

Mahasiswa UHO Edukasi Gaya Hidup Sehat untuk Remaja SMP di Lalonggasumeeto

Konawe, sultranet.com - Mahasiswa Kuliah Kerja Nyata (KKN) Reguler Batch II Universitas Halu Oleo (UHO) Desa Watunggarandu menggagas inovasi bertajuk “Edukasi Gaya Hidup Sehat” yang menyasar pelajar SMPN 1 Lalonggasumeeto. Program ini menjadi bagian dari pengabdian masyarakat, pilar ketiga perguruan tinggi, dengan tujuan menanamkan kesadaran hidup sehat sejak dini. Watunggarandu, 19 Agustus 2025.

Kegiatan edukasi ini dilatarbelakangi oleh meningkatnya kasus penyakit tidak menular seperti hipertensi, diabetes, obesitas, dan gangguan jantung yang banyak dipicu pola hidup kurang sehat. Mahasiswa KKN UHO menilai, generasi muda perlu mendapat bekal agar terbiasa menjaga kesehatan melalui pola makan bergizi, aktivitas fisik, kebersihan diri dan lingkungan, serta menjauhi rokok, alkohol, dan narkoba.

Kepala SMPN 1 Lalonggasumeeto, Yusran S.Pd., menyampaikan apresiasinya terhadap kegiatan tersebut. “Kami sangat berterima kasih atas kontribusi mahasiswa UHO. Edukasi ini sangat bermanfaat bagi anak-anak kami sebagai bekal menjaga kesehatan di masa depan,” ujarnya.

Sementara itu, Koordinator Desa Watunggarandu KKN Reguler Batch II UHO, Kristian Abil Kornelis, menjelaskan bahwa program ini dirancang untuk mendukung peningkatan kualitas hidup masyarakat desa, terutama generasi muda. “Kami ingin menanamkan kesadaran sejak dini, agar adik-adik SMPN 1 Lalonggasumeeto terbiasa menjalani pola hidup sehat yang akan berdampak positif bagi prestasi dan masa depan mereka,” katanya.

Mahasiswa KKN UHO menyusun materi dengan pendekatan yang sederhana dan interaktif, sehingga mudah dipahami oleh siswa. Beberapa poin utama yang disampaikan adalah pentingnya mengonsumsi makanan bergizi seimbang, rajin berolahraga, menjaga kebersihan diri serta lingkungan sekitar, dan membentengi diri dari gaya hidup tidak sehat yang merugikan.

Respon siswa SMPN 1 Lalonggasumeeto terlihat antusias. Mereka tidak hanya mendengarkan, tetapi juga aktif bertanya dan berdiskusi mengenai kebiasaan sehari-hari. Edukasi tersebut diharapkan tidak hanya berhenti di ruang kelas, melainkan dapat dipraktikkan dalam kehidupan mereka sehari-hari, baik di rumah maupun di sekolah.

Program pengabdian ini juga sejalan dengan visi UHO dalam mendorong mahasiswa untuk hadir di tengah masyarakat, memberi solusi, dan mengembangkan potensi desa. Inovasi bertema kesehatan ini menjadi wujud nyata kepedulian mahasiswa terhadap pembangunan sumber daya manusia sejak usia dini.

Melalui edukasi ini, mahasiswa KKN UHO berharap siswa dapat memahami bahwa gaya hidup sehat bukan hanya soal fisik, tetapi juga tentang membentuk karakter dan kebiasaan positif. Pola makan sehat, olahraga teratur, kebersihan, serta menjauhi perilaku berisiko diharapkan menjadi fondasi yang akan memperkuat generasi muda untuk menghadapi tantangan masa depan.

Dengan adanya program ini, masyarakat desa dan pihak sekolah berharap terjalin kerja sama berkelanjutan antara mahasiswa UHO dan lingkungan pendidikan setempat. Langkah kecil seperti edukasi gaya hidup sehat diyakini dapat memberikan dampak besar dalam mencetak generasi yang sehat, berprestasi, dan siap berkontribusi untuk bangsa.

RSUD Bombana Lepas dr. Septian Yudo

Bombana, sultranet.com - Suasana haru mewarnai RSUD Kabupaten Bombana pada Senin, 28 April 2025. Salah satu dokter terbaik rumah sakit tersebut, dr. Septian Yudo Pradana, Sp.JP, FIHA, resmi dilepas setelah mengabdikan memberikan layanan kesehatan jantung bagi masyarakat Bombana.

Pelepasan ini menjadi momen penuh emosi, bukan hanya karena perpisahan,

tetapi karena besarnya kesan dan kontribusi yang telah ditinggalkan oleh dokter spesialis jantung dan pembuluh darah itu selama bertugas di Bombana.

Direktur BLU RSUD Kabupaten Bombana, drg. Riswanto, M.KM, menyampaikan apresiasi yang tinggi atas dedikasi dan profesionalisme dr. Septian selama ini. Ia menyebut kehadiran dr. Septian membawa banyak perubahan positif, baik dalam pelayanan medis maupun suasana kerja di lingkungan rumah sakit.

“Selama bertugas di RSUD ini, dr. Septian telah memberikan kontribusi luar biasa. Tidak hanya dalam pelayanan medis, tetapi juga dalam membangun semangat profesionalisme, kerja sama, dan kekeluargaan di lingkungan rumah sakit kita tercinta,” ujar drg. Riswanto.

Menurutnya, banyak pasien yang merasa terbantu, bahkan sembuh, berkat tangan dingin dan ketulusan dr. Septian dalam merawat mereka. Ia pun mengakui bahwa perpisahan ini bukan hal yang mudah, mengingat hubungan yang telah terjalin erat antara dr. Septian dengan seluruh civitas RSUD Bombana.

“Banyak keluarga yang kembali tersenyum karena beliau. Ini bukan perpisahan biasa. Ini pelepasan dengan rasa bangga atas dedikasi luar biasa dari seorang dokter yang benar-benar hadir untuk pasien dan rumah sakit,” ucapnya.

Dalam momen perpisahan itu, seluruh keluarga besar RSUD menyampaikan ucapan terima kasih, doa, dan permohonan maaf atas segala kekhilafan selama bekerja bersama. Mereka berharap dr. Septian selalu mendapatkan kesuksesan dan keberkahan di tempat tugas yang baru.

“Mohon maaf atas segala kekhilafan, baik dalam tutur kata maupun perbuatan. Doa terbaik kami menyertai dr. Septian. Semoga selalu diberikan kesuksesan, kesehatan, dan keberkahan dalam setiap langkah,” ungkap drg. Riswanto mewakili jajaran manajemen dan staf RSUD Bombana.

dr. Septian Yudo Pradana, Sp.JP, FIHA sendiri dikenal sebagai sosok yang berdedikasi tinggi dan memiliki kepedulian besar terhadap pasien. Selama bertugas di RSUD Bombana, ia tak hanya fokus pada tugas klinis, tetapi juga turut mendorong peningkatan mutu pelayanan jantung dan menjadi inspirasi bagi tenaga medis lainnya.

Kepergian dr. Septian dari RSUD Bombana tentu meninggalkan ruang yang tak

mudah untuk diisi. Namun, jejak kebaikan dan dedikasinya akan tetap hidup dalam semangat kerja para tenaga medis di Bombana, serta menjadi teladan dalam memberikan pelayanan yang humanis dan berkualitas bagi masyarakat.

RSUD Bombana pun berkomitmen untuk terus menjaga kualitas layanan kesehatan, khususnya di bidang kardiologi, serta meneruskan semangat yang telah diwariskan oleh dr. Septian.

Momen perpisahan ini menjadi pengingat bahwa pengabdian yang tulus akan selalu membekas, dan sosok seperti dr. Septian akan terus dikenang sebagai bagian dari perjalanan penting pelayanan kesehatan di Bombana.

Kolaka Utara Luncurkan Pemeriksaan Kesehatan Gratis

Kolaka Utara, sultranet.com - Pemerintah Kabupaten Kolaka Utara resmi meluncurkan Program Pemeriksaan Kesehatan Gratis (PKG) sebagai bagian dari inisiatif nasional Presiden dalam rangka Astacita, yang bertujuan menciptakan masyarakat sehat dan berdaya saing. Kegiatan ini diselenggarakan serentak di 16 puskesmas yang tersebar di seluruh kecamatan, dengan pelaksanaan perdana dipusatkan di Puskesmas Lasusua. Program ini menghadirkan layanan pemeriksaan kesehatan dasar dan edukasi kesehatan guna meningkatkan kesadaran serta mendeteksi dini potensi penyakit, demi mendukung produktivitas dan kualitas hidup warga. Rabu (5/3/2025).

Dalam acara launching, pejabat daerah turut hadir bersama tokoh masyarakat, antara lain Wakil Bupati Kolaka Utara, H. Jumarding, SE, para kepala OPD, serta kepala desa di Kecamatan Lasusua. Acara ini merupakan wujud nyata sinergi antar instansi untuk mendorong peningkatan kualitas layanan kesehatan di tengah upaya pemerintah mewujudkan pembangunan sumber daya manusia yang unggul. Pelaksanaan PKG juga didukung penuh oleh Laboratorium Kesehatan Daerah (Labkesda) Kolaka Utara, salah satu laboratorium kesehatan terbesar di Sulawesi Tenggara, yang menyediakan fasilitas pemeriksaan modern dan akurat

guna memaksimalkan deteksi dini penyakit.

Program ini menyediakan berbagai layanan kesehatan, antara lain pemeriksaan tekanan darah, kadar gula darah, kolesterol, asam urat, serta pemeriksaan dasar lainnya yang penting untuk menjaga keseimbangan kesehatan. Masyarakat yang ingin berpartisipasi cukup membawa Kartu Keluarga (KK) sebagai syarat administrasi. Selain itu, edukasi mengenai pola hidup sehat turut disampaikan guna menanamkan budaya pencegahan sejak dini. Kegiatan ini juga melibatkan dukungan dari aparat keamanan, di mana Kapolres Kolaka Utara, AKP Arif Irawan, mengumumkan kesiapan Polri dan TNI dalam menyediakan tenaga medis tambahan dari klinik kepolisian untuk membantu kelancaran pemeriksaan.

Kepala Dinas Kesehatan Kolaka Utara, Irham, S.KM, M.Kes, menjelaskan bahwa inisiatif ini tidak hanya memberikan pelayanan kesehatan gratis, tetapi juga sebagai media untuk mengedukasi masyarakat tentang pentingnya pemeriksaan rutin. Menurutnya, “Deteksi dini merupakan kunci dalam mencegah penyakit berkembang menjadi lebih serius, sehingga masyarakat diharapkan tidak menunda-nunda untuk melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala.” Ia menambahkan bahwa evaluasi berkala akan dilakukan untuk terus menyempurnakan layanan agar lebih responsif terhadap kebutuhan warga.

Program Pemeriksaan Kesehatan Gratis ini diharapkan mampu menciptakan budaya hidup sehat di masyarakat Kolaka Utara, dengan tujuan agar setiap warga melakukan check-up setidaknya setiap tiga bulan. Selain itu, program ini merupakan langkah strategis pemerintah daerah dalam mendorong peningkatan produktivitas dan kesejahteraan masyarakat melalui upaya pencegahan dini terhadap penyakit yang berpotensi mengganggu aktivitas sehari-hari. Dengan sinergi antar instansi dan dukungan penuh dari aparat keamanan, diharapkan program ini dapat menjadi model penerapan pelayanan kesehatan terpadu bagi daerah lain di masa mendatang.

“Hanya dengan pemeriksaan kesehatan secara rutin, kita dapat mendeteksi penyakit lebih awal dan mengambil langkah preventif sebelum kondisi memburuk. Program ini adalah salah satu wujud komitmen pemerintah dalam menciptakan masyarakat yang lebih sehat dan produktif,” ujar H. Jumarding, SE dalam sambutannya.

“Kami mendorong masyarakat untuk tidak ragu melakukan pemeriksaan

kesehatan. Deteksi dini merupakan investasi kesehatan untuk masa depan, dan program ini akan terus kami evaluasi agar pelayanan semakin optimal,” ungkap Irham, S.KM, M.Kes.

“Kami, dari pihak Polri dan TNI, siap mendukung penuh dengan menyediakan tenaga medis untuk membantu pelaksanaan pemeriksaan. Kesehatan adalah tanggung jawab bersama, dan sinergi ini merupakan kunci untuk kesejahteraan masyarakat Kolaka Utara,” tegas AKP Arif Irawan.

Program Pemeriksaan Kesehatan Gratis ini merupakan langkah konkret pemerintah daerah dalam meningkatkan kualitas hidup warga melalui layanan kesehatan yang mudah diakses dan terjangkau. Dengan penerapan program ini, diharapkan masyarakat semakin peduli terhadap kesehatan, serta mengintegrasikan pemeriksaan rutin sebagai bagian dari gaya hidup sehari-hari. Inisiatif tersebut tidak hanya berdampak pada peningkatan kesehatan individu, tetapi juga memperkuat fondasi pembangunan sumber daya manusia yang mampu bersaing di tingkat nasional.