



Tabloid RSUDZA *Lam Haba*

Memberi Lebih Dari Yang Diharapkan



“Petugas standby 24 jam di rumah sakit, secara bergantian atau shift dalam durasi 24 jam di bagian masing-masing. Insha Allah tak ada kekosongan dalam tugas dan pelayanan kepada masyarakat di RSUDZA, selama libur Idul Fitri 1439 H.”

**DR. dr. Azharuddin Sp.OT(K), Spine
FICS
Direktur RSUDZA**

Layanan **Maksimum** **Saat Idul Fitri**



TERAKREDITASI PARIPURNA
KARS: SERT/163/XII/2015

Email: rsudzalamhaba@gmail.com
Website: <http://rsudza.acehprov.go.id/tabloid>



Tabloid
RSUDZA Lam Haba
Membert Lebih Dari Yang Diharapkan



Gubernur Aceh
Wakil Gubernur
Sekretaris Daerah Aceh
Direktur RSUDZA
Wakil Direktur Administrasi dan Umum
Wakil Direktur Pengembangan SDM
Kepala Bagian Bina Program dan Pemasaran
Rahmady, SKM
Suparman Lisda SKM, M.Kes
Cut Eka Putri Ubit, SKM
Drs. Marwan
(Biro Humas Setda Aceh)
Faisal
Titi Yumiati, A.Md.KL
Hasnawati, SKM
Tarmizi, S.Sos, M.Si
Junaidi, ST
Amir Hamzah
Anton Kuswarjanto
Muhammad Firmansyah, A.Md
Rahmah, SE
Edi Saputra
Mawardi
Said Muhammad, S.Si,Apt
Zulfahmi, SE, Ak

Pelindung
Pelindung
Pelindung
Pengaruh
Penanggung Jawab

Penanggung Jawab
Pemimpin Umum

Pemimpin Redaksi
Dewan Redaksi
Dewan Redaksi
Dewan Redaksi

Sekretariat Redaksi
Sekretariat Redaksi
Sekretariat Redaksi
Sekretaris Redaksi
Informasi/Technology
Informasi/Technology
Photografer
Photografer
Notulensi/Staf Layanan Umum
Notulensi/Staf Layanan Umum
Notulensi/Staf Layanan Umum
Notulensi/Staf Layanan Umum

Isi di luar tanggung jawab Percetakan

Alamat Redaksi: Rumah Sakit Umum Daerah dr. Zainoel Abidin
Jln. Tgk. Daud Beureueh, No. 108 Banda Aceh (23126)
Email: rsudzalamhaba@gmail.com



Salam Redaksi

Idul Fitri, Moment Merajut Solidaritas dan Soliditas

Jendela Redaksi

MENDEKATI titik demarkasi menuju detik detik akhir Bulan Ramadhan 1439 H saat ummat islam telah melalui tiga fase Ramadhan (rahmah, maghfirah dan Itqun minannaar), kami merampungkan edisi tabloid yang diberi titel Haba RSUDZA untuk edisi ke-6 tahun 2018.

Kami seakan berlomba dengan waktu, untuk memberi info kepada Anda para pembaca di seluruh pelosok Aceh, tentang pelayanan di RSUDZA, selama masa masa libur Idul Fitri 1439 H, yang khusus tahun ini terasa sedikit istimewa, karena dipadu dengan jadwal libur dan cuti bersama.

Inilah hari baik bulan baik seperti sering diidiomkan untuk sebuah sakralitas beberapa hari istimewa bagi masyarakat Aceh, atau Islam secara general. Namun hari yang paling istimewa adalah Hari Raya Idul Fitri. Di hari itu baik dan bulan baik itu, semua ummat muslim membangun kembali silaturahmi yang nyaris terputus, atau bahkan mempererat kembali hubungan kekeluargaan yang sempat renggang. Semua dengan semangat saling memberi maaf, sebagai bentuk penebusan khilaf secara horizontal, atau hablumminnas.

Namun libur umum yang ditunggu-tunggu jutaan abdi negara itu, seperti tak berlaku dengan jajaran fungsional di Rumah Sakit Umum Daerah dr Zainoel Abidin (RSUDZA) Banda Aceh. Sebagai unit layanan publik yang terhitung paling vital, RSUDZA dituntut untuk terus memberikan pelayanan sesuai standar dan ekspektasi pasien.

Dalam kaitan itulah, untuk edisi ke-6 RSUDZA Lambaha tahun 2018 ini, kami menurunkan Laporan Utama dan Liputan Khusus seputar kesiapan jajaran RSUDZA menyambut Hari Baik Bulan Baik yang bernama Idul Fitri 1439 H.

Bagi manajemen RSUDZA, tak ada kata libur untuk pelayanan, karena orang sakit atau sejenisnya juga tak pernah mengenal libur. Dalam kaitan itulah, manajemen RSUDZA melakukan konsolidasi internal, secara ketat, menghadapi segala kemungkinan saat saat libur panjang Idul Fitri 1439 H atau 2018 M. "Pelayanan yang diberikan sama halnya dengan hari biasa. Kami berkomitmen untuk memberikan pelayanan terbaik kepada masyarakat termasuk selama liburan Idul Fitri ini. Petugas akan standby di rumah sakit selama 24 jam secara shift," kata Direktur RSUDZA, DR dr Azharuddin Sp.OT(K) Spine FICS, akhir pekan lalu.

Edisi kali ini juga mengupas kesiapan semua lini di RSUDZA menyambut libur panjang Idul Fitri 1438 H, mulai dari lini terdepan di Instalasi Gawat Darurat, ruang rawat, ruang operasi, dokter yang siap dipanggil, hingga tenaga supporting seperti petugas ginset juga dituntut standby.

Kami juga menurunkan seputar info mudik yang aman, serta meninggalkan rumah dalam kondisi aman. Selain itu juga beberapa tips tentang tetap sehat setelah Ramadhan. Pada rubrik opini, kami menurunkan sebuah tulisan tentang fenomena khitan di saat libur sekolah. Ya...bagi anak anak kita yang berkhitan, inilah lebaran spesial bagi mereka dengan status 'telah dewasa'.

Secara umum, bagi manajemen RSUDZA memang tak mengenal hari libur demi kelancaran sebuah operasional harian. Ya ibarat sebuah pertunjukan, the show must go on. Tak ada istilah menggulung lapak dalam pelayanan publik.

SEIRING terbenamnya matahari di ufuk barat pertanda penghujung Ramadhan 1439 H telah sampai di ambang horizon. Dan....pintu Syawal 1439 H pun mulai terbuka. Tibalah saatnya Idul Fitri 1439 H, sebuah hari kemenangan bagi semua ummat Islam sejagad, setelah menjalani puasa satu bulan penuh di Bulan Ramadhan.

Ramadhan menjadi sepenggal masa bagi kaum muslimin dan muslimat menempa kedisiplinan dan jiwa dari segala aspek. Kini tibalah saatnya kita merayakan kemenangan imani. Kemenangan atas perjuangan bathin dan lahiriah, hingga meraih status itqun minannaar. Setelah sebelumnya mendapatkan anugerah dari Allah berupa rahmah dan maghfirah.

Idul Fitri bukanlah hari untuk hura hura, karena masih dalam koridor hari ibadah dan ajang menjalin tali silaturahmi. Sebulan berpuasa selama Ramadhan, tentu kita telah mendapat manfaat positif berkelanjutan secara ukhrawi.

Selama Ramadhan, banyak dosa secara vertikal terampuni dengan melakukan ibadah puasa serta ibadah lainnya, baik wajib maupun sunnah kala satu bulan penuh Ramadhan. Kini ketika gerbang Idul Fitri mulai terbuka, maka dosa horizontal pun harus diupayakan dapat terampuni pula, sehingga kita benar-benar dalam kondisi fitrah bersih dan suci dari dosa-dosa, baik secara vertikal maupun horizontal, sejenak Ramadhan dan Idul Fitri berlalu.

Karena itu pula di hari yang fitri ini, marilah kita saling memaafkan, baik dalam sebuah keluarga, antarkerabat, hingga sesama kaum muslim. Idul Fitri juga menjadi perajut untuk terjalinnya solidaritas dan soliditas ummat islam, tanpa terkotak-kotak oleh status serta golongan. Ya Idul Fitri menjadi binding power secara general bagi umat islam di dunia. Bahkan juga mencakup hingga lintas agama sekalipun.

Dalam konteks inilah seorang Antropolog Amerika Clifford Geertz menyatakan dalam bukunya *The Religions Of Java*, bahwa lebaran merupakan wadah yang mampu mengakomodasikan perbedaan dan sebagai arena solidaritas dan terwujudnya soliditas, sehingga menempatkan lebaran sebagai momen integrasi masyarakat.

Sebagai hari ibadah dan ajang silaturahmi, sangat naif jika Idul Fitri dijadikan wahana hura hura, dengan kegembiraan yang lepas kontrol. Sebulan berpuasa selama Ramadhan, hendaknya tampak manfaatnya saat di luar Ramadhan, bahkan harus bertahan hingga Ramadhan berikutnya singgah dalam altar kehidupan kita.

Sebagai abdi negara yang punya skedul kerja terukur, hari silaturahmi kali sudah sangat memadai, karena ada masa cuti bersama jajaran pegawai, sebelum masa libur bersama. Karenanya aparat pemerintah dapat masuk sesuai jadwal. Bukankah, puasa telah mendidik untuk disiplin, seperti yang diterapkan dalam shalat. Bagaimanapun disiplin juga adalah ibadah, tergantung niat seseorang. Rasulullah sendiri begitu membudayakan disiplin, seperti tepat waktu dan lainnya.

Khusus tahun ini moment Idul Fitri hendaknya juga menjadi perekat bagi seluruh elemen di Aceh, yang beberapa hari ke depan akan menjalankan pesta demokrasi, tepatnya Pilkada di Pidie Jaya, Aceh Selatan dan Kabupaten Subulussalam.

Soliditas lintas sosial dan lintas kemasayarakatan yang terjadi kala Idul Fitri 1439 H ini, setidaknya menjadi penawar atas munculnya intrik politik kala rangkaian suksesi pemerintahan beberapa kabupaten di Aceh tahun 2018.

Idul Fitri 1439 H bisa menjadi moment bagi terwujudnya masyarakat yang mampu menempatkan hubungan yang harmonis, bisa mengesampingkan kepentingan pribadi dan golongan, sehingga muncul solidaritas tanpa pamrih, tanpa sekat dan menembus batas dinding sosial yang ada.

Lebih dari itu, setelah bentang Idul Fitri 1439 H terlewati nantinya, kita juga harus mampu bangkit memulai aktivitas dengan tetap disertai semangat relegiusitas yang tinggi, sebagai manifestasi tumbuh suburnya nilai-nilai religi yang tertanam selama Bulan Ramadhan.

Melalui moment ini juga, kami segenap kru dan supporting Tabloid Haba RSUDZA dengan segala kerendahan hati mengucapkan Selamat Hari Raya Idul Fitri 1439 H. Taqabbalallahu Minna Wa Minkum Barakallahu Fiikum.



Pelayanan Tetap Maksimal Saat Idul Fitri



**Dr. dr. Azharuddin Sp.OT(K)
Spine FICS**
Direktur RSUDZA

"Kita sudah mengantisipasi libur panjang. Sudah jauh - jauh hari disusun jadwal petugas jaga, terutama perawat dan dokter, mereka bekerja secara shift,"

RUMAH Sakit Umum Daerah dr. Zainoel Abidin (RSUDZA) Banda Aceh tetap memberikan pelayanan maksimal di saat libur panjang dan cuti bersama dalam rangka Hari Raya Idul Fitri 1439 Hijriah.

Manajemen RSUDZA jauh - jauh hari sudah mempersiapkan diri menghadapi libur panjang dengan menetapkan dokter dan perawat yang bertugas.

"Kita sudah mengantisipasi libur panjang. Sudah jauh - jauh hari disusun jadwal petugas jaga, terutama perawat dan dokter, mereka bekerja secara shift," kata Direktur RSUDZA, Dr dr Azharuddin Sp.OT(K) Spine FICS kepada Kru Tabloid RSUDZA Lam Haba di ruang kerjanya.

Selaku Direktur RSUDZA, ia memastikan tidak akan ada kekosongan pelayanan selama hari libur tersebut. Malahan, akan lebih dimaksimalkan lagi seperti hari - hari biasanya.

Bahkan jauh - jauh hari, daftar petugas baik dokter maupun perawat untuk bulan Juni 2018 sudah diatur, sehingga tidak ada masalah apapun. Jadi, siapa dokter dan perawat yang akan stanby dan kapan akan berjaga sudah sangat detail diatur.

Manajemen rumah sakit juga menjalankan himbauan pemerintah daerah atau surat edaran terkait tidak membolehkan cuti satu minggu sebelum dan sesudah lebaran bagi pegawai, termasuk dokter dan perawat.

Apabila ada pegawai tidak mengindahkan himbauan dimaksud, maka manajemen akan mengambil tindakan tegas sesuai dengan peraturan telah ditetapkan. Paling ringan berupa teguran.

Dokter Azharuddin juga menyampaikan bahwa RSUDZA siap menerima pasien emergency di Instalasi Gawat Darurat (IGD) tanpa memerlukan rujukan.

"Silahkan ke IGD kalau memang kasus gawat darurat. Kalau bukan emergency bisa ditangani di rumah sakit tipe di bawah RSUDZA yang bekerja sama dengan BPJS Kesehatan," jelasnya.

Ia mencontohkan, seperti kasus ringan, maka tidak perlu harus sampai ke RSUD dr. Zainoel Abidin, karena rumah sakit level di bawahnya, sudah cukup mampu untuk menanganinya.

Artinya, rumah sakit plat merah milik Pemerintah Aceh ini hanya menangani kasus - kasus yang tidak mampu lagi ditangani di daerah, dengan alasan tidak ada alat maupun dokter ahli. Namun kalau semua itu tersedia, maka tidak ada alasan untuk merujuk ke Banda Aceh.

Kalau semua diarahkan ke RSUD dr. Zainoel Abidin, maka akan terjadi over kapasitas. Kalau sudah begitu, maka akan berpengaruh terhadap kualitas pelayanan.

Maka itulah, sistem rujukan berjenjang sebagaimana

sudah ditetapkan harus dipatuhi. Berbeda jika itu kasus emergency, seperti kasus trauma dan stroke tentu tidak perlu ada rujukan.

Tidak harus menunggu sampai selesai lebaran untuk berobat, karena pasien stroke harus mendapatkan penanganan segera. Selain memastikan kesiapan memberikan pelayanan maksimal selama masa libur panjang Lebaran Idul Fitri, manajemen rumah sakit juga memastikan kecukupan stok obat - obatan dan bahan habis pakai.

"Kita sudah mengantisipasi stok obat - obatan di gudang farmasi tercukupi untuk dua minggu lebih, selama masa libur. Kita berdoa semoga tidak ada kejadian yang luar biasa. Tapi kita siapkan juga antisipasi jika itu terjadi," ungkapnya.

Disamping itu, guna mengantisipasi hal tidak diinginkan, manajemen tentunya sudah menyiapkan bac-kup tenaga sebagai dibutuhkan.

Semisal ada suatu peristiwa, apakah itu kasus trauma berupa kecelakaan lalu lintas atau kasus non trauma seperti keracunan, sudah diantisipasi, termasuk ruang rawat.

Tapi dalam kondisi normal, daftar yang kita susun untuk bulan Juni sudah ada. Termasuk dokter jaga on site. Ada lima bidang dokter yang selalu stanby 24 jam di rumah sakit, mereka bekerja secara shift dan tidur di rumah sakit.

"Mereka tidur di rumah sakit dan stanby 24 jam di rumah sakit secara bergantian di masing - masing bagian. Jadi, tidak ada kekosongan Insya Allah," terangnya.

Sedangkan yang lain di luar lima itu adalah on call, itu secara teori jika ada panggilan konsultasi mereka akan datang ke IGD dalam waktu 15 sampai 30 menit.

"Insya Allah ini sudah rutin kita lakukan untuk mengantisipasi libur atau kondisi lain yang tidak kita inginkan," katanya.

Selain itu, kesiapan ruangan dan petugas juga terjaga. RSUDZA saat ini punya 18 ruang rawat. Petugas masing masing ruang ada enam orang mereka bertugas per-shift.

Seperti ruang bedah, namanya misalnya ruang Raudah, itu Raudah satu sampai tujuh terdiri dari 28 tempat tidur. Masing-masing ruang per shift itu jaga sekitar 6 orang.

Tentunya, pada hari biasa dan hari libur jumlah petugas yang ditugaskan jaga pakai rasio. Berapa tempat tidur, maka berapa tenaga medis para medis yang bertugas.

Kalau di Intensive Care Unit (ICU) dan Intensive Cardiac Care Unit (ICCU) itu rasionya sama dengan jumlah tempat tidur, ada 10 tempat tidur tersedia, maka petugas juga ada 10 orang.

Terkait dengan jumlah pasien terkini, dokter Azhar menyampaikan bahwa menjelang libur panjang jumlah pasien yang dirawat di rumah sakit tetap ramai, umumnya berasal dari daerah. Mereka dirujuk ke Banda Aceh karena fasilitas dan sumber daya di daerah masih sangat terbatas.

Ia menegaskan kembali

bahwa sistem rujukan berjenjang harus dipatuhi, kecuali pada kasus emergency. Kalau bukan, maka ketika pasien hendak dirujuk harus ada surat pengantar, di situ harus diisi siapa yang merujuk, dokternya siapa, apa alasan merujuk.

"Jadi tidak ada misalnya dirujuk karena atas permintaan pasien. Dirujuk karena ada familinya di Banda Aceh, kita tidak melihat itu. Yang kita inginkan adalah harus ada faktor objektivitas alasan merujuk, kalau memang tidak sesuai dengan alasan merujuk maka akan diberikan feedback, akan kita surati dan kita pertanyakan," tegasnya.

Misalnya di sebuah rumah sakit daerah ada kasus usus buntu, mampu ditangani di sana oleh ahli bedah disana, kamar operasi cukup memadai, lantas kenapa harus dibawa ke Banda Aceh. Jadi, itu yang akan dipertanyakan. Umumnya, sistem rujukan berjenjang sudah berjalan dengan sangat baik.

"Kalau emergency tidak berlaku. Misal ia lagi jalan ke Banda Aceh ada satu kondisi sakit bisa langsung ke IGD," ucapnya. (sli)



Pastikan Kondisi Kesehatan Sebelum Perjalanan Jauh

DIREKTUR Rumah Sakit Umum Daerah dr. Zainoel Abidin (RSUDZA) Banda Aceh, Dr. dr. Azharuddin Sp.OT(K) Spine FICS juga menghimbau bagi masyarakat yang akan mudik untuk dapat memastikan kondisi kesehatan sebelum melakukan perjalanan jauh.

Bagi pengguna jalan juga diminta untuk berhati - hati saat berkendara di jalan raya. Dimana pastinya kondisi jalan akan sangat ramai, perhatikan

ketentuan dan rambu - rambu lalu lintas. Jangan memaksakan untuk mengendarai kendaraan di saat kondisi tubuh tidak fit. Pastikan untuk beristirahat saat kondisi kelelahan.

"Harus double hati - hati, meski kita sudah berhati-hati, pengendara yang lain belum tentu hati-hati, karena faktor kelelahan atau ketergesaan (human error) banyak menjadi penyebab kecelakaan di jalan raya," jelasnya.

Untuk itu, berhentilah di

tempat yang aman apabila kelelahan saat berkendara. Karena mengantuk dapat menjadi penyebab kecelakaan. Membiarkan satu dua detik saja mata terpejam saat berkendara sangat fatal akibatnya.

Dirinya juga mengingatkan untuk mempersiapkan diri dan kendaraan sebaik mungkin sebelum melakukan perjalanan mudik. Kalau mudik bersama keluarga, maka orang yang duduk disamping orang yang

mengendarai kendaraan harus ikut membantu dan mengingatkan untuk selalu berhati - hati.

"Teman yang duduk disamping sopir harus diajak ngomong, jangan malah tidur. Sederhana kelihatannya, tapi ini sangat penting untuk membantu agar sopir untuk selalu konsentrasi," katanya.

Selain itu, masyarakat juga diingatkan kepada pemudik untuk tidak lupa membawa kartu identitas dan kartu BPJS Kesehatan, sehingga bila ada hal buruk terjadi dapat memudahkan dalam mendapatkan pelayanan saat hal buruk terjadi di jalan. "Kita kan tidak tahu kapan harus dibutuhkan. Tapi harus selalu

kita siapkan," terangnya.

Dalam suasana lebaran, dokter Azhar juga meminta masyarakat, khususnya ibu - ibu di rumah untuk menjaga kualitas dan makanan yang akan dikonsumsi oleh keluarga dan kerabat yang datang untuk bersilaturahmi. Karena biasanya makanan yang dimasak dalam porsi besar sangat cepat basi kalau tidak memperhatikan kebersihan dan penyimpanannya.

Kalau makanan yang basi atau terpapar bakteri dikonsumsi, maka dampaknya berbahaya bagi kesehatan tubuh. Masyarakat juga diingatkan tidak berlebihan dalam menyantap makanan, apalagi di saat suasana lebaran. (sli)



Tak Ada Hari Libur Untuk Layanan RSUDZA



Dr. dr. Endang Meutiawati, Sp.S
Wadir Pelayanan RSUDZA

“Alhamdulillah kita sudah mempersiapkan jauh-jauh hari untuk para petugas kesehatan, perawat dan dokter serta petugas lainnya dalam memberikan pelayanan kepada pasien yang menggunakan fasilitas kesehatan RSUDZA selama libur lebaran 2018,”

CUTI bersama menyambut Lebaran Idul Fitri 1439 Hijriah akan segera tiba. Sejumlah instansi Pemerintahan akan menikmati hari libur yang panjang nan lama.

Namun, semua itu tidak berlaku bagi Rumah Sakit

Umum Daerah dr. Zainoel Abidin (RSUDZA) Banda Aceh, yang merupakan instansi pemerintahan yang bersentuhan langsung dengan layanan kesehatan masyarakat.

Sebagai rumah sakit rujukan utama dari seluruh kabupaten/kota di provinsi ujung paling barat Indonesia itu, pelayanan hari libur bukanlah sebuah hal baru dan beban bagi manajemen serta para karyawan yang bekerja di rumah sakit milik Pemerintah Aceh itu.

“Pelayanan yang kita berikan selama libur lebaran dan libur lainnya tentu sama halnya dengan pelayanan yang diberikan pada hari-hari biasanya, tidak ada kata libur untuk pelayanan, semuanya tetap berjalan seperti biasa,” kata Wakil Direktur (Wadir) Pelayanan RSUDZA, Dr. dr. Endang Meutiawati, Sp.S saat disambangi kru Tabloid RSUDZA Lam Haba.

Ia menuturkan dalam memberikan pelayanan bagi seluruh masyarakat selama libur lebaran, pihaknya telah menyusun seluruh petugas jaga baik perawat dan juga dokter serta seluruh karyawan yang bertugas di berbagai bidang dalam mengoptimalkan pelayanan di rumah sakit tersebut dalam setiap waktu.

Menurut dia dalam mengoptimalkan pelayanan di rumah sakit tersebut semua unit layanan bekerja dengan maksimal termasuk petugas genset, kebersihan dan unit lainnya yang menjadi pendukung pelayanan,



kecuali untuk pelayanan di Poliklinik.

“Alhamdulillah kita sudah mempersiapkan jauh-jauh hari untuk para petugas kesehatan, perawat dan dokter serta petugas lainnya dalam memberikan pelayanan kepada pasien yang menggunakan fasilitas kesehatan RSUDZA selama libur lebaran 2018,” katanya.

Dirinya mengaku telah mengecek seluruh ruangan dan instalasi pelayanan serta kelengkapan sarana prasarana serta ketersediaan obat selama cuti lebaran tersedia dengan baik di seluruh unit.

“Alhamdulillah dalam dua hari terakhir kami telah melakukan pengecekan dan juga peninjauan langsung terhadap fasilitas yang ada di RSUDZA dalam upaya memastikan seluruh sarana dan prasarana yang ada berfungsi dengan baik termasuk bahan habis pakai,” kata dokter spesialis saraf tersebut.

kecuali untuk pelayanan di Poliklinik.

Ia juga mengatakan seluruh persediaan obat juga tersedia dengan cukup dalam memberikan pelayanan terbaik kepada masyarakat selama cuti dan libur Lebaran Idul Fitri 1439 Hirjiah.

Menurut dia dalam pelayanan selama lebaran seluruh karyawan termasuk juga dengan manajemen mendapat jadwal siaga juga guna memberikan pelayanan terbaik kepada seluruh masyarakat di Tanah Rencong selama bulan penuh kemenangan tersebut.

“Artinya, semua memiliki tugas yang sama dalam bertugas selama libur lebaran baik level pimpinan hingga petugas medis termasuk dengan petugas kebersihan dalam menjaga lingkungan RSUDZA tetap bersih dan indah,” katanya.

Ia menyebutkan ada beberapa dokter spesialis

yang selalu siaga selama libur lebaran yakni spesialis anak, anastesi, bedah, kebidahan dan penyakit dalam sedangkan bagian lainnya seperti saraf THT, jiwa, paru, mata kulit kelamin dan bidang ilmu lainnya juga mendapat jadwal dalam melakukan penanganan kasus darurat.

“Insya Allah RSUDZA siap memberikan pelayanan maksimal kepada seluruh pasien yang berobat di rumah sakit ini selama cuti lebaran,” katanya.

Endang juga mengingatkan dalam mengoptimalkan pelayanan kesehatan, dirinya meminta kepada seluruh masyarakat untuk selalu membawa serta kartu BPJS Kesehatan dan juga identitas diri dalam memudahkan pelayanan saat berhubungan dengan fasilitas kesehatan.

“Kami berharap kepada seluruh masyarakat dapat selalu membawa serta kartu BPJS Kesehatan dan bagi yang belum ada untuk segera mengurusnya sehingga dapat mengakses dengan baik setiap fasilitas kesehatan saat dalam keadaan darurat,” katanya.

Cuti lebaran akan tiba, manajemen RSUDZA Banda Aceh dengan seluruh karyawan di rumah sakit tersebut telah siap untuk memberikan pelayanan prima kepada seluruh masyarakat yang mudik serta yang dirujuk ke rumah sakit tersebut.

RSUDZA siap memberikan pelayanan terbaik diberbagai aspek sesuai motto rumah sakit tersebut “Memberi lebih dari yang diharapkan.” (danisha)

RSUDZA Tetap Layani Pasien Cuci Darah dan Kanker

RUMAH Sakit Umum Daerah dr. Zainoel Abidin (RSUDZA) memberikan perhatian serius kepada pasien cuci darah dan kemotrapi selama libur dan bersama lebaran Idul Fitri 1439 Hijriah.

Perhatian khusus yang dimaksud disini adalah tetap melayani pelayanan cuci darah dan pemberian obat anti kanker kepada pasien yang masuk jadwal cuci darah dalam musim libur lebaran tersebut.

“Selama libur lebaran ini seluruh poliklinik tutup, tapi untuk cuci darah dan kanker tetap buka dengan catatan mereka untuk melapor melalui pintu IGD. Kami berharap seluruh pasien dapat memahami dengan baik sehingga jadwal yang ada tetap berjalan dan tidak ada perubahan,” katanya.

Sebagai rumah sakit yang telah meraih akreditasi paripurna dari KARS tersebut,

pelayanan, keamanan dan kenyamanan pasien menjadi hal utama yang terus ditingkatkan di rumah sakit provinsi berpenduduk sekitar lima juta jiwa itu.

Ia juga berpesan kepada pasien penyakit kronik yang jatuh tempo obatnya pada hari libur lebaran, untuk dapat konsul dan mengambil obat lanjutan sehingga obat lanjutan tetap tersedia.

“Artinya, mereka yang

mengalami penyakit kronik untuk mengambil obat lanjutan agar obat tersebut tetap tersedia dengan baik, sebab jika tidak disiapkan akan berakibat tidak baik bagi pasien,” katanya.

Pelayanan secara prima menjadi hal mendasar dan telah terpantri pada seluruh jiwa manajemen dan juga karyawan di lingkungan rumah sakit milik Pemerintah Aceh tersebut. (danisha)



Siapkan Stok Obat untuk 10 Hari

“Kita mungkin untuk stok obat Alhamdulillah cukup untuk lebaran dan libur panjang ini. Obatnya sudah ada di rumah sakit, di depot-depot dan gudang-gudang.”

Dr. Fakhru Rizal, MM.Kes
Wadir Penunjang RSUDZA



LIBUR panjang dan cuti bersama yang telah ditetapkan oleh pemerintah membuat semua instansi menyesuaikan dirinya dalam bekerja. Terutama yang sangat diperlukan masyarakat untuk menghadapi libur panjang lebaran Idul Fitri 1439 H. Termasuk manajemen Rumah Sakit Umum Daerah dr Zainoel Abidin (RSUDZA) Banda Aceh.

Misalnya jajaran penunjang sangat vital di rumah sakit yang membawahi Bidang Pengadaan Sarana Penunjang, Seksi Penunjang Medis, dan Seksi Penunjang Non Medis. Termasuk membawahi tujuh instalasi, yaitu Instalasi Lab Diagnostik Terpadu, Instalasi Radio Therapy, Instalasi CSSD, Instalasi Gizi, Instalasi Farmasi, Instalasi Pemulangan Jenazah, dan Instalasi Laundry.

Wakil Direktur (Wadir) Penunjang RSUDZA, Dr Fakhru Rizal MM.Kes yang

ditemui di ruang kerjanya menjelaskan tentang kesiapan jajarannya melakukan pelayanan selama libur panjang ini.

Liburan menyambut Hari Raya Idul Fitri berdasarkan keputusan presiden mulai 11 Juni sampai dengan 20 Juni 2018. “Jadi untuk persiapan pelayanan kesehatan di bidang penunjang sudah kita buat persiapan dan rapat untuk mengantisipasi menghadapi libur Lebaran Idul Fitri,” ujarnya.

Menurut Fakhru Rizal, pihaknya sudah siapkan stok obat di RSUDZA untuk 10 hari. Pasien inap dan yang pulang pada hari-hari libur akan diberi stok tambahan obat selama 10 hari sampai dibuka pelayanan poliklinik setelah lebaran.

Kemudian dengan masalah sarana dan prasarana lain sudah dipersiapkan un-

tuk menghadapi libur panjang ini. Juga sudah melakukan koordinasi, rapat teknis dengan seluruh penanggung jawab instalasi di bawah Wadir Penunjang.

“Kemudian di IGD dan kamar operasi itu Alhamdulillah stok sudah cukup dan jadwal operasi tetap berjalan,” ujarnya.

Jadi soal obat, kata Fakhru Rizal, memang sudah dipersiapkan jauh-jauh hari sebelum menghadapi libur panjang Idul Fitri. Dirinya sudah berkoordinasi dengan kepala instalasi farmasi.

Sehingga terkait obat insya Allah untuk lebaran dan libur panjang ini sudah cukup stoknya. Ia sudah sampaikan agar kepada pasien-pasien yang pulang akan diberikan stoknya sampai 10 hari. Untuk mengantisipasi jangan sampai putus obat pasien tersebut sampai

dibuka poli.

“Kita mungkin untuk stok obat Alhamdulillah cukup untuk lebaran dan libur panjang ini. Obatnya sudah ada di rumah sakit, di depot-depot dan gudang-gudang,” ungkapnya.

Persiapan-persiapan yang lain, kata Fakhru Rizal, telah dikoordinasi dengan seluruh instalasi, baik laboratorium, farmasi dan instalasi yang lain. Untuk mengantisipasi libur panjang ini guna mempersiapkan anggota, setiap petugas yang sudah dijadwalkan piket wajib masuk.

Jadi Seluruh ruangan yang dibawah Wadir Penunjang itu wajib ada prosedur dan petugas yang menjalankan perannya di ruang masing-masing. “Piket sudah kita siapkan dan seluruh kebutuhan bagi petugas dalam menghadapi persiapan libur lebaran,” katanya.

Terkait pergantian libur, Fakhru Rizal mengatakan, pada prinsipnya dari tim manajemen rumah sakit sudah mengantisipasi berdasarkan keputusan dari pusat tentang libur panjang lebaran. Jadi di ruang masing-masing wajib membuat daftar piket.

Makanya dibuat agar jadwalkan piket jangan sampai terjadi kekosongan di ruang masing-masing. “Kita sudah koordinasi dengan seluruh kepala ruangan dan kepala instalasi untuk mempersiapkan petugas - petugas untuk mengantisipasi hari libur panjang ini,” jelasnya.

Bahkan Fakhru Rizal mengakui wajar ada persiapan khusus menghadapi libur panjang. Karena kalau persiapan lebaran Idul Fitri

di Aceh khususnya sangat luar biasa.

Untuk Meugang saja di Aceh sampai tiga kali. Jadi untuk menghadapi libur panjang ini mungkin cukup jauh perbedaan. Karena rumah sakit harus selalu siap termasuk dalam pelayanan dan kehadiran.

Selama lebaran, kata Fakhru Rizal, memang otomatis kalau beban paling berat di IGD dan kamar-kamar operasi emergensi. Karena seperti pengalaman selama ini angka kasus kecelakaan meningkat. Bahkan ada kasus-kasus kebakaran dan korban tenggelam biasanya juga meningkat.

“Apalagi di daerah Aceh kan banyak laut. Mungkin pada hari itu atau lebaran banyak yang datang tepi laut sehingga ada korban tenggelam,” sebutnya.

Makanya, kata Fakhru Rizal, tidak heran lagi kalau angka korban kecelakaan lalu lintas juga meningkat selama Lebaran. Apalagi banyak yang mudik dengan berbagai macam kendaraan di jalan raya, seperti bus, mobil pribadi hingga sepeda motor.

“Mungkin angka jumlah kendaraan di jalan raya pada hari itu juga akan memicu angka-angka kecelakaan lalu lintas,” katanya.

Kondisi ini, Fakhru Rizal berharap petugas IGD dan kamar operasi harus siap siaga 24 jam untuk mengantisipasi saat timbul kecelakaan yang harus segera ditangani. Tapi ia yakin dan Alhamdulillah kalau di IGD para petugas sudah sangat siap.

“Termasuk kamar operasi dan ruang-ruang lain yang membutuhkan tindakan yang cepat dan reaksi yang cepat,” ujarnya.

Kesiapan RSUDZA selama libur ini, kata Fakhru Rizal, termasuk masalah pengurusan jenazah di RSUDZA yang sudah cukup lengkap dengan kebutuhan yang diperlukan.

Bahkan sampai pemandian dan mengkafankan jenazah sudah siap. Termasuk setiap pasien Mr X yang tidak diketahui identitas atau keluarganya, maka akan diantar langsung ke tempat pemakaman. Sedangkan yang diketahui identitasnya diantar langsung ke tempat keluarganya.

“Mobil Ambulans kita siap 24 jam untuk mengantar jenazah tersebut dan menghadapi segala kemungkinan,” ujarnya. (mha)



Operasional RSUDZA Tetap Berjalan Normal

“Pasien tetap mendapatkan pelayanan optimal seperti biasa karena prosedurnya sudah kita susun, termasuk jadwal dokter dan tenaga medis yang bertugas nanti yang langsung dikoordinir oleh Wadir Pelayanan.”

Dr. Muhazar SKM, M.Kes
Wakil Direktur Administrasi dan Umum



MANAJEMEN Rumah Sakit Umum Daerah dr Zainoel Abidin (RSUDZA) Banda Aceh memastikan aktivitas pelayanan kesehatan akan tetap siaga dan berjalan seperti biasa selama cuti dan libur panjang Lebaran Idul Fitri 1439 Hijriyah.

Langkah untuk mengantisipasi libur lebaran tahun ini juga sudah dipersiapkan dengan pengaturan jadwal petugas dengan sistem shift untuk unit pelayanan dan penunjang.

Wakil Direktur Administrasi dan Umum RSUDZA Banda Aceh, Dr. Muhazar SKM M.Kes mengatakan, langkah tersebut merupakan upaya RSUDZA untuk melayani masyarakat Aceh di saat libur panjang nanti.

“Meski sebagian pegawai libur, namun operasional rumah sakit untuk pelayanan kesehatan tetap berjalan normal seperti biasa. Pada

prinsipnya, optimalisasi pelayanan selama cuti dan libur Idul Fitri sudah menjadi komitmen pihak manajemen Rumah Sakit,” ujar Dr. Muhazar, kepada Kru Tabloid RSUDZA Lam Haba, Rabu (6/6/2018).

Muhazar menjamin layanan kesehatan tidak akan terganggu, untuk itu masyarakat Aceh tidak perlu khawatir dengan pelayanan medis selama, menjelang dan saat perayaan lebaran Idul Fitri.

“Pelayanan medis tetap stand by dan berjalan 24 jam. Pasien tetap mendapatkan pelayanan optimal seperti biasa karena prosedurnya sudah kita susun, termasuk jadwal dokter dan tenaga medis yang bertugas nanti yang langsung dikoordinir oleh Wadir Pelayanan,” kata Muhazar.

Libur menjelang dan sesudah Hari Raya Idul Fitri tahun ini akan lebih panjang

ketimbang tahun-tahun sebelumnya. Jika biasanya libur yang ditetapkan pemerintah hanya enam hari, namun pada tahun 2018 bertambah menjadi 11 hari.

Sebelumnya, Pemerintah RI telah menerbitkan Keputusan Bersama tiga menteri, yakni, Menteri Agama, Menteri Ketenagakerjaan serta Menteri Pendayagunaan Aparatur Negara dan Reformasi Birokrasi perihal Hari Libur Nasional dan Cuti Bersama Tahun 2018.

Berdasarkan surat tersebut, maka secara keseluruhan libur Lebaran 2018 ini ada 11 hari libur. Rinciannya adalah libur reguler dua hari (Sabtu dan Minggu, 9 dan 10 Juni), kemudian libur Idul Fitri 1439H yaitu tanggal 15 dan 16 Juni (dua hari), serta 7 hari cuti bersama yaitu tanggal 11, 12, 13, 14, 18, 19, dan 20 Juni 2018.

Muhazar menegaskan bahwa pelayanan tetap berjalan seperti biasa, karena Rumah Sakit Umum dr Zainoel Abidin memiliki prosedur tetap (protap) terkait pelayanan medis sebagai institusi pelayanan publik.

Sejumlah langkah juga telah disiapkan untuk mengantisipasi manakala terjadi keadaan genting atau membludaknya jumlah pasien, saat libur lebaran nanti.

Tak hanya itu, rumah sakit kebanggaan rakyat Aceh ini juga menyiapkan petugas cadangan atau on call setiap saat dari berbagai unit kerja.

“Tidak ada yang berkurang terkait pelayanan yang akan kita berikan. Karena sistemnya sudah tersusun dengan baik. Jadi, pasien akan tetap dilayani dan dirawat di Instalasi Gawat Darurat (IGD) seperti biasa, dan jad-

wal dokter yang bertugas juga sudah kita susun, termasuk dokter on call jika sewaktu-waktu diperlukan,” terang Muhazar.

Lebih lanjut, alumnus Pascasarjana Universitas Gajah Mada (UGM), Yogyakarta ini menjelaskan bahwa petugas on call disiapkan karena tren pasien saat Idul Fitri dan cuti bersama ini selalu meningkat.

Menurutnya, kesiagaan RSUDZA ini tidak lepas dari situasi Lebaran yang patut diwaspadai. Diantaranya arus mudik dan balik yang padat berpotensi meningkatkan kecelakaan lalu lintas.

Dirinya pun berharap petugas operasional kesehatan, tetap bersemangat dalam melayani masyarakat, meskipun dalam suasana Idul Fitri, karena pelayanan kesehatan terhadap masyarakat tetaplah yang nomor satu. (rd)



Ambulance untuk Kesiapsiagaan Arus Mudik Lebaran

MENDEKATI Lebaran Idul Fitri, semua instalasi di Rumah Sakit Umum dr Zainoel Abidin Banda Aceh terus memantapkan kesiapannya, termasuk layanan mobil ambulance. Pasalnya, ketika mudik atau jelang lebaran tingkat pasien gawat darurat diklaim meningkat, paling sering adalah terjadinya kecelakaan di jalan raya yang sulit dihindari.

Wakil Direktur Administrasi dan Umum RSUDZA Banda Aceh, Dr Muhazar SKM, M.Kes mengatakan, kesiapan menjelang Lebaran telah dilakukan pihaknya, diantaranya menyiapkan operasionalisasi Instalasi Gawat Darurat (IGD) 24 jam, mengatur sistem petugas kerja dan menyiapkan kendaraan ambulance, guna mendukung tugas operasional medis.

Kendaraan ambulans yang

akan disiagakan itu untuk memberikan bantuan emergency. Hal ini juga sebagai wujud kesiapsiagaan layanan Rumah Sakit menjelang arus mudik dan arus balik Lebaran tahun 2018.

“Semua ambulance yang ada di Rumah Sakit Zainoel Abidin akan dikerahkan semua, kita sudah menyiapkan sejumlah mobil ambulance baik yang lama maupun armada yang baru, untuk siaga 24 guna memberi pelayanan bagi pasien dan masyarakat yang berada dalam lingkungan RSUDZA,” ungkap MUhazar.

Keberadaan ambulans Rumah Sakit Umum dr Zainoel Abidin Banda Aceh, nantinya akan didukung personel petugas medis. Sementara itu, sambung Muhazar, untuk masyarakat yang berada di lingkungan eksternal Rumah Sakit pelayanan ambulans akan di handle penuh oleh pihak

Dinas Kesehatan Aceh, melalui UPT penanggulangan krisis kesehatan dengan ambulance Call Center 119. Dengan begitu, pasien atau masyarakat Aceh tak perlu ragu meminta bantuan atau mengakses langsung pelayanan ambulance on call tersebut, jika mengalami musibah di jalan raya.

Keberadaan mobil ambulans Public Safety Center 119 ini, juga untuk melayani kondisi kegawatdaruratan medis arus mudik. Pelayanan mobil ini tetap diberikan secara gratis, dan akan beroperasi 24 jam lengkap pula dengan tenaga medisnya.

Tidak hanya itu saja, ambulance Public Safety Center 119 juga terkoneksi secara nasional yang sengaja dibentuk menjelang Lebaran Idul Fitri untuk membantu kasus kecelakaan selama mudik, termasuk melayani kasus lain yang sifatnya emergency. Iya,

dalam memberikan jasa layanan kesehatan kepada masyarakat juga perlu memperhatikan kualitas layanan sebelum pasien tiba di rumah sakit (pre hospital).

Dalam kesempatan ini, Muhazar juga menghimbau lintas sektoral terkait siaga lebaran Idul

Fitri di Instalasi Gawat darurat (IGD) Rumah Sakit Umum dr Zainoel Abidin Banda Aceh agar terus berkoordinasi dengan baik dalam menyajikan pelayanan prima menjelang arus mudik dan arus balik Lebaran Idul Fitri tahun 2018 ini. (rd)

Layanan Medis Darurat

Bagi warga Aceh yang butuh Layanan Medis Darurat saat mudik, silahkan hubungi nomor layanan Public Safety Center (PSC) 119 masing-masing Kabupaten/Kota di Aceh:

1. PSC 119 Pidie: 0812-6463-6119
2. PSC 119 Pidie Jaya: 0813-6252-9119
3. PSC 119 Aceh Barat: 0852-6012-2194
4. PSC 119 Lhokseumawe: 0823-7057-9973
5. PSC 119 Langsa: 0852-6219-8800
6. PSC 119 Aceh Utara: 0823-6556-6119
7. PSC 119 Bener Meriah: 0853-5972-3319
8. PSC 119 Subulussalam: 0822-7280-8234
9. PSC 119 Aceh Singkil: 0812-1489-8178
10. PSC 119 Aceh Jaya: 0811-612-119
11. PSC 119 Sabang: 0811-6887-119/ 0852-6003-9961
12. PSC 119 Bireuen: 0811-6705-604
13. PSC 119 Simeulue: 0853-7291-1843
14. PSC 119 Abdya: 0852-6010-8590
15. PSC 119 Aceh Tamiang: 082281404519
16. PSC 119 Banda Aceh: 119 & 065122118

PCS Provinsi/P2KK Dinas Kesehatan Aceh: **0651-22118**
atau Call Center 119/ Bebas Pulsa berlaku untuk seluruh Aceh.



IGD Siaga Selama Liburan Idul Fitri

“Jika butuh informasi apa pun yang berkaitan dengan IGD, dipersilakan untuk menghubungi nomor telepon 065134571.”

Kurniati,
Case Manajer IGD



SAMA seperti tahun-tahun kemarin, setiap bagian di RSUDZA menyiapkan diri secara khusus menghadapi liburan panjang Idul Fitri, terlebih lagi bagi mereka yang bergelut langsung dengan pelayanan pasien. Begitu pula dengan bagian Instalasi Gawat Darurat (IGD). Case Manajer IGD Kurniati SST mengatakan, pengaturan kerja terkait dengan jadwal jaga dokter umum, perawat jaga, pembantu orang sakit dan pendorong. Jadwal jaga dibuat sesuai dengan kebutuhan dan kenyamanan mungkin. Selain itu, ada juga tim back-up yang secara khusus disiapkan menghadapi bencana. “Tim ini disiapkan untuk menghadapi sesuatu hal seperti bencana, sehingga siap dipanggil. Jadi, orangnya kita data betul-betul, yang tidak kemana-mana, betul-betul siap,” tandas perempuan yang akrab disapa Bu Kur ini kepada kru RSUDZA Lam Haba di IGD RSUDZA, pekan lalu.

Sebagai Case Manajer, Bu Kur bertugas mengkoordinir pelayanan supaya berjalan normal. “Saya berperan lebih kepada pelayanan pasien, bagaimana handle supaya pelayanan tidak error. Saya jalan dari satu pasien

ke pasien lain menanyakan mereka,” tandasnya.

Selain itu, untuk persiapan Bahan Medis Habis Pakai (BMHP), disesuaikan dengan kebutuhan. Jika hari-hari biasa dibutuhkan sekian banyak, maka menghadapi liburan Idul Fitri ditambah 10 persen dari hari biasa tersebut. Sehingga kalau ada hal-hal yang muncul tiba-tiba, pihaknya sudah siap dengan personel medis dan semua bahan pendukungnya.

Bahan medis habis pakai adalah bahan yang langsung dibuang setelah sekali dipakai. Jika tidak, akan menularkan berbagai penyakit. Bahkan sarung tangan yang tampaknya sepele saja harus selalu diganti dengan yang baru setiap kali dokter atau paramedis menyentuh atau meninjak pasien yang membutuhkan pertolongan.

Dikatakan, sebagai rumah sakit pusat rujukan utama, RSUDZA selalu standbykan 5 bagian untuk melayani masyarakat kapan pun, apalagi menjelang liburan Idul Fitri. Lima bagian yang distandbykan yakni anastesi, penyakit dalam, obgyn, bedah, dan anak. Semua personel ini terdiri atas dokter spesialis. Selain itu, juga dibutuhkan perawat

pengawas, dua orang sekali jaga. “Selama ini di luar jam kerja juga sudah harus standby bagian ini,” katanya.

Untuk kelancaran kerja, ada empat tim yang dibentuk. Dalam satu tim terdiri atas 15 perawat, tiga orang pendorong, satu orang penata jasa. “Ini yang di bawah IGD saja. Tentu bukan hanya ini, ada yang dari Medical Record, farmasi, dan sebagainya,” tandasnya.

Mereka standby 24 jam. Personel ini harus dapat dijangkau, Hp pun harus selalu hidup untuk memudahkan dihubungi jika sewaktu-waktu dibutuhkan. Dalam pemilihannya dilakukan secara acak, sehingga lebih adil bagi yang bersangkutan. Dikatakan Bu Kur, semua rencana yang disusun ini sudah disampaikan ke manajemen, baik terkait personel dari IGD yang standby maupun jadwal masing-masing saat liburan Idul Fitri. Jumlah personel yang mencapai 15 orang dinilai cukup dalam menghadapi kasus apa pun. Jika pun ada bencana, kata Kurniati, maka ada garis koor-

dinasi, yang memungkinkan berbagai pihak mengambil tanggung jawab penuh. “Mudah-mudahan tidak ada masalah,” tuturnya.

Berdasarkan pengalaman setiap tahun, jumlah kasus-kasus emergensi bervariasi pada hari-hari besar. Kadang-kadang tinggi, namun di waktu lain rendah. Untuk pelayanan rawat inap, dokter tetap melakukan kunjungan ke pasien. Tidak ada yang berbeda dibandingkan dengan hari-hari biasa. Bahkan menghadapi libur panjang seperti ini ditambah tim ekstra.

“Jika butuh informasi apa pun yang berkaitan dengan IGD, dipersilakan untuk menghubungi nomor telepon 065134571,” kata perempuan ini. Biasanya, kata Kurniati, petugas dari berbagai rumah sakit di Aceh, mengontak ke nomor telepon ini dulu sebelum pasien rujukan dari daerah tersebut dibawa ke IGD RSUDZA. Cara ini dinilai efektif dan sangat membantu pasien maupun jajaran petugas di bagian IGD. “Kita ada iPhone internal dan ada telepon luar,” katanya. Semua ini

disiapkan untuk memudahkan komunikasi antar-petugas di rumah sakit dan dengan pihak luar.

Sebagian petugas medis di rumah sakit daerah menanyakan status ruang rawat inap saat menelepon petugas di IGD. Seperti juga bagian yang lain, IGD RSUDZA juga punya tantangan tersendiri, khususnya menghadapi banyaknya rujukan pasien dari berbagai fasilitas kesehatan dari seluruh Aceh. “Kita kesulitan untuk kamar rawat. Kadang-kadang crowded sekali. Pasien sering tertahan di IGD, karena tidak ada tempat rawat,” tandasnya.

Pihaknya sebetulnya berusaha semaksimal mungkin agar pasien tidak lama berada di IGD. Jika mengacu kepada standar pelayanan, durasi maksimal pasien berada di IGD selama 6 jam. Akan tetapi, pihaknya berusaha secepat mungkin agar pasien segera diteruskan ke ruangan jika memang diharuskan rawat inap. Namun diakuinya, di waktu tertentu kadang pasien harus menginap di IGD sampai dua hari lamanya. (ska)



Jumlah Pasien Normal di Bulan Ramadhan

RABU siang pekan lalu, Bu Kur tampak sibuk. Dia mondar mandir di IGD. Beberapa saat kemudian perempuan itu tampak berdialog dengan dokter jaga. “Mohon maaf, tunggu sebentar ya, saya urus pasien dulu,” kata perempuan ini kepada kru Haba Kependudukan yang menyapanya seraya memencet nomor telepon di atas meja. Sejenak kemudian Sarjana Sains Terapan ini berbicara dengan seseorang dari balik telepon. “Tadi saya memastikan ada ruangan nggak,” katanya kepada wartawan RSUDZA Lam Haba saat hendak memulai sebuah wawancara.

Sebagai Case Manajer yang berkaitan langsung den-

gan pasien, Bu Kur harus memastikan pelayanan berjalan dengan lancar. Tidak ada pasien yang telantar di IGD atau harus antre berlama-lama di IGD untuk mendapatkan kamar rawat inap.

Diakui Bu Kur, pasien di IGD selama bulan puasa berjumlah normal. Rabu pekan lalu, misalnya, jumlah pasien yang dirawat di IGD malah beberapa orang saja. Namun, kalau dirata-ratakan dalam beberapa bulan terakhir, jumlahnya sekira 130 sampai 150 orang per hari. Menurut Bu Kur, jumlah ini tergolong tinggi, namun pihaknya masih bisa melayani dengan baik.

Meskipun jumlah ini dinilai-

nya melebihi kapasitas, namun mereka yang datang ke IGD tak semua harus dirawat inap, yang tentu saja menambah masalah baru jika tempat rawat inap penuh. “Cuma ada pasien yang habis observasi langsung pulang. Jadi, pasien yang masuk di IGD adalah pasien yang dirawat plus rawat jalan,” tandasnya.

Namun, beberapa waktu lalu IGD sempat melebihi kapasitas. Membeludaknya pasien IGD ini terjadi karena banyaknya rujukan dari rumah sakit daerah. Akibatnya pelayanan yang diberikan kepada pasien pun jadi kurang maksimal.

Seperti pernah disampaikan Dr dr Azharuddin SpOT (K) Spine FICS yang kini men-

jadi Direktur RSUDZA, beberapa waktu lalu, jumlah pasien yang diterima di IGD pernah lebih dari 150 orang. Padahal, ruangan itu hanya menyediakan belasan tempat tidur yang masing-masing tersedia oksigennya.

“Tapi karena pasien yang membeludak, ada pasien yang ditempatkan di tempat tidur sementara yang tidak dilengkapi oksigen, dan pengaman di sisi kanan kiri tempat tidurnya. Akibatnya tidak dapat memberikan penanganan yang maksimum,” jelasnya kala itu.

Kondisi seperti ini, kata Azharuddin, sebenarnya melanggar aturan keamanan pasien. Padahal dalam akreditasi disyaratkan keselamatan pa-

sien di atas segalanya. “Seharusnya yang kita urus belasan orang, tapi dalam waktu yang sama kita harus urus sampai 70 pasien. Semuanya jadi di bawah standar. Belum selesai kita urus yang ini, selanjutnya sudah memerlukan penanganan,” ujarnya.

Azharuddin menambahkan petugas di IGD siap 24 jam. Tapi kalau jumlah pasien yang dilayani sangat banyak tentu petugas jadi kelelahan. Normalnya masing-masing petugas mengurus 3-4 pasien. Dengan kondisi yang membeludak ini tentu beban petugas juga banyak. Ruangan juga menjadi sangat sempit dan menghambat petugas untuk mengurus pasien. (*)



Dokter Jaga Selalu Stand by 24 Jam



“Mekanismenya sudah diatur, baik itu dokter jaga onsite yang standby 24 jam, maupun dokter oncall (dihubungi) untukantisipasi kasus darurat.”

dr. Nanda Earlia, SP.KK, FINS DV
Kepala Bidang Pelayanan Medis

KEPALA Bidang Pelayanan Medis Rumah Sakit Umum Daerah dr Zainoel Abidin (RSUDZA) Banda Aceh, dr. Nanda Earlia, SP.KK, FINS DV mengatakan, selama libur cuti dan perayaan Idul Fitri aktivitas pelayanan dan perawatan di Instalasi Gawat Darurat (IGD) tetap berjalan seperti hari-hari biasa. “Instalasi Gawat Darurat tetap buka 24 jam,” ujarnya.

Instalasi Gawat Darurat (IGD) selalu siaga 24 jam non stop lengkap dengan dokter jaga dan tim siaga

bencana yang selalu standby di tempat.

Nanda mengatakan, Rumah Sakit Umum dr Zainal Abidin sudah memiliki prosedur tetap (protap) terkait pelayanan medis, terutama untuk kasus-kasus emergency.

Sedangkan pelayanan kasus-kasus non emergency, pihaknya akan bekerja sama atau melakukan sistem koordinasi horizontal dengan RS Harapan Bunda, RS Kesdam, dan RS Pertamedika Ummi Rosnati, Banda Aceh.

“Hal ini juga sesuai dengan pedoman seperti yang ditunjuk oleh Badan Penyelenggara Jaminan Sosial (BPJS) Kesehatan,” terang Nanda Earlia.

“Nah untuk sementara waktu, pelayanan Rawat Jalan ditiadakan dan Pasien Poliklinis dapat berobat ke Rumah Sakit yang sudah ditunjuk oleh BPJS,” sambung Alumnus Fakultas Kedokteran Unsyiah ini.

Selama libur dan cuti lebaran, untuk layanan Rawat Jalan dan Poliklinik ditutup sementara, dan mulai beroperasi kembali pada 21 Juni 2018 mendatang. Namun jika ada kasus emergency atau darurat, layanan dokter spesialis tetap on call atau standby bila sewaktu-waktu pasien membutuhkan layanan dokter spesialis.

Dokter Nanda menambahkan, selain dokter umum, setiap harinya dokter spesialis juga akan tetap siaga di unit IGD. Yakni dokter spesialis penyakit dalam, dokter spesialis anak, dokter spesialis kebidanan dan kandungan, dokter spesialis bedah, dan dokter spe-



sialis anastesi. “Semuanya sudah diatur sebagai dokter jaga onsite, yang stand by 24 jam,” tandasnya.

Selain dokter-dokter yang siaga, semua dokter (yang telah ditetapkan) juga siap jika dilakukan on call (dihubungi) untukantisipasi kasus darurat. Pihak Rumah Sakit, kata Nanda, juga sudah mengatur jadwal dan menyiapkan dokter spesialis on call.

Dengan demikian, ketika Lebaran nanti masyarakat tidak perlu risau, sebab ada dokter onside dan dokter on call yang siap melayani 24 jam. “Dokter spesialis yang berada di rumah tetap siaga (on call), insyaallah respons time nya paling lama 30 menit,” ujar dokter Spesialis Kulit dan Kelamin, yang juga Sekretaris Komite Mutu dan Keselamatan Pasien (KMKP) ini.

Nanda menegaskan,

penetapan dokter jaga onsite dan oncall selama libur panjang berlaku seperti biasa. “Pedomannya sudah ditanda tangan oleh Direktur, dan semoga berjalan dengan baik,” tukasnya.

Jika pun ada dokter yang tidak bisa dihubungi, maka manager jaga akan menghubungi masing-masing kepala bagian/ketua staf medis fungsional (SMF) terkait. Jika tidak dapat dihubungi juga, sambung Nanda, manager jaga dapat menghubungi bidang pelayanan medis/keperawatan dan Wakil Direktur Pelayanan 24 jam.

“Nah, untuk dokter atau petugas yang tidak disiplin tetap berlaku sanksi, berupa Surat peringatan dan pengurangan skor penilaian Indeks Kinerja Individu (IKI). Namun demikian kita berharap semua berjalan lancar,” pinta Nanda.

Prinsipnya, semua unit di Rumah Sakit dr Zainoel Abidin sudah disiapkan untuk membantu kelancaran pelayanan pasien, termasuk tim medis di IGD, tim instalasi pemeliharaan sarana RS, Instalasi Permeliharaan sanitasi dan lingkungan Rumah Sakit, instalasi Rawat Inap, dan Instalasi penunjang lainnya seperti Laboratorium, Radiologi, CSSD, IPSL, IPRS, Gizi, Laundry, Depo Farmasi, Kemotoran (ambulance) dan Pemulasaraan jenazah. Satuan pengamanan (security) juga akan stanby di areal-areal yang telah ditentukan.

“Ada manager on duty yang akan memonitor, dan saling berkoordinasi. Jadi semua sudah diatur mekanismenya. Hal ini tentunya untuk tetap siaga memberikan pelayanan optimal kepada masyarakat,” terang Nanda Earlia.

Pemilik Klinik Nayla Center, Banda Aceh ini juga menyebutkan bahwa kamar bedah untuk kasus cyto tetap berlangsung 24 jam guna mengantisipasi jika ada Kejadian Luar Biasa (KLB).

“Selama liburan kita juga sudah siapkan team bedah on call, baik itu perawat, penata anastesi, dan lain sebagainya. Artinya kamar operasi tetap memberikan pelayanan operasi cyto (emergency). Jadwal petugas sudah diatur (team on call), kesiapan staf, dan sarpras nya juga sudah memadai. Akan tetapi pelayanan kamar bedah untuk kasus elektif sementara waktu diliburkan, ya sepanjang libur lebaran ini,”pungkas dr. Nanda Earlia. (rd)



Ragam Kegiatan Ramadhan di Masjid Raudhatul Jannah RSUDZA

“Ada 350 porsi yang kita sajikan setiap harinya. Paket takjil ini berasal dari sedekah Keluarga Besar Karyawan dan Dharma Wanita RSUDZA.”

dr Nurkhalis Sp.JP-FIHA

Ketua BKM Raudhatul Jannah RSUDZA

WAKTU masih menunjukkan pukul 19.40 WIB. Sebagian orang yang baru selesai berbuka puasa dan menunaikan shalat magrib berjamaah di Masjid Raudhatul Jannah Rumah Sakit Umum Daerah dr. Zainoel Abidin (RSUDZA) Banda Aceh, pada Kamis (7/6/2018) malam, memilih untuk rehat di teras masjid. Sebagian yang lain melakukan shalat Sunnah Tahiyatul Masjid, berdzikir, dan memuja asma Allah.

“Suasana shalat Tarawih disini sangat nyaman, imamnya juga fasih,” kata Zulfan, salah seorang jamaah yang mengaku sudah dua hari berada di RSUDZA, menjaga adiknya yang saat ini sedang dirawat di ruang Mina.

Tak berapa lama, gema azan untuk shalat Isya pun mengalun indah, memecahkan kehenigan malam di lingkungan Rumah Sakit kebanggaan rakyat Aceh itu. Tampak, sejumlah warga dan keluarga pasien terlihat mulai menuju tempat wudhu, jamaah menanti untuk mendapat giliran

berwudhu.

Bulan Ramadhan menjadi momen yang tepat untuk berlomba-lomba dalam melakukan kebaikan dan mendulang pahala, salah satunya ya dengan berbagi takjil. Tak kurang dari 350 porsi makanan tersedia setiap harinya yang disajikan secara gratis kepada masyarakat umum maupun keluarga pasien.

Ketua Badan Kemakmuran Masjid (BKM) Raudhatul Jannah RSUDZA, dr. Nurkhalis Sp.JP-FIHA mengatakan, paket takjil memang rutin disiapkan oleh pihaknya selama Ramadhan. “Ada 350 porsi yang kita sajikan setiap harinya. Paket takjil ini berasal dari sedekah Keluarga Besar Karyawan dan Dharma Wanita Rumah Sakit Zainoel Abidin,” terang Nurkhalis.

Menjelang berbuka, biasanya santapan untuk berbuka puasa (takjil) telah tertata rapi. Ada Kurma, minuman segar, dan varian kue basah. Juga tersedia kanji rumbi atau sejenis

bubur ayam.

Lebih lanjut Nurkhalis mengungkapkan bahwa setiap bulan suci Ramadhan, pihaknya juga bekerja sama dengan Rumah Zakat Aceh, dan menggelar Kemah Alquran.

Iktikaf dan Berburu Malam Seribu Bulan

Memasuki 10 hari terakhir Ramadhan, ungkap Nurkhalis, kegiatan juga diisi dengan pelaksanaan Iktikaf dan Qiyamul Lail (shalat malam). Seperti halnya masjid-masjid lainnya, Masjid Raudhatul Jannah juga mempunyai tradisi khusus guna meraih fase “itqun minannar”.

Nurkhalis menjelaskan, shalat qiyamul lail (shalat malam) dimulai pada sepertiga malam hingga menjelang subuh. Pengurus Masjid Raudhatul Jannah juga menyediakan makanan sahur untuk jamaah yang melaksanakan Iktikaf. “Kita menyediakan makanan sahur untuk jamaah yang melaksanakan Iktikaf disini,” tuturnya.

Bagi warga Banda Aceh dan sekitarnya yang ingin merasakan kenyamanan dan kekhayusan, mungkin Masjid Raudhatul Jannah bisa menjadi pilihan. Shalat qiyamul lail akan dipimpin secara bergantian oleh ustad Muhammad Taufiq dan ustad Mirwar Muhammad.

Iya, sepuluh terakhir Ra-



madhan menjadi saat-saat yang berharga, dan Lailatul Qadar merupakan malam yang lebih baik daripada seribu bulan, sehingga umat Islam banyak yang berburu untuk mendapatkannya. Bulan penuh ampunan, ber-

kah dan pahala ini akan segera pergi sehingga umat Muslim harus mampu memanfaatkan dengan sangat baik, demi meraih ampunan-Nya. Karena belum tentu pada tahun depan bisa menemuinya lagi.(rd)

Berbagi Tanpa Batas Ala RSUDZA

INILAH sedekah tanpa batas ala para punggawa RSUDZA Banda Aceh. Berbagi tanpa batas. Intinya bukan tanpa batas dari sisi jumlah yang dibagi, namun lebih kepada sedekah tanpa mengenal sekat lokasi, waktu serta ras.

Inilah sedekah without frontier yang disasarkan kepada semua orang, mulai dari pasien dan pengunjung rumah sakit, hingga kaum dhuafa di pelosok pedesaan sekalipun.

Berbagi tanpa batas selama kondisi keuangan memungkinkan, bagi orang-orang yang membutuhkan uluran tangan sesama.

Seperti dijelaskan Ariful Hadi, SKM MKes, salah satu inisiator serta koordinator kegiatan, berbagi tanpa batas bukanlah dari sisi nominalnya, karena kemampuan manusia siapapun dia tetap terbatas. Akan tetapi, bersedekah tak ada batasan lokasi

dan waktu, bukan hanya untuk orang-orang di sekitar, namun juga banyak orang lain yang jauh yang membutuhkan uluran tangan.

Termasuk tentunya orang-orang di sekitar tempat mencari nafkah, kalau di rumah sakit, maka mereka yang ada di rumah sakit, seperti pasien, keluarganya, pengunjung atau pemakai jasa layanan rumah sakit yang juga butuh uluran dan



simpati.

Khusus sedekah kepada pasien dan keluarga yang memang membutuhkan, ajang itu juga sebagai silaturahmi. Bagaimanapun hubungan emosional antara pasien dan pelaksana medis di rumah sakit adalah kunci sukses dari sebuah konsep pelayanan yang humanis.

Bentuk berbagi itu tak mesti hanya dalam paket bantuan, baik sandang maupun pangan. Namun juga bisa saja lewat minum sanger dan makan kurma secara bersama. Itu menjadi tali perekat yang tak ternilai.

Menurut Ariful, acara berbagi itu juga dilaku-

kan bersama jamaah shalat taraweh dan qiyamul lail di Masjid Raudhatul Jannah RSUDZA. Bukan hanya dalam bentuk pemberian nyata kepada keluarga pasien atau pihak-pihak nun jauh di luar RSUDZA itu sendiri.

Dalam kaitan ‘berbagi’ itu pula, para karyawan RSUDZA telah membentuk grup dengan nama ‘Komunitas Berbagi’. Dengan anggota mulai dari dokter, perawat, hingga petugas farmasi atau komponen lain di RSUDZA yang punya misi sama, nawaitu yang ikhlas untuk berbagi kepada sesama. Bersedekah memang tak mengenal waktu dan tempat.(**)





Disiplin dan Tetap Semangat Bekerja di Hari Lebaran

“Ini memang sudah menjadi amanah sebagai seorang perawat. Tugas dan tanggung jawab adalah di atas segalanya, para tenaga medis di seluruh Indonesia juga merasakan hal yang sama,”

Muslem S.Kep
Perawat di RSUDZA



SETIAP profesi selalu ada konsekuensinya. Ketika seseorang memutuskan menjadi dokter atau paramedis, polisi, satpam, petugas pemadam kebakaran, atau wartawan, misalnya, ia memang harus rela tidak libur di saat sebagian besar masyarakat menikmati liburannya.

Di hari libur panjang dan cuti bersama dalam menyambut

Lebaran Idul Fitri 1439 Hijriyah ini, misalnya, banyak orang yang tak bisa menikmati libur bersama keluarganya.

Muslem S. Kep (30), seorang perawat di Rumah Sakit Umum Daerah dr Zainoel Abidin (RSUDZA) Banda Aceh, adalah salah satunya.

Di hari pertama Lebaran 2018 ini, ia mendapat giliran berjaga (shift) sejak malam le-

baran hingga siang hari, hal ini juga sesuai jadwal yang sudah diatur jauh-jauh hari oleh manajemen rumah sakit.

“Shift jaga sudah diatur dengan sistematis, saya bertugas malam meugang dan malam lebarannya saya juga berdinias,” kata Muslem, di sela-sela melayani pasien di ruang Instalasi Gawat Darurat (IGD) RSUDZA Banda Aceh, Rabu (6/6) petang.

Dikatakannya, manajemen RSUD dr. Zainoel Abidin sudah cukup baik mengatur sistem penjadwalan saat situasi libur seperti ini. Ada shift yang bergantian setiap harinya sehingga ia tak terlalu merasa kehilangan waktu bersama keluarga ketika momen Lebaran seperti ini.

Muslem kebagian jadwal masuk selama hari pertama Lebaran. Meski demikian, pria kelahiran Rawang Itek, Aceh Utara ini menuturkan, tak sedikit pun

dirinya berkeluh kesah karena tidak bisa menghabiskan waktu sepanjang hari bersama keluarga.

“Ini memang sudah menjadi amanah sebagai seorang perawat. Tugas dan tanggung jawab adalah di atas segalanya, para tenaga medis di seluruh Indonesia juga merasakan hal yang sama. Terlebih bagi mereka yang bertugas di kawasan mayoritas Islam,” ujar Muslem.

“Memang benar, selama bekerja di Rumah Sakit saya belum pernah merasakan lebaran di kampung halaman, tetapi ya dibawa santai saja, harus tetap semangat, lagian tugas ini juga sangat mulia,” sambungnya.

Pria murah senyum ini juga mengaku sudah terbiasa dengan pola kerja yang mengharuskannya masuk di saat cuti dan libur lebaran, bahkan hal ini sudah bisa dilakoninya setiap menjelang hari bahagia yang sebentar lagi

dirayakan oleh umat muslim di seluruh dunia ini.

“Yang penting harus ikhlas dan tetap semangat. Keluarga juga sudah sangat mengerti dengan profesi saya sebagai perawat,” ungkapnya.

Muslem mengatakan tidak keberatan jika harus bekerja di hari libur. “Tidak ada pergulatan batin karena ini memang sudah menjadi tugas kami. Ini sudah menjadi konsekuensi pekerja medis,” tandasnya.

Tentu masih ada ribuan lagi pekerja-pekerja lain seperti halnya profesi Muslim. Dedikasi mereka sebagai pelayan publik patut diacungi jempol. Tak ayal, loyalitas mereka sering mendapat apresiasi simpatik dari pihak yang membutuhkan pelayanan mereka.

Sekali lagi, kuncinya adalah dedikasi dan loyalitas terhadap pekerjaan, dan mendahulukan kepentingan publik di atas kepentingan pribadi. Selamat Idul Fitri 2018, mohon maaf lahir dan batin. Semoga pasien yang dirawat dan sedang menjalani proses pengobatan diberi kemudahan dan kesembuhan. Serta petugas kesehatan yang sedang “berjibaku” diberi kesabaran. Aamiin. (rd)

Jadwal Edukasi

SPECIAL EVENT PROMKES RSUD dr. ZAINOEL ABIDIN BULAN JUNI 2018

Pertolongan Pertama Henti Jantung

Kamis, 21 Juni 2018

PEMBICARA : dr. Emilia.SpEM

RUANG TUNGGU MEDICAL RECORD

PESERTA : PASIEN, KELUARGA DAN PENGUNJUNG RS

Nutrisi Pada Pasien Kanker Post Kemoterapi

Jumat, 22 Juni 2018

PEMBICARA : dr. Fauziah.Amd.Gizi

RUANG RAWAT ONKOLOGI

PESERTA : PASIEN, KELUARGA DAN KELUARGA

Manfaat Donor Darah

Senin, 25 Juni 2018

PEMBICARA : dr. Darul Ilham

RUANG TUNGGU INTENSIF

PESERTA : KELUARGA DAN PENGUNJUNG RS

Mendeteksi Epilepsi Sejak Dini

Selasa, 26 Juni 2018

PEMBICARA : dr. Nova DianLestari.SpS

RUANG TUNGGU POLIKLINIK SARAF

PESERTA : PASIEN, KELUARGA DAN PENGUNJUNG RS

Infeksi Telinga

Kamis, 28 Juni 2018

PEMBICARA : dr. Suriyanti.M.Ked (ORL-HNS)SpTHT-KL FICS

RUANG TUNGGU MEDICAL RECORD

PESERTA : PASIEN, KELUARGA DAN PENGUNJUNG RS

Tata Cara Membayar Fidyah

Jumat, 29 Juni 2018

PEMBICARA : Ustad Maskur Rahmah

RUANG TUNGGU MEDICAL RECORD

PESERTA : PASIEN, KELUARGA DAN PENGUNJUNG RS



Mudik Lebaran, Peserta JKN-KIS Tetap Dilayani Dimana Saja



SELAMA masa mudik lebaran, peserta Jaminan Kesehatan Nasional (JKN-KIS) bisa mendapatkan pelayanan kesehatan dimana saja seluruh rumah sakit yang bekerja sama dengan Badan Penyelenggaraan Jaminan Sosial (BPJS) Kesehatan.

“Peserta JKN-KIS tidak perlu khawatir saat liburan lebaran. Kemudahan itu mulai berlaku H-7 hingga H+8 lebaran atau 7-23 Juni 2018. Pelayanan kesehatan berlaku di rumah sakit mana saja yang ada kerja

sama,” kata Kepala BPJS Kesehatan Cabang Banda Aceh, Aldiana, saat jumpa pers, Senin (4/6).

Aldiana menambahkan kewajiban melayani peserta luar wilayah saat libur lebaran juga berlaku bagi Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama (FKTP) non puskesmas. Apabila tidak terdapat FKTP yang dapat memberikan pelayanan dapat dilayani di IGD rumah sakit setempat.

“Pada keadaan kedaruratan seluruh fasilitas kesehatan baik tingkat pertama maupun

lanjutan wajib memberikan pelayanan penanganan pertama pada peserta JKN KIS. Peserta yang membutuhkan pelayanan kesehatan selama perjalanan mudik tidak dipungut biaya sepeser pun,” jelasnya.

Ia juga menjelaskan, kebijakan tersebut berlaku di seluruh Kantor Cabang BPJS Kesehatan, yakni untuk memberikan rasa nyaman kepada para peserta JKN-KIS selama menjalani perjalanan mudik lebaran.

“Oleh karena itu para peserta JKN KIS yang sedang mudik selalu membawa kartu JKN-KIS miliknya. Apabila peserta tidak membawanya bisa menggunakan KTP atau Kartu Keluarga,” katanya.

Selain itu, lanjut Aldiana, untuk memastikan kelancaran peserta dalam memperoleh pelayanan kesehatan yang di

perlu, pihak BPJS kesehatan juga telah menyiapkan aplikasi mudik BPJS yang dapat di download gratis di perangkat Android.

“Aplikasi tersebut menyediakan telepon penting, info BPJS Kesehatan serta lokasi-lokasi penting, yang sangat berguna bagi para peserta JKN KIS,” ungkapnya.

Kepala BPJS Kesehatan Cabang Lhokseumawe, Manna mengatakan, peserta JKN-KIS tetap berhak atas jaminan pelayanan kesehatan selama hari libur lebaran dengan prosedur yang sudah disepakati dengan fasilitas kesehatan yang bekerja sama dengan BPJS Kesehatan.

Untuk peserta JKN-KIS yang menjalani mudik, apabila membutuhkan pelayanan kesehatan di luar kota dapat memperoleh pelayanan kesehatan pada Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama yang bekerja sama dengan BPJS Kesehatan walaupun peserta tidak terdaftar di FKTP tersebut.

Dikatakan, prinsip portabilitas pada program JKN-KIS bisa dirasakan saat-saat mudik lebaran.

Sesuai dengan peraturan

perundangan dan yang selama ini sudah berjalan, peserta yang berada di luar kota dan tidak menetap dalam jangka waktu lama, dapat mengakses pelayanan kesehatan di Fasilitas Kesehatan Tingkat Pertama, walaupun peserta itu tidak terdaftar di FKTP tersebut.

“Hal tersebut juga sudah menjadi bagian dari perjanjian kerja sama antara BPJS Kesehatan dan faskes, dan faskes tidak diperkenankan menarik biaya tambahan,” kata Kepala BPJS Kesehatan Cabang Lhoskeumawe, Manna.

Manna menambahkan, kewajiban melayani peserta luar wilayah saat libur lebaran juga berlaku bagi FKTP Non Puskesmas (Klinik Pratama dan Dokter Praktek Perorangan) yang membuka praktek pelayanan kesehatan.

Apabila tidak terdapat FKTP yang dapat memberikan pelayanan saat libur lebaran di wilayah tersebut, atau peserta membutuhkan pelayanan di luar jam buka layanan FKTP maka peserta dapat dilayani di IGD Rumah Sakit untuk mendapatkan pelayanan medis dasar. (*)

Mudik Nyaman Rumah Juga Aman

BERIKUT beberapa langkah efektif saat Anda meninggalkan rumah untuk mudik

- Cek kondisi rumah secara berkala dengan menelepon orang-orang yang anda percaya untuk menjaga rumah saat ditinggalkan.
- Titipkan rumah pada keluarga atau kerabat yang tidak mudik, untuk tinggal di rumah selama Anda mudik bersilaturahmi di daerah asal. Tentusaja yang dapat dipercaya, atau pihak-pihak yang dirasa mau, amanah dan mampu melakukannya.
- Jangan lupa melaporkan pada ketua RT tentang kepergian Anda.
- Jangan biarkan rumah terlihat kosong, dengan meminta orang kepercayaan untuk secara reguler mengunjungi rumah yang ditinggalkan. Bisa juga letakkan beberapa sandal di depan pintu agar terkesan ada orang dirumah.
- Periksa kembali jendela dan pintu rumah agar jangan sampai ada yang belum terkunci. Pasang rantai besar untuk pintu pagar sebagai pengaman ganda selain gembok.
- Lepaskan selang gas dari kompor dan tabung LPG karena rentan digerogoti tikus atau sebaiknya ditiptkan saja ke tetangga kalau ragu-ragu.
- Sebelum berangkat, copy-lah dokumen-dokumen penting semua anggota keluarga yang pergi. Paspor, kartu kredit, KTP dan SIM merupakan dokumen yang harus Anda copy untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan, misalnya kehilangan

paspor, kesalahan input data, dan sebagainya. Tinggalkan satu rangkap di rumah, dan bawa satu rangkap lainnya saat bepergian.

Tips Kelistrikan Rumah Kosong Selama Mudik

- Tetap hidupkan lampu teras rumah tetap seperti tidak keadaan kosong, sehingga meminimalisir adanya pencurian.
- Sebisa mungkin matikan semua komponen elektronik, misalnya televisi, ac, kipas angin, rice cooker dll. Kecuali jika hanya kulkas yang dihidupkan.
- Lepas semua kabel komponen elektronik dari kontak listrik, agar tidak terjadi konslet misalnya saat ada petir.
- Pastikan tidak ada kabel yang rusak jika ada komponen yang menyala seperti lampu.
- Jika anda pengguna dari listrik pintar yang pengisian listrik menggunakan pulsa. Maka jangan sampai pulsa anda habis dan listrik anda dirumah yang ditinggalkan padam.

Aman dan Nyaman Mudik dengan Kendaraan Umum

Berikut ini adalah beberapa tips sederhana agar mudik Anda tetap aman dan nyaman selama naik bus atau kendaraan umum lainnya:

- Tentukan kendaraan atau angkutan yang akan digunakan. Tentukan apakah akan menggunakan angkutan (bus) biasa, AC atau AC eksekutif. - Siapkan tiket minimal

seminggu sebelum keberangkatan, jika perjalanan dilakukan ngeteng (estafet) pembelian tiket tidak perlu dilakukan, kita cukup mempersiapkan uang recehan untuk ongkos.

- Siapkan uang lebih di kantong/tas yang gampang dijangkau, jangan terlalu sering mengeluarkan dompet.
- Pesanlah tiket kendaraan melalui kantor perwakilan atau agen yang resmi.
- Bawalah barang secukupnya saja, jangan berlebihan. Membawa banyak barang bisa jadi nanti akan dikenakan ongkos bagasi. Selain itu, pencopet kerap mencari target orang-orang yang kerepotan membawa barang.
- Gunakan alas kaki yang memudahkan anda bergerak. Jangan menggunakan sepatu berhak tinggi (wanita), bersol (pria), atau sandal jepit.
- Jangan menggunakan perhiasan yang mencolok dan pastikan barang-barang berharga tersimpan dengan aman.
- Bawalah makanan dan minuman ringan untuk bekal di perjalanan. Kemacetan saat mudik biasanya membuat jadwal makan atau berhenti bus tidak menentu.
- Bawalah obat-obatan semisal minyak angin, antimo atau lainnya untuk berjaga-jaga selama di perjalanan.
- Selalu waspada selama di perjalanan. Jangan memakan makanan atau minuman dari teman seperjalanan yang baru anda kenal.

- Pastikan anda mengetahui letak dan prosedur penggunaan alat-alat keselamatan didalam bus.
- Perhatikan cara pengemudi menjalankan tugasnya, jika ugal-ugalan segera tegur atau laporkan di no pengaduan / layanan pelanggan
- Simpan tiket perjalanan anda. Pastikan tiket anda tidak tertinggal atau tercecer dijalan.
- Packing semua barang bawaan mudik serapih mungkin, satukan dan jangan terlalu banyak tentengan. Pisahkan barang keperluan selama perjalanan yang sering digunakan pada tas khusus, agar tidak membongkar-bongkar tas di jalan.
- Beri nama atau tanda pada barang bawaan supaya tidak tertukar, sisipkan identitas kita agar mudah dihubungi orang lain, antisipasi barang tertinggal atau hilang.
- Bawa air minum dan makanan secukupnya, jangan membiasakan jajan di jalanan, selain harganya mahal, kadang tanggal kadaluarsanya sudah lewat, dan makanan dari rumah itu lebih sehat.
- Bawa obat-obatan, jika tiba-tiba sakit, obat penting saja, semisal sakit perut, pusing, masuk angin dsb. Jangan lupa tissue kering dan basah.
- Jika membawa barang electronic (laptop) usahakan titipkan pada awak bus (jika naik bus langsung), biasanya bus menyediakan bagasi khusus untuk penitipan, jadi kita tidak perlu khawatir dan keberatan membawa barang itu kemana-mana.
- Catat nomor kendaraan yang kita naiki, agar jika terjadi sesuatu yang tidak di inginkan, misal ketinggalan bus, kita bisa mencarinya, bila perlu minta nomor telepon awak bus.
- Yang paling penting, jangan menggunakan perhiasan mencolok jika tidak memakai sama sekali, selama perjalanan, gunakan pakaian yang nyaman untuk bergerak, sepatu dan lain hal.
- Berdoalah sebelum memulai perjalanan agar selamat sampai di tujuan.



Tidak Ada Batas Aman Bagi Orang Terpapar Asap Rokok

PEROKOK pasif adalah orang yang tidak merokok tetapi ada di sekitar (dalam jangkauan) asap rokok. Efek asap rokok bagi perokok pasif ada dua macam yaitu efek langsung dan tidak langsung.

Efek langsung, seperti iritasi mata, batuk-batuk, pusing dan mual-mual. Bagi penderita asma bisa menurunkan fungsi paru. Efek yang ditimbulkan 3 kali lebih berbahaya dari pada perokok aktif. Efek tidak langsung, perokok pasif memiliki peningkatan resiko terkena kanker sebanyak 25 persen.

Pada bayi bisa mengalami Sudden Infant Death Syndrome atau kematian mendadak. Calon ibu yang merokok atau terpapar asap rokok saat mengandung menyebabkan berbagai kelainan saat melahirkan seperti kekurangan berat badan, posisi janin tidak benar, kecacatan dan lain-lain.

Pada anak-anak asap rokok dapat menyebabkan Pneumonia (radang paru-paru), Bronchitis, Asma, Infeksi telinga dan lain-lain.

Sedangkan bagi orang dewasa menyebabkan berbagai jenis kanker seperti kanker paru-paru dan kanker panyudara, sinus (radang pada hidung), penyakit jantung, menurunkan fungsi hati, sampai menurunkan fungsi seksual (impotensi). Sekitar 70% perokok pasif terpapar asap rokok saat berada di tempat umum.

Merokok merupakan penyebab kematian dini yang dapat dicegah. Perokok memiliki risiko tinggi untuk berkembang menjadi penyakit kronis. Seperti aterosklerosis, penumpukan lemak pada pembuluh darah arteri yang dapat mengakibatkan penyakit jantung koroner, serangan jantung dan stroke.

Secara keseluruhan, angka harapan hidup juga berkurang bagi orang yang memiliki kebiasaan merokok jangka panjang, dengan perkiraan usia akan berkurang 10-17,9 tahun lebih sedikit dibanding yang bukan perokok.

BAHAYA ROKOK

Rokok mengandung 4000 bahan kimia, 200 diantaranya beracun dan 43 penyebab kanker. Racun utama pada rokok adalah Nikotin, Tar dan Karbon Monoksida (CO). Nikotin adalah zat adiktif (menimbulkan kecanduan) yang mempengaruhi syaraf dan peredaran darah. Zat ini mampu memicu kanker paru-paru yang mematikan.

Tar adalah substansi hidrokarbon yang bersifat lengket dan menempel pada paru-paru. Karbon monoksida adalah zat yang mengikat hemoglobin dalam darah, membuat darah tidak mampu mengikat oksigen.

DAMPAK RACUN ROKOK

Efek racun rokok membuat penghisap asap rokok mengalami resiko lebih besar (dibanding yang tidak menghisap asap rokok) sebagai berikut : 14 kali menderita kanker paru-paru, mulut dan tenggorokan. 4 kali menderita kanker lambung. 2 kali kanker kandung kemih/kelamin 2 kali serangan jantung. Rokok juga meningkatkan resiko kematian bagi penderita penyakit paru dan gagal jantung, impotensi serta tekanan darah tinggi terutama pada wanita hamil

Dampak Merokok Jangka Pendek



Merokok dapat membahayakan hampir semua organ tubuh dan akan menimbulkan berbagai penyakit mempengaruhi kesehatan perokok secara umum. Besarnya bahaya merokok sebenarnya sudah disadari oleh para perokok, hal ini karena pada setiap bungkus rokok terdapat peringatan mengenai bahaya yang ditimbulkan dari merokok.

Tetapi, hal tersebut seringkali kuatnya ketergantungan terhadap rokok bagi perokok yang dapat membuat tidak mau berhenti untuk menghisapnya.

Berikut ini beberapa dampak merokok jangka pendek bagi kesehatan.

1. Denyut nadi dan tekanan darah meningkat
2. Gerakan usus meningkat
3. Nafsu makan menurun
4. Sirkulasi darah kurang baik
5. Suhu ujung jari tangan dan kaki menurun
6. Berkurangnya rasa mengecap dan membau
7. Menimbulkan kerusakan gigi

Dampak Merokok Jangka Panjang

Merokok dapat membunuhmu dengan perlahan tanpa disadari. Seluruh dokter di dunia bersepakat rokok itu haram dan berbahaya bagi kesehatan. Dan keuangan! Saat ini hampir semua negara di dunia mewajibkan pemasangan peringatan bergambar pada bungkus rokok, termasuk Indonesia. Peringatan bergambar pada bungkus rokok adalah sarana efektif untuk meningkatkan kesadaran masyarakat tentang bahaya merokok.

Keuntungan Berhenti Merokok

Beberapa perubahan akan terjadi jika anda berhenti merokok bahkan terjadi beberapa menit setelah anda memutuskan untuk menghentikan kebiasaan merokok yang merugikan kesehatan ini. Beberapa efek menguntungkan akan terjadi segera, dan beberapa hal-hal baik lainnya terjadi dari waktu ke waktu.

Berikut keuntungan berhenti merokok yang akan terjadi jika anda berhenti merokok:

1. Dalam 20 menit pertama setelah berhenti merokok: tekanan darah dan frekuensi jantung akan mulai perbaikan/menimbulkan perubahan yang signifikan

JADIKAN

RAMADHAN

SEBAGAI LATIHAN

UNTUK BERHENTI MEROKOK



2. Setelah 12 jam berhenti merokok: kadar karbon monoksida di dalam darah akan kembali normal
3. Setelah dua minggu hingga tiga bulan berhenti merokok: proses sirkulasi dan fungsi paru akan mengalami perbaikan
4. Setelah satu hingga sembilan bulan berhenti merokok: pernafasan yang bersih perlahan-lahan akan kembali seiring dengan menghilangnya batuk dan sesak nafas. Anda mendapatkan kembali fungsi batuk yang produktif yang dapat membersihkan paru dan meminimalkan dari risiko infeksi
5. Satu tahun setelah berhenti merokok: faktor risiko seseorang terhadap penyakit jantung koroner akan berkurang 50 persen
6. Lima hingga 15 tahun setelah berhenti merokok: risiko seseorang terkena stroke sama dengan orang yang tidak merokok
7. Setelah sepuluh tahun berhenti merokok, rata-rata kematian akibat penyakit kanker paru berkurang setengahnya dari mereka yang masih merokok. Risiko penyakit kanker lain, seperti tenggorokan, mulut, esophagus, kandung kemih, leher rahim, dan pancreas juga akan berkurang.

Sepuluh Cara Berhenti Merokok :

Jika anda telah mengambil keputusan untuk berhenti merokok, berikut sepuluh cara berhenti merokok total yang efektif, dengan cepat dan paling ampuh selamanya.

Selamat mencoba, lakukan proses perubahan dengan lembut dan berkesan.

1. Tetap bertekad dan memutuskan untuk berhenti merokok sekarang juga
2. Membuang jauh-jauh semua rokok dan yang ada kaitannya dengan rokok dan baunya
3. Bernafas panjang-panjang
4. Olahraga secara teratur
5. Mengambil waktu tidur lebih banyak (jangan banyak begadang)
6. Banyak minum air putih
7. Jauhi minuman kopi, alkohol, makanan yang berbumbu banyak
8. Jauhi semua yang mengingatkan kepada rokok seperti: kursi dimana anda biasa duduk merokok, ruangan dimana anda biasa merokok
9. Percaya bahwa orang lain akan setu-

ju kalau anda berhenti merokok

Tujuh Tips Berhenti Merokok

1. Bulatkan Tekad untuk berhenti Merokok
2. Berhenti Merokok Seketika atau melakukan pengurangan jumlah rokok yang dihisap per hari secara bertahap
3. Kenali waktu dan situasi dimana anda paling sering merokok
4. Mintalah dukungan dari keluarga dan kerabat
5. Tahan Keinginan anda dengan menunda
6. Berolahraga secara teratur
7. Konsultasikan dengan dokter, pastinya dengan dokter yang tidak merokok ya.....:-)

Mari hidup sehat tanpa rokok agar kita lebih sehat. Banyak orang yang ingin berhenti merokok namun hanya sebagian saja yang melakukannya dengan sungguh-sungguh. Berhenti merokok memang sulit sekali dilakukan bagi yang sudah kecanduan, tapi bukan berarti tidak bisa.

Bulan Ramadhan, khususnya bagi umat Islam, sudah terbiasa untuk menahan makan dan minum dari terbit fajar sampai terbenam matahari. Nah selama puasa ini dijalankan, pastinya bagi perokok juga tidak diperbolehkan untuk merokok.

Selama menjalani rutinitas puasa ini, perokok sanggup untuk menahan diri dari keinginan untuk merokok dari sejak terbit fajar hingga saat berbuka tiba. Tak kurang dari 12 jam para perokok ini sanggup untuk menahan diri dari keinginan untuk merokok.

Hal ini seharusnya bisa dijadikan sebagai latihan bagi para perokok untuk berhenti merokok. Kalau selama 12 jam menjalani ibadah puasa mereka sanggup menahan diri dari keinginan untuk merokok, pastinya mereka juga akan sanggup untuk seterusnya menahan diri untuk tidak merokok jika di dalam diri sudah ditanamkan niat untuk berhenti merokok.

Jika 12 jam perhari bisa untuk berhenti merokok, kenapa tidak berhenti merokok untuk selamanya.....????

Yuk Hidup sehat tanpa rokok....





Fenomena Khitan di Saat Libur Sekolah

Oleh: **dr. Teuku Yusriadi, Sp.BA**

KHITAN (sirkumsisi) merupakan suatu tindakan menghilangkan preputium (kulup penis) pada anak laki-laki sebagai salah satu praktek operasi yang tertua di dunia.

Dalam agama Islam, khitan merupakan salah satu media penyucian diri dan bukti ketundukan kita kepada ajaran agama. Dalam hadist Rasulullah s.a.w. bersabda: "Kesucian (fitrah) itu ada lima: khitan, mencukur bulu kemaluan, mencabut bulu ketiak, memendekkan kumis dan memotong kuku" (H.R. Bukhari Muslim).

The American Academy of Pediatrics (AAP) mengakui bahwa khitan atau sunat dapat mencegah terjadinya infeksi saluran kencing pada anak-anak. Khitan juga dapat mencegah terjadinya kanker pada daerah kelamin pria. Bahkan pada beberapa keadaan tertentu yang berkaitan dengan penyakit dan

kelainan bawaan pada alat kelamin, khitan merupakan solusi tindakan yang sangat dianjurkan.

Khitan pada pria, ternyata juga bisa berdampak positif pada wanita. Sebuah penelitian dalam New England Journal of Medicine mengemukakan bahwa wanita yang pasangan seksualnya telah dikhitan memiliki risiko yang lebih rendah mengalami kanker Cervix. Dr. Xavier Castellsague yang memimpin penelitian itu telah memperhatikan data-data dari tujuh penelitian yang dilakukan lima negara di berbagai belahan dunia. Ternyata 20% pria yang tidak di khitan atau sunat di ketahui "membawa" Human Papillomavirus (HPV), sedangkan pada pria yang dikhitan sunat hanya berkisar 6% saja. Virus tersebut diperkirakan bertanggung jawab terhadap 99% kasus kanker cervix. Para peneliti juga memperkirakan

resiko wanita untuk mengalami kanker cervix menurun hingga 58% jika partner seksualnya dikhitan.

Sebagai salah satu ajaran yang telah diterapkan dalam Islam, baik bagi laki-laki maupun perempuan, khitan memiliki fungsi dan manfaat yang sangat penting bagi kepentingan syiar Islam. Sebab, khitan bertujuan untuk kesehatan jasmani dan rohani. Selain itu, khitan juga dianggap sebagai salah satu media penyucian diri dan bukti ketundukan seseorang kepada ajaran agamanya. Melalui khitan, seorang anak sejak dini diajarkan mengenai pentingnya kesehatan dan kebersihan badan, terutama alat kelaminnya. Bagi laki-laki, khitan berfungsi untuk mempermudah dan mempercepat proses pembersihan fisik sebagai salah satu syarat sahnya ibadah, khususnya yang berkaitan dengan kotoran air kencing. Dari sudut pandang medis, seperti yang diungkapkan para ahli kedokteran, khitan mempunyai faedah bagi kesehatan karena membuang anggota tubuh yang menjadi

tempat persembunyian kotoran, virus, bakteri, dan bau yang tidak sedap. Air kencing mengandung semua unsur tersebut. Ketika air seni keluar melewati kulit yang menutupi alat kelamin, endapan kotoran yang biasa disebut smegma ini sebagian tertahan oleh kulit tersebut. Semakin lama, endapan tersebut akan semakin banyak. Bisa dibayangkan berapa lama seseorang membuang air kencingnya dalam sehari dan berapa banyak endapan yang disimpan oleh kulit penutup kelamin dalam setahun. Karena itu, bila tidak dibersihkan, endapan kotoran yang tertahan itu dapat menyebabkan infeksi pada penis serta kanker leher rahim pada perempuan yang disetubuhinya.

Indikasi medis untuk sirkumsisi sendiri sebenarnya hanya sedikit. Fimosis merupakan keadaan dimana terjadi ketidakmampuan untuk mere-traksi preputium (kulup penis) akibat celah yang sempit pada bagian ujung yang terjadi akibat suatu balanitis serotica dan obliterans (BSO), yang merupakan infeksi pada glans

(kepala penis). Parafimosis atau jeratan pada preputium bagian proximal yang diretraksi ke sulkus koronarius namun sulit untuk dikembalikan kembali atau bahkan tidak dapat dikembalikan sama sekali, yang dapat menyebabkan edema (bengkak) pada penis bagian distal penis. Hal ini juga merupakan indikasi untuk dilakukan sirkumsisi.

Sirkumsisi telah menjadi praktek pembedahan selama berabad-abad dengan berbagai macam teknik, yang tujuannya adalah, menghilangkan kulit dan bagian dalam preputium secukupnya sehingga membiarkan glans tidak tertutupi. Apapun metode yang dipilih, yang paling penting adalah Dokter Bedah Anak akan memilih teknik yang paling dikuasai dengan komplikasi yang paling sedikit. Sehingga apapun metode khitan yang digunakan sebenarnya tidak perlu dikawatirkan oleh orang tua. Perbedaan dari metode konvensional dengan metode kauter atau laser hanya terletak pada alat yang digunakan untuk memotong kulup penis.

Perawatan Anak Setelah Khitan

PENCEGAHAN dan pengendalian infeksi pada anak setelah dikhitan merupakan prioritas utama dalam usaha pemberian perawatan, hal ini sebenarnya tidak hanya dilakukan setelah anak selesai di khitan saja. Akan tetapi perlu dilakukan pada saat sebelum, saat dan setelah dilakukan proses pengkhitanan.

Hal pertama yang perlu dilakukan adalah mengenali faktor risiko yang dapat menjadi penyebab terjadinya infeksi pada anak yang dikhitan, diantaranya adalah luka pada kulit yang dikhitan, malnutrisi (misalnya anak dengan gizi buruk), penggunaan obat-obatan yang dapat menurunkan imunitas, kurangnya pengetahuan tentang cara menghindari paparan kuman atau bakteri (misalnya dengan senantiasa mencuci tangan menggunakan sabun antiseptik sebelum melakukan perawatan luka khitan).

Yang kedua adalah mengenali tentang tanda dan gejala infeksi seperti demam, kemerahan, bengkak yang semakin parah setelah 2 atau

3 hari, dan nanah pada luka khitan. Setelah di khitan biasanya gland penis (bagian ujung alat kelamin laki-laki) mengalami pembengkakan dan warnanya merah cerah hal ini merupakan kondisi yang normal, dan akan berkurang setelah 1 atau 2 hari.

Anak yang di khitan biasanya membutuhkan waktu sekitar 5-7 hari untuk proses penyembuhan lukanya, selama periode ini daerah alat kelamin harus tetap dijaga agar tetap bersih dan kering, apabila anak kencing bersihkan ujung lubang kecing dengan kasa secara perlahan serta usahakan jangan mengenai luka khitan yang belum kering. Bercak-bercak darah bekas khitan juga akan menumpuk dan tampak seperti borok, jadi sering-seringlah membersihkan alat kelamin setelah di sunat misalnya dengan kasa steril yang diberi air hangat untuk menghilangkan bekas darah yang sulit terlepas.

Hal selanjutnya yang perlu dilakukan adalah memberikan asupan makanan yang mengandung protein, vitamin, dan mineral seperti

telur, ikan, daging serta memperbanyak konsumsi sayur-sayuran dan buah-buahan. Obat penghilang rasa nyeri dapat diminum sesuai kebutuhan sedangkan antibiotik yang diresepkan dokter harus diminum sampai habis, serta jangan lupa istirahat yang cukup untuk meningkatkan kekebalan tubuh dan proses penyembuhan luka.

Hindari aktivitas berlebihan seperti lari atau melompat-lompat untuk (tergantung proses penyembuhan luka) mandi dengan cara di seka atau dilap bagian tubuhnya dengan menggunakan air hangat. Setelah itu apabila luka khitan sudah kering sempurna, maka diperbolehkan mandi dengan air seperti biasanya. jangan terlalu banyak menggunakan sabun, karena dapat menyebabkan terjadinya iritasi yang dapat memperlama penyembuhan luka khitan. Setelah khitan, penting sekali untuk menjaga daerah luka dan penis sebersih mencegah terjadinya bengkak pada luka khitan.

Kapan Boleh Pakai Celana?

Sebaiknya setelah dikhitan memakai sarung terlebih dahulu, karena bentuknya longgar dan relatif aman dari kemungkinan gesekan gland penis dengan kain. Akan tetapi apabila hendak memakai celana maka gunakan celana yang lebih longgar untuk menghindari gesekan tersebut. Saat ini juga sudah ada celana yang diciptakan untuk dipakai pada anak-anak yang

menjalani sunat.

Kapan Boleh Mandi/Kena Air

Salah satu upaya dalam menjaga kebersihan dan luka khitan dari paparan kuman berbahaya adalah dengan mandi, sebaiknya selama 3-5 hari setelah khitan mungkin.

Kontrol dan Melepas Perban

Penggantian perban dapat dilakukan setiap 2-3 hari, tergantung perkembangan luka khitan. Penggantian perban dapat dilakukan sendiri di rumah jika merasa kesulitan sebaiknya dibawa ke klinik atau rumah sakit untuk dilakukan penggantian perban. Lakukan kontrol rutin kepada dokter yang mengkhitan pada hari kedua atau ketiga, apabila luka khitan sudah betul-betul kering maka perban bisa dilepaskan secara total. Sebelumnya lakukan pemberian air hangat, baby oil atau minyak kelapa pada perban dengan cara meneteskan secukupnya. Kulit luka dan perban akan melunak, sehingga mudah dilepaskan. Jika diperlukan, pelepasan perban dapat dibantu dengan penggunaan anastesi spray untuk mengurangi nyeri.

Hubungi dokter anda segera jika Anda melihat salah satu dari tanda berikut : perdarahan yang banyak, peningkatan kemerahan, demam, memburuknya pembengkakan atau adanya lepuh yang berisi nanah, tidak buang air kecil secara normal dalam 12 jam setelah di khitan. (**ekaubit**)



Tambah Sehat Setelah Ramadhan

BULAN Ramadhan telah berakhir, namun semangat Ramadhan jangan sampai padam. Semangat beribadah yang luar biasa dan kebiasaan makan yang baik hendaknya tetap dipertahankan. Jangan sampai kebiasaan-kebiasaan baik di bulan ramadhan memudar seiring perginya bulan suci nan mulia. Pada kesempatan kali ini, kita akan membahas berbagai kiat agar bertambah sehat setelah ramadhan.

Tidak Makan Berlebihan

Kebanyakan orang lebih sering direpotkan dengan urusan masak-memasak beraneka ragam makanan untuk menyambut hari raya. Tentu saja kebiasaan seperti ini bukanlah kebiasaan yang baik. Disamping termasuk berlebih-lebihan, masakan yang dimasak pun umumnya tidak lagi memperhatikan apakah sehat atau tidak. Banyak yang beranggapan bahwa saat hari raya tiba, yang lebih penting dalam menyiapkan makanan adalah macamnya banyak dan rasanya enak. Dari sinilah awal muncul atau kambuhnya berbagai penyakit setelah hari raya idul fitri.

Makan berlebihan pada saat hari raya Idul Fitri nampaknya sudah menjadi pemakluman. Akibatnya, tubuh sehat yang diidamkan setelah menjalankan puasa sudah tinggal harapan semata. Setelah perayaan hari raya usai, banyak orang yang antri untuk mengecek kondisi kesehatannya. Banyak penderita tekanan darah tinggi, kencing manis, kadar kolesterol tinggi, kadar asam urat tinggi, dan maag yang kambuh penyakitnya gara-gara makan sembarangan ketika hari raya. Selain itu, orang yang sebenarnya kondisi kesehatannya baik-baik saja juga tidak luput dari gangguan kesehatan akibat menyantap makanan berlebihan. Kita tentu tidak ingin mengalami hal serupa. Yang kita harapkan adalah bisa tetap sehat setelah menjalankan ibadah puasa dan terhindar dari gangguan-gangguan kesehatan akibat makan berlebihan saat hari raya.

"Tidak apa-apa, cuma setahun sekali" merupakan alasan yang paling sering dilontarkan ketika hendak menyantap makanan yang dihidangkan saat hari raya tiba. Tidak ada lagi menahan diri, apalagi memantang makanan tertentu yang seharusnya dihindari supaya penyakit tidak kambuh. Disamping itu, banyak makanan khas yang memang hanya muncul saat hari raya, sehingga banyak orang yang tidak mau melewatkan begitu saja kesempatan untuk mencicipinya. Alhasil, hari raya akhirnya justru menjadi ajang "balas dendam" setelah sebulan penuh berpuasa. Menyantap makanan sudah tidak ada pikir-pikir atau pilih-pilih lagi. Rasanya, semua makanan boleh disantap sebanyak mungkin. Padahal, sederet akibat yang muncul karena cara makan yang tidak terkontrol sudah menanti. Lalu, mengapa ambil risiko dengan beralasan "setahun sekali"?

Ajaran Islam menganjurkan untuk tidak berlebihan dalam masalah makan dan minum, karena akan berakibat kurang baik bagi kesehatan kita. Nabi shallallahu 'alaihi wa sallam bersabda, "Tidak ada 'bejana'

yang lebih buruk yang diisi oleh manusia daripada perutnya sendiri. Cukuplah seseorang itu mengonsumsi beberapa suap makanan yang dapat menegakkan tulang punggungnya. Kalau terpaksa, maka ia bisa mengisi sepertiga perutnya dengan makanan, sepertiga untuk minuman, dan sepertiga sisanya untuk nafasnya". Dengan demikian, bisa kita pahami bahwasanya makan berlebihan tidak dianjurkan dalam Islam karena bisa menimbulkan berbagai macam akibat yang tidak baik bagi tubuh kita.

Bahkan, tidak ada tuntunan untuk merayakan idul fitri secara berlebih-lebihan. Saling mengunjungi kerabat dan tetangga juga bisa dilakukan kapan saja, tidak terbatas hanya pada saat hari raya idul fitri. Kebiasaan makan berlebihan tentu diawali dengan kebiasaan berbelanja dan membeli makanan secara berlebihan menjelang hari raya. Maka tak heran jika harga-harga selalu naik menjelang hari raya. Pasar-pasar penuh sesak dengan orang-orang yang hendak berbelanja bahan makanan. Hal inilah yang harus kita usahakan untuk diubah. Jangan sampai kita terfitnah oleh keadaan dan suasana menjelang hari raya sehingga melewatkan begitu saja keutamaan sepuluh hari terakhir bulan Ramadhan.

Pertahankan Yang Telah Dicapai

Salah satu manfaat yang bisa dipetik dengan berpuasa adalah sembuh atau terkontrolnya penyakit yang diderita. Selain itu, bagi orang yang sehat akan semakin merasakan banyak manfaat dibanding saat sedang tidak berpuasa. Namun, sangat disayangkan

ketika banyak orang yang sudah berhasil mengontrol kondisi kesehatannya saat puasa harus menghadapi kenyataan kambuh lagi

karena tidak bisa menahan diri saat setelah bulan ramadhan usai.

Untuk itu, sebaiknya kebiasaan berpuasa tetap dilanjutkan yaitu dengan melaksanakan puasa-puasa sunnah, seperti puasa 3 hari tiap bulan, senin kamis, puasa daud, dan lain-lain.

Konsisten Agar Tidak Kambuh

Sakit maag yang sebelumnya sudah mulai membaik banyak yang kambuh lagi selepas ramadhan. Berbagai macam makanan dengan rasa pedas dan asam yang dihidangkan saat hari raya tidak ketinggalan ikut memperparah kondisi lambung penderita maag. Kebiasaan makan berlebihan dan tanpa aturan juga berimbas pada

para penderita penyakit kronis lainnya, seperti kencing manis (diabetes mellitus), hipertensi (tekanan darah tinggi) serta kadar kolesterol tinggi dan kadar asam urat tinggi. Kadar gula darah penderita kencing manis bisa tidak terkontrol jika masih saja menyantap aneka macam kue dan biskuit berkadar gula tinggi yang dihidangkan saat hari raya. Penderita hipertensi juga demikian, tekanan darahnya bisa melonjak karena banyak menyantap makanan yang asin dan berlemak. Maka sudah bisa dimaklumi, kalau pada akhirnya

kasus kejadian stroke akibat hipertensi yang tidak terkontrol akan meningkat setelah hari raya.

Selain itu, penyakit radang sendi akibat kadar asam urat yang tinggi (arthritis gout) juga makin meningkat. Bagi seseorang dengan penyakit kronis, apa yang telah diusahakan terkontrol selama puasa

Ramadhan juga sebaiknya diusahakan agar tetap terjaga setelah puasa Ramadhan berakhir supaya tidak kambuh lagi. Konsisten adalah kuncinya. Sudah seharusnya, seorang dengan penyakit kronis lebih berhati-hati dalam memilih makanan yang akan dikonsumsinya.

Bagi penderita penyakit tertentu, apa yang dimakan bisa sangat berpengaruh pada kesehatannya. Oleh karena itu, ada kalanya dianjurkan untuk memantang atau paling tidak mengurangi konsumsi makanan atau minuman tertentu.

Ketika hari raya tiba, seorang yang menderita penyakit tertentu hendaknya berkeinginan kuat dan menetapkan hati sehingga tidak tergoda dengan makanan atau minuman yang harus dipantang/dihindari. Berikut ini daftar hidangan yang hendaknya mendapat perhatian khusus bagi para penderita penyakit tertentu, seperti :

Penderita asam urat :

Makanan yang sebaiknya dihindari adalah makanan yang banyak mengandung purin tinggi. Penggolongan makanan berdasar kandungan purin:

- Golongan A: Makanan yang mengandung purin tinggi (150-800 mg/100 gram makanan) adalah hati, ginjal, otak, jantung, paru, lain-lain jeroan, udang, remis, kerang, sardin, herring, ekstrak daging (abon, dendeng), ragi (tape), alkohol serta makanan kaleng.
- Golongan B: Makanan yang mengandung purin sedang (50-150 mg/100 gram makanan) adalah ikan yang tidak termasuk golongan daging sapi, kerang-kerangan, kacang-kacangan kering, kembang kol, bayam, asparagus, buncis, jamur, daun singkong, daun pepaya, kangkung.
- Golongan C: Makanan yang mengandung purin lebih ringan (0-50 mg/100 gram makanan) adalah keju, susu, telur, sayuran lain, buah-buahan.

Pengaturan diet sebaiknya segera dilakukan bila kadar asam urat melebihi 7 mg/dl dengan tidak mengonsumsi bahan makanan golongan A dan membatasi diri untuk mengonsumsi bahan makanan golongan B. Juga membatasi diri mengonsumsi lemak serta disarankan untuk banyak minum air putih.

Penderita hipertensi :

Makanan dan minuman yang sebaiknya dihindari :

- Makanan yang diolah dengan menggunakan garam natrium (biscuit, craker, keripik, makanan kering yg asin).
- Makanan berkadar lemak jenuh tinggi (otak, jeroan, minyak kelapa, gajih).
- Makanan dan minuman dalam kaleng (sarden, sosis, korned,

sayuran serta buah-buahan dalam kaleng, soft drink).

- Makanan yang diawetkan (dendeng, asinan sayur/buah, abon, ikan asin, pindang, udang kering, telur asin, selai kacang).
- Susu full cream, mentega, margarine, keju, mayonnaise
- Sumber protein hewani yang tinggi kolesterol seperti daging merah (sapi/kambing), kuning telur, kulit ayam.
- Bumbu-bumbu seperti vetsin, penyedap rasa, kecap, terasi, saus tomat, saus sambal, tauco, serta bumbu penyedap lain yang pada umumnya mengandung garam natrium.
- Makanan yang mengandung alkohol

Penderita DM (kencing manis/ penyakit gula) :

- Penggunaan karbohidrat kompleks harus dibatasi seperti nasi, lontong, ketan jagung, roti, ubi, singkong, talas, kentang, sagu, mie, bihun, makaroni, dan tepung-tepungan
- Hindari karbohidrat sederhana seperti gula pasir, gula merah
- Batasi konsumsi lemak, minyak, dan santan sampai seperempat kecukupan energi
- Hindari mengonsumsi selai, jeli, manisan buah-buahan, susu kental manis, minuman ringan (soft drink), minuman yang mengandung glukosa, es krim, kue manis, dodol, bolu, tarcis, abon, dendeng, dan sarden

Penderita hiperkolesterol (kolesterol tinggi):

- Mengurangi jumlah alkohol, karbohidrat dan lemak jenuh dalam makanan.
- Kurangi produk hewani yang berlemak dalam makanan anda, seperti hamburger, daging, sosis dan jeroan (hati, otak, ginjal).
- Menghindari makanan yang banyak mengandung lemak dan kaya akan kolesterol, seperti kentang goreng dan makanan cepat saji lainnya, sosis, hot dog, kue basah, kue kering dan hidangan pencuci mulut lainnya.
- Hindari makanan yang digoreng, tapi pilihlah makanan yang direbus, dipanggang atau dibakar.
- Hindari permen dan hidangan penutup, terutama yang mengandung coklat, yang terbuat dari gula merah, mentega, dan karamel.
- Jika hendak menyantap telur, makanlah bagian putihnya saja.
- Hindari makanan siap saji (kue, kue kering dan pastel)

Hendaknya kebiasaan hidup sehat yang telah kita usahakan selama ramadhan tetap bisa kita pertahankan. Salah satu tolak ukur apakah seseorang berhasil mendapat manfaat kesehatan selama melaksanakan puasa adalah segala usaha untuk sehat selama berpuasa tetap dipertahankan setelah bulan ramadhan usai. Semoga kita termasuk orang-orang yang berhasil meraih barakah dan manfaat berpuasa di bulan ramadhan. Selamat merayakan hari raya idul fitri. Taqabbalallahu minna wa minkum. **(ekaubit)**



Misi

- a. Meningkatkan Kompetensi SDM melalui pendidikan dan penelitian yang berstandar Internasional;
- b. Memberikan pelayanan kesehatan individu yang menyenangkan dan mampu memberikan kepuasan terhadap pelanggan
- c. Mendukung Upaya Pemerintah Aceh dalam meningkatkan derajat kesehatan masyarakat untuk mencapai Sustainable Development Goals (SDGs) yang diaplikasikan melalui pencapaian Human Development Index
- d. Menerapkan prinsip-prinsip Islami dalam pengembangan sistem pelayanan kesehatan, administrasi dan pengelolaan keuangan

Nilai

1. Integritas
2. Profesional
3. Peduli
4. Kerjasama
5. Akuntabel



Visi

“Terwujudnya Rumah Sakit terkemuka dalam Pelayanan, Pendidikan dan Penelitian yang berstandar Internasional”

Motto

“Memberi Lebih dari yang Diharapkan”

Fungsi RSUDZA

Untuk melaksanakan tugas dimaksud, Rumah Sakit Umum Daerah dr. Zainoel Abidin menyelenggarakan fungsi:

- a. penyusunan program kerja tahunan, jangka menengah dan jangka panjang;
- b. penyusunan kebijakan teknis di bidang :
 - ✓ pelayanan medis, penunjang medis dan non medis;
 - ✓ penyelenggaraan asuhan ke perawatan, pelayanan rujukan;
 - ✓ pelaksanaan pendidikan dan pelatihan;
 - ✓ pelaksanaan penelitian dan pengembangan serta
 - ✓ penyelenggaraan Administrasi umum dan Keuangan.

Kewenangan RSUDZA

Untuk menyelenggarakan fungsi sebagaimana tersebut diatas, Rumah Sakit Umum Daerah Dr Zainoel Abidin mempunyai kewenangan sebagai berikut:

- a. Mengelola administrasi kepegawaian dan keuangan serta perlengkapan sesuai dengan peraturan perundang – undangan yang berlaku;
- b. Menyelenggarakan kerja sama dengan Institusi Pendidikan yang memanfaatkan Rumah Sakit Umum dr. Zainoel Abidin sebagai lahan praktek;
- c. Menyelenggarakan kerja sama dengan pihak ketiga dengan berpedoman pada Peraturan Perundang- undangan yang berlaku;
- d. Memanfaatkan peluang pasar sesuai kemampuan dengan tetap menyelenggarakan fungsi sosial; dan
- e. Melakukan hubungan koordinatif dan fasilitatif dengan Dinas Kesehatan dan instansi terkait dalam pelaksanaan teknis kesehatan.

TATA TERTIB BERKUNJUNG KE BADAN LAYANAN UMUM RUMAH SAKIT UMUM DAERAH dr. ZAINOEL ABIDIN

Untuk terciptanya kenyamanan dan kebersihan di kawasan Rumah Sakit, kami sangat berterimakasih apabila Bapak/Ibu :

1. Tidak meludah dan membuang sampah disembarang tempat.
2. Tidak merokok di dalam dan area Rumah Sakit
3. Tidak membawa makanan untuk pasien dari luar Rumah Sakit tanpa seizin petugas
4. Tidak makan di koridor dan ruang tunggu rawat pasien
5. Tidak mencuci pakaian di dalam kamar mandi ruang rawat pasien
6. Tidak mencuci pakaian di dalam kamar mandi ruang rawat pasien, apabila Bapak/Ibu membutuhkan, Rumah Sakit menyediakan fasilitas Laundry
7. Tidak menjemur pakaian di dalam dan area Rumah Sakit kecuali pada tempat yang telah ditentukan
8. Tidak mengisi Baterai HP/Laptop/alat elektronik lainnya di koridor dan dalam ruangan rawat pasien
9. Tidak menggelar tikar/ambal ataupun duduk dan tidur dilantai koridor dan ruangan rawat pasien
10. Tidak membawa fasilitas atau peralatan lain ke dalam ruangan rawat pasien tanpa seizin petugas
11. Tidak membawa anak-anak usia dibawah 12 (dua belas) tahun ke Ruang

Rawat Pasien

12. Tidak masuk ke ruang rawat inap jika:
 - a. Ruangan sedang dibersihkan
 - b. Dokter sedang memeriksa pasien
 - c. Perawat sedang memberikan pelayanan
 - d. Waktu berkunjung belum tiba

JADWAL BERKUNJUNG UNTUK RUANG RAWAT INTENSIVE

SIANG : PUKUL 11.00 S/D PUKUL 12.00 WIB
SORE/MALAM : PUKUL 16.00 S/D PUKUL 18.00 WIB

JADWAL BERKUNJUNG UNTUK RUANG RAWAT

NON INTENSIVE :
SIANG : PUKUL 12.00 S/D PUKUL 14.00 WIB
SORE/MALAM : PUKUL 16.00 S/D PUKUL 20.00 WIB

JADWAL BERKUNJUNG UNTUK HARI LIBUR, SABTU DAN MINGGU :

Siang : PUKUL 11.00 – 14.00 WIB
Sore : PUKUL 16.00 – 20.00 WIB





KELUARGA BESAR
RUMAH SAKIT UMUM DAERAH
dr. ZAINOEL ABIDIN
(RSUDZA) BANDA ACEH



*Mengucapkan
 Selamat Hari Raya*

Idul Fitri

1439 Hijriah

*Minal Aidin Wal Faidzin
 Mohon Maaf Lahir dan Bathin*



Dr. dr. Azharuddin, Sp.OT-(K) Spine, FICS
 Direktur RSUDZA



Dr. dr. Endang Mutiawati, Sp.S (K)
 Wakil Direktur Pelayanan



Muhazar. H, SKM, M.Kes, Ph.D
 Wakil Direktur Administrasi dan Umum



dr. Rusdi Andit, Sp.A
 Wakil Direktur Pengembangan SDM



Dr. Fakhru Rizal, M. Kes
 Wakil Direktur Penunjang

