporosis antara Fon-



MERAPI-TRI DARMİYATI

**Ribuan warga mengikuti senam dan jalan sehat.**

terra Brands dan Pemda DIY. Kerja sama ini sebagai bentuk pencanangan program edukasi pencegahan osteoporosis kepada masyarakat melalui Dinas Kesehatan dan Tim Penggerak PKK di 20 kelurahan.

Kegiatan ini berupa pelatihan bagi tenaga medis dan sosialisasi pencegahan osteoporosis kepada warga melalui kader PKK. Ini merupakan proyek percontohan dan harapannya warga bisa peduli serta menjadi acuan.

Head of Medical Sales Fonterra Brands Indonesia dr Muliawan Mansyur mengatakan

penyebab osteoporosis dikarenakan kalsium dalam tubuh yang berkurang. Osteoporosis juga tidak hanya menyerang di kalangan usia tua. "Pencegahan dilakukan dengan bergerak menghentak seperti senam dan jalan kaki. Minimal jalan kaki 4 sampai 5 km sehari serta asupan kalsium juga harus dipenuhi, tutur Mansyur.

Sementara itu Asisten Bidang Pemerintahan dan Kesejahteraan Rakyat Pemda DIY, Sulistyo mewakili Gubernur DIY, mendukung gerakan pencegahan osteoporosis sejak dini. (Tri)-a

Instansi	Nilai Berita	Sifat	Tindak Lanjut
1. Dinas Kesehatan	Positif	Biasa	Untuk Diketahui
2. TP. PKK/ Dekranasda			

Yogyakarta, 21 Juni 2026  
 Kepala

**Ig. Trihastono, S.Sos. MM**  
 NIP. 19690723 199603 1 005