

EDUKASI

LAYANAN

RUMAH SAKIT DAERAH
IDAMAN
KOTA BANJARBARU

IDAMAN

MENJADI RUMAH SAKIT PILIHAN UTAMA MASYARAKAT

**MOBILE JKN HADIR
DI RSD IDAMAN**

**KUNJUNGAN KOMISI 1
DPRD BANJARBARU**

EDUKASI PRA RAMADHAN

EDISI MARET 2025



SUSUNAN REDAKSI



Penanggung Jawab: Alfrico Ronaldi Purba

Pimpinan Redaktur: Siti Rahayu
Nur Azizah Safitri (staf)

Redaktur Pelaksana:
Mahyudi (Desain dan Foto)
Alyaa Syavirna Islamyati (Staf)

Anggota Redaksi:
Nur Azizah Safitri (Penyusun materi)
Naimah (Penyusun materi)



VISI

“Menjadi Rumah Sakit Pilihan Utama Masyarakat”

MISI

- 1) Meningkatkan Pelayanan yang Professional dan Holistik dengan Mengutamakan Mutu dan Keselamatan Pasien.
- 2) Menyelenggarakan Tata Kelola Rumah Sakit dan tata Kelola Klinis yang Baik.
- 3) Meningkatkan SDM yang berkualitas dan Memiliki Budaya Kerja Produktif.
- 4) Menyelenggarakan Pendidikan, Pelatihan, dan Penelitian di Bidang Kesehatan.
- 5) Mewujudkan Sarana Prasarana yang mendukung peningkatan pelayanan.

PENGATURAN DIET DI BULAN PUASA

Oleh : Efyra Norilda, S.Tr.Gz

Diabetes Mellitus merupakan penyakit metabolik utama pada anak yang sifatnya kronik dan potensial mengganggu tumbuh kembang anak. Jenis diabetes, yaitu :

- DM tipe-1 dengan jumlah kadar insulin rendah akibat kerusakan sel beta pankreas oleh faktor genetik
- DM tipe-2 yang disebabkan oleh resistensi insulin, dikarenakan gaya hidup yang tidak sehat dan kegemukan

Diabetes Mellitus Tipe 1 merupakan jenis DM yang paling sering ditemukan pada anak. Sangat tergantung pada penggunaan insulin sebagai terapi utama, disamping itu memerlukan pengaturan makan, menjaga berat badan, dan olahraga yang teratur sebagai tindakan penunjang.

PENGATURAN DIET PENYANDANG DM SAAT PUASA

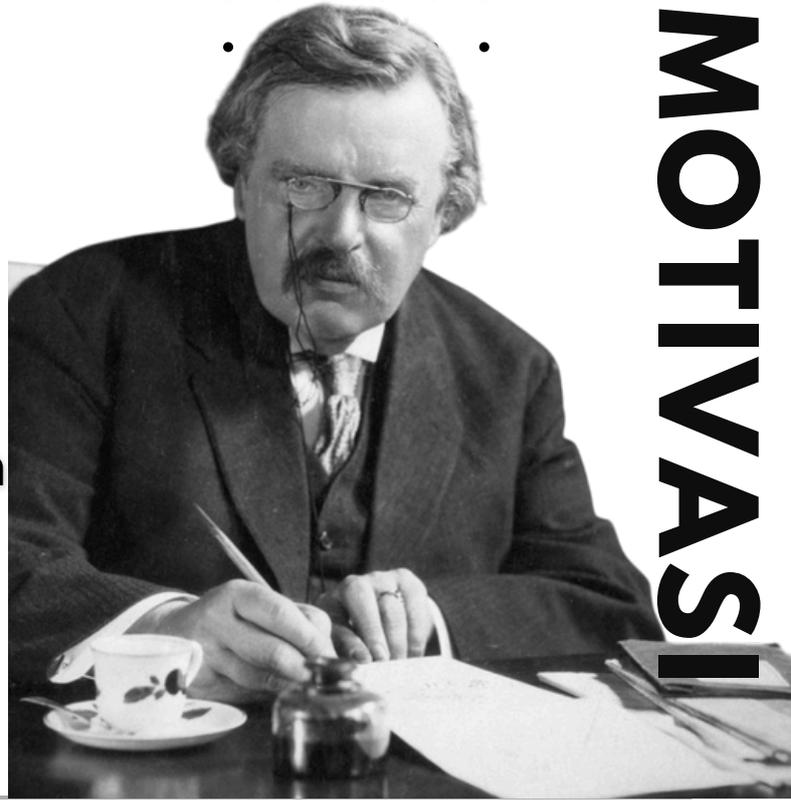
Porsi makan yang diberikan sebagai berikut :

- 40% dari total kalori diberikan saat sahur
- 50% total kalori saat berbuka
- 10% dari total kalori setelah salat tarawih (snack)
- Anjuran minum 8 gelas sehari :
- 2 gelas saat sahur
- 2 gelas saat berbuka
- 4 gelas di malam hari

AKTIFITAS FISIK

- Aktifitas fisik dapat dilakukan selama 30 menit setiap hari dengan olahraga ringan (jalan santai, jogging, bersepeda)
- dan sebaiknya dilakukan pada malam hari sesudah salat tarawih
- Perhatikan pula tanda-tanda hipoglikemia saat sedang berolahraga (lemas, berdebar, pandangan kabur, dan keringat dingin)
- Bila terjadi hipoglikemia sebaiknya olahraga segera dihentikan dan membatalkan puasa.





"HANYA ADA SATU KEPASTIAN
DALAM HIDUP, YAITU TIDAK
ADA YANG PASTI."

**Gilbert Keith Chesterton
(1874 - 1936)**



BEKERJASAMA DENGAN ARUTMIN, RSD IDAMAN GELAR DONOR DARAH

RSD Idaman berkerjasama dengan PT. Arutmin menyelenggarakan kegiatan donor darah di kantor Unit Pengelolaan Darah (UPD), Rabu (5/2/2025) pagi. Kegiatan sosial ini menarik antusias masyarakat sekaligus karyawan di RSD Idaman Kota Banjarbaru. Puluhan kantong berhasil dikumpulkan yang nantinya akan digunakan sebagai stok darah pasien khususnya bagi pasien anak thalasemia di RSD Idaman.

IN HOUSE TRAINING CODE STROKE TAHUN 2025

Dalam upaya meningkatkan pengetahuan, keterampilan dalam pelaksanaan pasien stroke dan mampu melakukan penatalaksanaan pasien stroke dengan tepat sesuai standar profesi, RSD Idaman menyelenggarakan kegiatan pelatihan bertajuk In House Training Code Stroke, Sabtu (15/2/2025). Kegiatan ini dibuka oleh Kabag TU, Budi Yulistianto, dan diikuti oleh para tenaga kesehatan di RSD Idaman baik dokter maupun perawat.



HASIL KUNJUNGAN PUSKEMAS SE-KOTA BANJARBARU

RSD Idaman melalui Unit Humas dan Pemasar memaparkan hasil kunjungan dan sosialisasi di 10 puskesmas di wilayah Kota Banjarbaru kepada jajaran manajemen. Melalui kegiatan yang telah dimulai sejak awal tahun 2025 ini, diharapkan oenguatan sistem rujukan dari puskesmas ke RSD Idaman semakin membaik dalam memberikan kemudahan pelayanan kepada masyarakat.





KOMISI 1 DPRD BERI ACUNGAN JEMPOL DAN CATATAN EVALUASI

Rumah Sakit Daerah (RSD) Idaman Kota Banjarbaru menerima kunjungan Komisi 1 DPRD Banjarbaru pada Selasa (4/2/2025) pagi. Kunjungan para anggota legislatif ini dalam rangka monitoring pelayanan serta persiapan RSD Idaman menuju peningkatan status rumah sakit menjadi tipe B.



Rombongan Komisi 1 DPRD Banjarbaru yang di ketuai oleh Ririk Sumari tersebut disambut secara langsung oleh Direktur RSD Idaman, dr. Danny Indrawardhana, MMRS beserta jajaran pejabat struktural dan Kepala Instalasi, Ruang dan Unit.

Mengawali kegiatan ini, Direktur RSD Idaman lebih dulu memaparkan target, capaian dan berbagai hal baru dalam mendukung pelayanan di RSD Idaman selama satu tahun ke depan. Hal ini turut mendapat respon Komisi I dengan memberikan berbagai catatan sebagai evaluasi manajemen RSD Idaman.

Ketua Komisi 1 DPRD Banjarbaru Ririk Sumari mengungkapkan hal-hal yang menjadi catatan pihaknya mulai dari obat-obatan, sarana dan prasarana serta sistem yang berakibat pada penumpukan pasien.

“Dokter Danny (Direktur RSD Idaman Banjarbaru) menjelaskan apa saja catatan yang disampaikan pada rapat kerja. Hari ini kami melihat apakah benar diperlukan atau memang masih bisa kita tunda,” kata Ketua Komisi 1 DPRD Banjarbaru, Ririk Sumari.

Soal pelayanan RSD Idaman Banjarbaru, secara umum Ririk memberikan acungan jempol. Namun, padatnya pasien yang berakibat pada penumpukan dikarenakan adanya migrasi sistem.

Kendati demikian, politikus PKB ini optimis hal tersebut dapat diatasi oleh manajemen RSD Idaman Banjarbaru. Sehingga, tidak lagi terjadi penumpukan pasien.

“Insyaallah mungkin satu pekan, sistem sudah berubah semuanya, (sudah) selesai. Insyaallah normal lagi dan tidak ada penumpukan pasien,” tutur Ririk.

Disisi lain, Direktur RSD Idaman, dr Danny Indrawardhana memastikan Komisi 1 DPRD Banjarbaru memberikan dukungan kepada pihaknya. Terutama soal anggaran, obat-obatan dan beberapa fasilitas penunjang di rumah sakit.



UNDUH APLIKASI MOBILE JKN!

Daftar Berobat di RSD Idaman Tanpa Antre Dimanapun dan Kapanpun

Program Jaminan Kesehatan Nasional (JKN) yang diselenggarakan oleh BPJS Kesehatan melalui perkembangan digitalisasi kini telah tersedia di Rumah Sakit Daerah (RSD) Idaman Kota Banjarbaru. Lewat aplikasi Mobile JKN, kini masyarakat sudah dapat mendaftar antrean layanan secara online di RSD Idaman.

Tak hanya soal mendaftar antrean layanan, dengan aplikasi Mobile JKN masyarakat juga dapat menikmati kemudahan berbagai fasilitas lainnya di RSD Idaman. Hal tersebut diungkapkan Direktur RSD Idaman, dr. Danny Indrawardhana, MMRS melalui Kepala Instalasi Rekam Medis, Titi Novianti Tri Fitiani.

"Dengan menginstal aplikasi Mobile JKN, masyarakat tidak perlu datang lebih awal ke fasilitas kesehatan hanya untuk mendaftar, sehingga dapat menghemat biaya perjalanan. Ditambah lagi dengan satu akun Mobile JKN, itu bisa digunakan untuk mendaftarkan anggota keluarga yang terdaftar dalam satu KK (Kartu Keluarga)," ucapnya, Jumat (28/2/2025).

elain itu, Novi -akrab disapa- juga mengatakan bahwa dengan aplikasi Mobile JKN masyarakat dapat memilih fasilitas kesehatan dan jadwal kunjungan sesuai kebutuhan. Termasuk pula memilih dokter yang tersedia di RSD Idaman.

"Manfaatnya dengan aplikasi Mobile JKN tentu banyak dirasakan. Pasien dapat mendaftar layanan kesehatan kapan saja dan di mana saja tanpa harus datang langsung ke fasilitas kesehatan. Ini dapat mengurangi waktu antrean karena pasien sudah terdaftar terlebih dahulu melalui aplikasi," terangnya.

RSD Idaman juga telah membuka Pojok Mobile JKN yang berlokasi di area lobby pengunjung tepatnya di dekat area loket 1 pendaftaran. Menurut Novi dibukanya Pojok Mobile JKN menjadi saluran informasi terpusat kepada pengunjung RSD Idaman dalam aktifasi aplikasi Mobile JKN secara langsung.

"Jadi apabila pengunjung ingin mengunduh, mengaktifkan atau ada mengalami kendala dalam menggunakan aplikasi Mobile JKN, dapat mengunjungi Pojok Mobile JKN. Petugas kami siap membantu. Insya Allah, masyarakat benar-benar dapat merasakan layanan RSD Idaman dengan lebih mudah dan cepat," tuntas Novi.

Sebagai informasi, aplikasi Mobile JKN telah tersedia dan dapat diunduh melalui Playstore dan Appstore. Penggunaan aplikasi Mobile JKN hanya dapat berlaku bagi masyarakat yang terdaftar sebagai peserta BPJS Kesehatan. Sedangkan bagi pasien umum dapat mendaftar secara online di RSD Idaman

TERAPI INSULIN SAAT PUASA

Divisi Endokrinologi Banjarmasin

Regulasi Insulin saat Puasa

- Pengaturan Individual : tipe, dosis, regimen
- Dipengaruhi Lama Puasa
- Umumnya Kebutuhan dikurangi 15-30%
- Mencegah hipoglikemia saat puasa

Pemantauan Mandiri Gula Darah

Pada Saat:

1. Makan saat sahur
2. Pagi hari
3. Pagi menjelang siang
4. Tengah hari
5. Makan sebelum buka puasa
6. 2 jam setelah buka puasa
7. Setiap ada gejala hipoglikemia/hiperglikemia atau perasaan tidak enak badan

Kapan harus berbuka atau membatalkan puasa?

Semua individu harus berbuka/batal puasa jika:

- Hipoglikemia atau hiperglikemia
- Glukosa darah 300 mg/dL
- Gejala hipoglikemia, hiperglikemia, dehidrasi atau terjadi penyakit akut

Catatan: Pertimbangkan perawatan individu

Gejala Hipoglikemia

Gemetaran

Berkeringat/menggigil

Jantung berdebar

Kelaparan

Perubahan status mental

Gejala Hiperglikemia

Rasa haus yang berlebihan

Kelaparan

Sering buang air kecil

Kelelahan

Bingung

POLIKLINIK

GIZI

RSD IDAMAN KOTA BANJARBARU



Tim Nutrisionis

Senin s/d Kamis

07.45 - 11.30 Wita

Jumat

07.45 - 10.00 Wita

Sabtu

07.45 - 11.00 Wita

POLIKLINIK

ENDOKRIN ANAK

RSD IDAMAN KOTA BANJARBARU



dr. Indra Widjaja, Sp. A (K)

Selasa

07.45 - 11.30 Wita

ANAK DENGAN DIABETES BOLEH PUASA, INI TIPS DARI RSD IDAMAN

Puasa di bulan Ramadhan adalah ibadah wajib bagi umat Muslim yang juga dipercaya memiliki manfaat kesehatan. Namun bagi penderita diabetes, puasa tentunya dapat menjadi tantangan tersendiri.

Terutama bagi penderita diabetes di usia anak-anak atau remaja, lantaran berisiko mempengaruhi kadar gula darah dan insulin dalam tubuh.

Lantas, apakah boleh anak dengan diabetes mellitus (DM) tipe 1 berpuasa?

Rumah Sakit Daerah (RSD) Idaman Kota Banjarbaru menyelenggarakan kegiatan edukasi pra Ramadan yang dibuka secara langsung oleh Direktur RSD Idaman, dr. Danny Indrawadhana, MMRS, Sabtu (23/2/2025).

Berbagai langkah penting yang dapat dilakukan agar puasa tetap aman bagi anak penderita diabetes diungkapkan dokter spesialis anak, dr Indra Himawan, Sp. A (K), yang juga hadir mewakili program kemitraan publik dan swasta Changing Diabetes in Children (CDiC).



"Anak dengan DM tipe satu termasuk dalam kelompok yang berisiko untuk puasa. Tapi boleh berpuasa dengan melakukan 3 langkah yang semuanya harus di bawah pengawasan dokter," ucapnya sebagai narasumber kegiatan ini.

Adapun ketiga syarat yang dilakukan, kata dr Indra ialah mempunyai kendali metabolik yang cukup baik, mempunyai kewaspadaan yang baik terhadap hipoglikemia dan kesediaan untuk "breaking fasting". Serta yang terakhir bersedia membuat perencanaan asupan nutrisi dan melakukan monitoring gula darah yang sesuai dengan kendali metabolik.

Meskipun begitu, dr Indra juga menekankan ada kriteria pasien dengan diabetes yang sama sekali tidak dianjurkan untuk menjalani puasa. Di antaranya ialah pasien dengan hipoglikemia berat, memiliki riwayat ketoasidosis diabetik (KAD) dan riwayat koma hiperglikemik hyperosmolar dalam 3 bulan sebelum Ramadhan serta HbA1c lebih dari 8 persen.

"Kemudian juga apabila pasien mengalami demam, diare, muntah, hamil dan sedang sedang menjalani dialisis, ini kriteria pasien diabetes yang tidak dianjurkan untuk puasa," terangnya.

PENDAFTARAN LEBIH CEPAT DAN MUDAH DENGAN MOBILE JKN

Sekarang peserta BPJS Kesehatan dapat melakukan pendaftaran dengan **mudah** dan **cepat** di **RSD Idaman** melalui Aplikasi Mobile JKN



mobile
JKN
RSD Idaman



Pojok Mobile JKN RSD Idaman

Bagi pengunjung RSD Idaman yang ingin menginstal aplikasi Mobile JKN, konsultasi ataupun mengalami kendala.

Dapat mendatangi Pojok Mobile JKN yang berlokasi di lobby (di samping loket 1).

Unduh aplikasi di :



APA ITU DEMAM FEBRIS ?

Febris adalah suatu kondisi dimana suhu tubuh mengalami peningkatan di atas normal. Seseorang dapat dikatakan demam jika suhu tubuhnya mencapai lebih dari 37,5 °C

TANDA DAN GEJALA

- 1 Peningkatan suhu tubuh
- 2 Nyeri otot dan sendi
- 3 Kehilangan nafsu makan
- 4 Lesu

PENYEBAB FEBRIS

Virus Dengue

Penyebab: *Aedes Aegypti* dan *Aedes Albopictus*

Virus Influenza

Penyebab: *Virus Infulenza A, B, atau C*

Infeksi Bakteri

Penyebab: *Pneumonia*

Penyakit Autoimun

Penyebab: *Lupus, Rheumatoid Arthritis*

PENANGANAN FEBRIS

- Istirahat yang cukup
- Minum Cairan yang Cukup
- Kompres hangat pada tubuh

PENCEGAHAN FEBRIS

Vaksinasi Influenza



Menjaga kebersihan



Menghindari Gigitan nyamuk DBD



Ingat demam febris bisa dicegah dengan rajin menjaga kebersihan dan kesehatan tubuh kita



RUANG PARKIT

Kelas II





RATE US

IDAMAN

UNIT HUMAS, PEMASARAN DAN PKRS
RSD IDAMAN KOTA BANJARBARU