



Media: BERNAS

Hari: Senin

Tanggal: 26 Oktober 2015

Halaman: 10

Rumah Sehat Lansia Sumber Ilmu Penanganan Lansia



RUMAH SEHAT LANSIA – Tamu dari Dinkes Kota Balikpapan dipimpin dr Baerina, foto bersama dengan dr H Probosuseno SpPD Ger dan Kadinkes Kota Jogja dr Vita Yulia Kuswarini di depan Rumah Sehat Lansia, Jogja Sabtu (24/10).

UMBULHARJO – Dinas Kesehatan Kota Balikpapan Kalimantan, Sabtu (24/10) berkunjung ke Kota Jogja untuk belajar mengenai penanganan lanjut usia atau lansia. Di Rumah Sehat Lansia (Rusela) milik Dinas Kesehatan Kota Jogja yang menempati bekas Puskesmas Pembantu Umbulharjo 2 Jogja, rombongan yang dipimpin Kadinkes Kota Balikpapan dr Baerina diterima oleh Kadinkes Kota Jogja dr Vita Yulia Kuswarini didampingi Kasi Promosi dan Pengembangan, Tri Martoyo SKM. Juga dr H Probosuseno SpPD Ger (K) sebagai pengagas Rusela.

Kehadiran tamu bersamaan dengan jadwal penyuluhan kesehatan bagi para lansia yang secara rutin diselenggarakan setiap Rabu dan Sabtu. Pesertanya merupakan utusan-utusan dari Puskesmas 14 kecamatan se-Kota Jogja yang dijadwalkan bergilir. Sabtu kemarin jadwalnya dari Puskesmas Keraton.

Dokter Bertin Anggraini dari Puskesmas Sepinggan kepada Harian Bernas menjelaskan, studi banding ini dilakukan dalam rangka Kota Balikpapan menuju Kota Santun Lansia dan Ramah Anak. Pesertanya terdiri dari beberapa dokter ditambah staf dari Puskesmas-puskesmas di Balikpapan meskipun belum semua Puskesmas bisa ikut.

Dokter H Probosuseno, ahli Penyakit Dalam dan Lansia itu mengatakan, meski sederhana karena menempati bekas Pustu, tetapi keberadaan Rusela sudah dirasakan manfaatnya dalam upaya memberi pemahaman agar lansia sehat dan mandiri. Sebenarnya dr Probo punya obsesi hangerannya bisa dikembangkan ke belakang, di antaranya untuk tempat tinggal lansia, tetapi terkendala oleh masalah tanah. Sehingga keinginan itu belum bisa diwujudkan.

Ceramah diberikan secara bergantian oleh dokter-dokter dari RSUP Dr Sardjito serta FK UGM. Topiknya berganti-ganti. Tetapi selalu berkait dengan kesehatan lansia. Karena pada usia lanjut, fungsi-fungsi anatomis tubuh mulai menurun dan penyakit degeneratif mulai bermunculan. Penyuluhan kesehatan itu menjadi sangat penting mengingat populasi lansia di Jogja cukup tinggi.

Dengan memahami berbagai problematiki kesehatan usia senja serta cara mengatasinya, diharapkan para lansia bisa menjadi lansia sehat. Di antaranya dengan perilaku hidup sehat: mengatur asupan makanan sesuai kebutuhan, olahraga rutin minimal 30 menit sehari, menghindari rokok, kopi, minuman beralkohol serta banyak makan sayur-sayuran dan buah-buahan. Juga kontrol kesehatan rutin sangat dianjurkan. Jangan sampai sisa usia harus dihabiskan di tempat tidur dan hidupnya menjadi tergantung sepenuhnya pada orang lain. Kunjungan tersebut diakhiri dengan dialog. (ata)

Instansi	Nilai Berita	Sifat
1. Din. Kesehatan	<input type="checkbox"/> Negatif	<input type="checkbox"/> Amat S
2.	<input type="checkbox"/> Positif	<input type="checkbox"/> Segera
3.	<input checked="" type="checkbox"/> Netral	<input type="checkbox"/> Biasa
4.	<input checked="" type="checkbox"/> Biasa	
5.	<input checked="" type="checkbox"/> Untuk diketahui	

Instansi	Nilai Berita	Sifat	Tindak Lanjut
1. Dinas Kesehatan	Netral	Biasa	Untuk Diketahui

Yogyakarta, 03 Juli 2026

Kepala

Ig. Trihastono, S.Sos. MM

NIP. 19690723 199603 1 005