PEMERINTAH KOTA YOGYAKARTA
DINAS KOMUNIKASI, INFORMATIKA DAN PERSANDIAN
Jalan Kenari No. 56 Yogyakarta, KodePos 55165 Telp. (0274) 515865, 562682
EMAIL : kominfosandi@jogjakota.go.id
HOTLINE SMS : 081 2278 0001; HOTLINE EMAIL: upik@jogjakota.go.id;
WEBSITE : www.jogjakota.go.id

Media: Tribun Jogja Hari: Senin Tanggal: 30 Juli 2018 Halaman: 13

BPJS Kesehatan Lakukan Promosi Preventif dengan Senam Kolosal

Hidup Sehat Tekan Penderita Penyakit Katastropik

TRIBUN JOGJA/CHRISTI MAHATMA W

SEHAT - Senam kolosal yang diselenggarakan BPJS Kesehatan dalam rangka menyambut Asian Games XVIII dan HUT BPJS Kesehatan ke-50 di JEC, Minggu (29/7)

BPJS Kesehatan menggelar Senam Sehat Kolosal 18.8.18 se-Indonesia. Senam sehat dilaksanakan dalam rangka menyambut Asian Games XVIII sekaligus merayakan HUT BPJS Kesehatan ke-50.

Meskipun kegiatan dipusatkan di Lapangan Monumen Nasional (Monas), BPJS Kesehatan Cabang Yogyakarta pun menyelenggarakan senam sehat kolosal. Kepala BPJS Kesehatan Cabang Yogyakarta, Dwi Hesti Yuniarti mengatakan tujuan kegiatan adalah untuk meningkatkan serta mengedukasi peserta JKN KIS pola hidup sehat.

"Senam sehat dilakukan sebagai upaya promotif preventif dalam Program Penyakit Kronis (Prolaris) bagi masyarakat yang menderita penyakit katastropik seperti diabetes melitus dan hipertensi," kata Hesti di Jogja Expo Center, Minggu (29/7).

Melalui kegiatan tersebut, Hesti ingin mempromosikan murah dan mudahnya upaya untuk menerapkan pola hidup sehat.

● ke halaman 19

Hidup Sehat Tekan Penderita

● Sambungan Hal 13

Menurutnya dengan meningkatnya kesadaran masyarakat untuk hidup sehat, diharapkan mampu menurunkan jumlah peserta JKN KIS.

Pada tahun 2017, biaya yang dihabiskan untuk penyakit katastropik secara nasional mencapai Rp18,4 triliun. Jika dipersentase, pengeluaran tersebut sekitar 21,8% dari total biaya pelayanan yang dikeluarkan BPJS Kesehatan.

"Kalau komplikasi, biayanya juga semakin besar. sebenarnya penyakit katastropik bisa dicegah dengan pola hidup sehat," terangnya.

Bantu pemerintah

Sementara itu, Kepala Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta, Fita Yulia Kisworini mengatakan dengan dengan olahraga ringan dan pola hidup sehat sudah membantu pemerintah. Menurutnya jika masyarakat sehat, pengeluaran bisa dialokasikan pada hal lain.

Dalam kesempatan itu pula, Fita juga mengajak untuk mewujudkan Instruksi Presiden No 1 Tahun 2017 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat.

"Kuncinya CERDIK. 'C' cek kesehatan secara rutin, 'E' enyahkan asap rokok. Yang merokok bisa berhenti merokok, terutama di tempat-tempat yang ditentukan. Kemudian 'R' rajin aktivitas fisik, paling tidak 30 menit sehari," kata Fita.

"Selanjutnya 'D' diet seimbang kalori dan gizi, 'I' istirahat yang cukup, dan 'K' kelola stres. Susah tidur itu juga termasuk stres ringan. Melalui olahraga ini bisa perbaiki aliran darah, sehingga badan bugar dan sehat," tuturnya. **(chisti mahatma)**

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

Yogyakarta, 28 November 2024
Kepala

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