

# milestone

Media Internal

Edisi 2 Tahun 2025



## Lanjutkan Komitmen ESG, PHC Gelar Penanaman 1.500 Bibit Pohon Mangrove pada Kali Ketiga

Sebagai bentuk komitmen terhadap keberlanjutan lingkungan, PT Pelindo Husada Citra (PHC) kembali melaksanakan program *Corporate Social Responsibility* (CSR) melalui penanaman bibit pohon mangrove untuk ketiga kalinya. Kegiatan ini merupakan bagian dari implementasi strategi *Environmental, Social, and Governance* (ESG), khususnya dalam perlindungan ekosistem pesisir dan mitigasi perubahan iklim.

Program ini merupakan kerja sama jangka panjang antara PHC dan Pemerintah Kota Surabaya melalui Dinas Ketahanan Pangan dan Pertanian, dengan komitmen penanaman, pemeliharaan, dan pengembangan mangrove hingga lima tahun ke depan.

Dalam rangka HUT ke-26, PHC menanam 1.500 bibit mangrove jenis *Rhizophora mucronata* serta menggelar aksi bersih pantai di Kebun Raya Mangrove Gunung Anyar Surabaya, melibatkan lebih dari 40 peserta dari jajaran komisaris, direksi, hingga senior leader.

Melalui inisiatif ini, PHC mendorong kesadaran akan pentingnya pelestarian lingkungan sekaligus memberikan kontribusi nyata bagi ekosistem pesisir dan masyarakat.

dr. Pudji menyampaikan bahwa penanaman mangrove merupakan langkah konkret dalam pengurangan emisi karbon dan pencegahan abrasi, sebagai bentuk tanggung jawab perusahaan terhadap keberlanjutan.

Mangrove memiliki peran penting sebagai penyerap karbon, pelindung garis pantai, habitat biota laut, serta sumber manfaat ekonomi bagi masyarakat pesisir. Oleh karena itu, kolaborasi antara perusahaan, pemerintah, dan masyarakat menjadi kunci dalam menghadapi tantangan perubahan iklim.

PHC sebelumnya telah menanam 1.500 bibit mangrove sepanjang 2024 dan akan terus menjalankan program lingkungan secara konsisten sebagai bagian dari kontribusi terhadap *Sustainable Development Goals* (SDGs), khususnya SDG 13 (*Climate Action*) dan SDG 15 (*Life on Land*).

### Kontribusi PHC dalam Penanaman Bibit Mangrove

**1.000** Bibit Mangrove  
Pada Tahun 2024

**1.500** Bibit Mangrove  
Pada Tahun 2025

## Berikan Layanan Stroke Terpadu, RS PHC Raih WSO Angels Awards Gold

**R**S PHC Surabaya berhasil meraih penghargaan WSO Angels Awards dengan Status Gold pada periode Q2 tahun 2025. Penghargaan ini diberikan oleh World Stroke Organization (WSO) sebagai apresiasi atas komitmen rumah sakit dalam memberikan layanan penanganan stroke yang cepat, tepat, dan berkualitas sesuai standar global. Sertifikat penghargaan dijadwalkan diserahkan pada 16 September. Pencapaian Gold Status ini menunjukkan bahwa RS PHC Surabaya telah memenuhi 7 dari 10 kriteria penilaian dengan capaian lebih dari 50% hingga 80%. Salah satu indikator penting yang berhasil dicapai adalah waktu door-to-needle kurang dari 60 menit pada mayoritas kasus stroke iskemik, serta konsistensi dalam pencatatan dan pelaporan data yang transparan.



WSO Angels Awards merupakan penghargaan bagi rumah sakit yang menunjukkan kualitas tinggi dalam penanganan stroke, mulai dari kecepatan diagnosis, ketepatan terapi, hingga hasil klinis yang optimal. Plt. Hospital Director RS PHC Surabaya, dr. Rony Kurniawan, M.Kes., FisQua, menyampaikan bahwa penghargaan ini menjadi bukti komitmen rumah sakit dalam memberikan penanganan stroke yang sigap dan tepat. "Kecepatan dan ketepatan sangat menentukan prognosis pasien. Melalui protokol Code Stroke, kami mampu memangkas waktu kritis sejak pasien tiba di IGD hingga mendapatkan terapi, sehingga peluang kesembuhan meningkat dan risiko kecacatan dapat ditekan," ujarnya.

WSO bekerja sama dengan Angels Initiative dalam meningkatkan kualitas layanan stroke secara global, dengan melibatkan ribuan rumah sakit di lebih dari 100 negara. Penghargaan ini menjadi motivasi bagi RS PHC Surabaya untuk terus mengembangkan layanan stroke terpadu dengan dukungan fasilitas modern dan tenaga medis profesional.

**P**T Pelindo Husada Citra (PHC) sebagai pengelola RS PHC Surabaya kembali menorehkan prestasi dengan meraih akreditasi Laboratorium Medis berdasarkan standar ISO 15189:2022 dari Komite Akreditasi Nasional (KAN).

ISO 15189:2022 merupakan standar internasional khusus laboratorium medis yang menekankan sistem manajemen mutu dan kompetensi teknis, termasuk ketepatan hasil uji, keselamatan pasien, serta peningkatan berkelanjutan.

Plt. Hospital Director RS PHC Surabaya, dr. Rony Kurniawan, M.Kes., FisQua, menyampaikan bahwa akreditasi ini menjadi bukti komitmen dalam menjaga kualitas layanan laboratorium yang profesional, akurat, dan berstandar internasional. "Pencapaian ini tidak hanya sebagai pengakuan, tetapi juga menjadi motivasi untuk terus menghadirkan layanan laboratorium yang terbaik dan terpercaya bagi masyarakat," ujarnya.

Akreditasi diperoleh melalui audit menyeluruh oleh asesor KAN yang mencakup manajemen mutu, kompetensi SDM, serta validitas pengujian dan hasil laboratorium. Hasilnya, Laboratorium RS PHC Surabaya dinyatakan memenuhi seluruh persyaratan ISO 15189:2022.

Dengan capaian ini, RS PHC Surabaya semakin memperkuat posisinya sebagai salah satu rumah sakit unggulan di Jawa Timur yang mengedepankan mutu layanan, keselamatan pasien, dan kepuasan pelanggan.

## Fokus Tingkatkan Kualitas dan Mutu, Laboratorium Medis RS PHC Raih ISO 15189:2022 dari KAN



# Angeli Faulina

## Atlet Voli Jakarta Pertamina Enduro

### Tangani Cedera Olahraga di RS PHC Surabaya

**R**S PHC Surabaya kembali dipercaya sebagai pusat penanganan cedera olahraga profesional. Kali ini, atlet voli nasional dari tim Jakarta Pertamina Enduro, Angeli Faulina (22 tahun), menjalani pemeriksaan intensif akibat cedera di tulang kering kaki kirinya.

Angeli mengalami nyeri berkelanjutan pada tulang kering kaki kiri selama kurang lebih satu bulan. Cedera tersebut terasa semakin mengganggu terutama saat berlatih dan bertanding, sehingga memengaruhi performanya sebagai atlet profesional.

Untuk mendapatkan penanganan yang tepat, Angeli berkonsultasi langsung dengan dr. Taufin Warindra, Sp.OT(K)-Dokter Spesialis Orthopedi dan Ahli Cedera Olahraga (Sport Injury) di RS PHC Surabaya. "Kami melakukan evaluasi menyeluruh, termasuk pemeriksaan fisik dan penunjang radiologis seperti foto rontgen, untuk memastikan tingkat keparahan cedera," jelas dr. Taufin.

#### Hasil Pemeriksaan:

##### Cedera Butuh Penanganan Lanjutan

Dari hasil foto rontgen tulang kering, ditemukan indikasi bahwa cedera memerlukan perawatan lanjutan untuk mencegah komplikasi lebih lanjut. Angeli pun disarankan menjalani terapi dan mengonsumsi obat penunjang kesehatan tulang demi pemulihan optimal.

#### RS PHC Surabaya: Pusat Penanganan Cedera Olahraga Profesional

Sebagai rumah sakit rujukan di Surabaya, RS PHC Surabaya memiliki layanan unggulan untuk penanganan berbagai cedera olahraga, mulai dari cedera otot, sendi, hingga tulang. Didukung oleh dokter spesialis berpengalaman dan fasilitas modern seperti radiologi digital dan rehabilitasi medik, RS PHC menjadi pilihan utama bagi atlet dan pecinta olahraga.

#### Ingin Konsultasi Cedera Olahraga?

Jika Anda mengalami nyeri saat berolahraga, cedera sendi, otot, atau tulang, segera konsultasikan dengan dokter ahli sport injury di RS PHC Surabaya.



"Semua ditangani dengan profesional. Fasilitasnya lengkap, cepat, dan dokternya suportif banget!"  
– Angeli Faulina



## Tips Mencegah Cedera Olahraga

- 1. Lakukan Pemanasan & Peregangan:** pemanasan membantu meningkatkan fleksibilitas otot dan mengurangi risiko cedera saat aktivitas fisik.
- 2. Hindari Overtraining:** berlatih berlebihan tanpa istirahat cukup dapat meningkatkan risiko cedera otot dan sendi.
- 3. Gunakan Teknik yang Benar:** pastikan setiap gerakan dilakukan dengan teknik yang tepat untuk menghindari tekanan berlebih pada tubuh.
- 4. Istirahat yang Cukup:** tubuh membutuhkan waktu untuk pemulihan. Jangan abaikan tanda kelelahan atau nyeri.
- 5. Gunakan Perlengkapan yang Sesuai:** sepatu dan alat olahraga yang tepat dapat melindungi tubuh dari cedera.



## Dukung Ibu Hamil Wujudkan Persalinan Sehat, PHC Gelar Penyuluhan Kesehatan Hingga Senam Hamil

Sebagai bentuk nyata komitmen PT Pelindo Husada Citra (PHC) untuk turut mendukung para ibu hamil dalam mewujudkan persalinan yang sehat, khususnya di Kota Surabaya, PHC kembali

berkolaborasi dengan Kecamatan Pabean Cantian untuk menyelenggarakan Pengabdian Masyarakat yang dimulai dari Pemeriksaan Kesehatan Gratis, Penyuluhan Kesehatan dan ditutup dengan Senam Hamil Bersama.

Kesehatan ibu hamil menjadi salah satu fokus penting dalam pembangunan kesehatan nasional. Berdasarkan data Kementerian Kesehatan, Angka Kematian Ibu (AKI) dan Angka Kematian Bayi (AKB) di Indonesia masih menjadi tantangan yang perlu diturunkan secara berkelanjutan. Salah satu faktor penyebab adalah kurangnya informasi kesehatan, persiapan fisik yang belum optimal, serta keterbatasan akses pada layanan kesehatan preventif.

"PHC berkomitmen untuk terus hadir di tengah masyarakat melalui program yang bermanfaat, khususnya bagi ibu hamil. Semoga kegiatan ini dapat mendukung tercapainya kehamilan sehat, persalinan yang lancar, serta tumbuh kembang anak yang optimal," ujar dr. Pudji Djuartono selaku Plt. Direktur Utama PT Pelindo Husada Citra saat memberikan sambutan dalam Agenda Pengabdian Masyarakat di Aula Kantor Kecamatan Pabean Cantian Kota Surabaya pada Selasa (09/09).

Dalam agenda ini juga turut dihadiri oleh Sekretaris Camat Pabean Cantian, Kader Kecamatan Pabean Cantian, Kepala Puskesmas Perak Timur, serta 36 Ibu Hamil yang berdomisili di Kecamatan Pabean Cantian beserta pendamping dari Puskesmas. Dalam kesempatan yang sama, Rudy Hermawan, S.T., M.M., Sekretaris Camat Pabean Cantian, juga menyampaikan apresiasi dan terimakasih atas perhatian PHC untuk

warga Pabean Cantian dalam bentuk Pengabdian Masyarakat. "Melalui program kolaborasi seperti ini, masyarakat, khususnya ibu hamil, mendapatkan banyak manfaat dan ilmu dalam mempersiapkan persalinannya. Sekaligus sejalan dengan upaya Pemerintah Kota Surabaya dalam menurunkan Angka Kematian Ibu dan Bayi" ujarnya.

Selain mendapatkan pemeriksaan kesehatan gratis dari perawat dan bidan profesional RS PHC Surabaya, para ibu hamil juga mendapatkan ilmu mengenai pentingnya senam hamil dalam persiapan menghadapi persalinan dan pasca persalinan. Penyuluhan Kesehatan tersebut dipaparkan langsung oleh Dokter Spesialis Obstetri & Ginekologi RS PHC Surabaya, dr. Harnopriyadi, Sp. OG.

Saat penyuluhan kesehatan, dr. Harnopriyadi, Sp. OG menyampaikan bahwa senam hamil merupakan salah satu

bentuk latihan yang sangat dianjurkan karena tidak hanya membantu menjaga kebugaran, tetapi juga melatih pernapasan dan relaksasi. Hal ini sangat

berguna saat proses persalinan, sehingga ibu lebih tenang dan percaya diri.

"Kehamilan merupakan suatu anugerah sekaligus amanah besar yang harus dijaga dengan baik. Untuk itu, ibu hamil perlu mempersiapkan diri, baik secara fisik maupun mental, agar proses kehamilan dan persalinan berjalan lancar, salah satunya dengan rutin melakukan senam hamil," ujar dr. Harno, Sp. OG.

Melalui kegiatan ini, diharapkan ibu hamil mendapat pengetahuan dan pendampingan untuk menjaga kesehatan serta mempersiapkan persalinan secara optimal.

# Selenggarakan Mom & Kids Journey, PHC Apresiasi Royal Customer

**D**alam rangka memperingati Hari Anak Nasional yang jatuh pada 23 Juli, Rumah Sakit Primasatya Husada Citra (RS PHC Surabaya) yang dioperasikan oleh PT Pelindo Husada Citra (PHC) menyelenggarakan Program Mom & Kids Journey 2025, yang ditutup dengan puncak acara di KidZania Surabaya pada Sabtu (09/08).

Program yang berlangsung pada 1 Juni hingga 9 Agustus 2025 ini diawali dengan Photo & Reels Competition bertema "Me and Mom (Cita-citaku)" dan "A Day in My Life (How's Maternity Work?)". Kompetisi tersebut diikuti lebih dari 60 akun Instagram dan menghasilkan 18 pemenang dengan total hadiah senilai Rp20 juta.

Sebagai penutup, PHC menggelar kegiatan apresiasi bagi lebih dari 50 ibu dan anak yang merupakan pelanggan loyal Klinik Spesialis Anak RS PHC Surabaya dari wilayah Surabaya, Sidoarjo, dan Gresik di KidZania Surabaya.

Plt. Direktur Utama PT Pelindo Husada Citra, dr. Pudji Djanuartono, M.Kes., menyampaikan bahwa program ini merupakan bentuk apresiasi kepada pelanggan, khususnya ibu dan anak, yang telah mempercayakan layanan kesehatannya di RS PHC Surabaya.

"Melalui program ini, kami ingin menghadirkan momen kebersamaan yang menyenangkan sekaligus edukatif. Kami percaya, hubungan yang terjalin bukan sekadar antara perusahaan dan pelanggan, tetapi juga ikatan kekeluargaan yang mendorong kami terus berinovasi dan meningkatkan kualitas layanan," ujarnya.

Selain menikmati berbagai wahana di KidZania, peserta juga mendapatkan edukasi dari dr. Lisa Pangemanan, Sp.A., Subsp.TKPS (K), mengenai tumbuh kembang anak usia 2–6 tahun serta pentingnya deteksi dini gangguan pertumbuhan dan perkembangan.

Menurut dr. Lisa, usia 2–6 tahun merupakan periode emas perkembangan anak, sehingga pemantauan pertumbuhan dan perkembangan perlu dilakukan secara berkala untuk memastikan intervensi dapat dilakukan sedini mungkin apabila ditemukan gangguan.

Salah satu peserta, Mama Kaira, menyampaikan apresiasinya terhadap kegiatan ini. Ia menilai acara Mom & Kids Journey 2025 sangat seru, menyenangkan, dan edukatif bagi para ibu dengan anak usia dini.

Kepercayaan dan loyalitas pelanggan menjadi motivasi bagi PHC untuk terus menghadirkan inovasi layanan serta program yang bermanfaat, sekaligus membuka peluang kolaborasi positif di masa mendatang.

**Mom & Kids  
Journey 2025**



60+ peserta



18 Pemenang



Hadiah  
Rp20 Juta



50+ ibu &  
anak hadir



Kebersamaan Mom & Kids di KidZania Surabaya, Momen edukatif sekaligus menyenangkan bagi ibu dan anak.



## Bedah Jantung Terbuka dan Operasi Bypass Jantung

**J**antung adalah organ vital yang berperan penting dalam menjaga kehidupan. Ketika fungsi jantung terganggu karena penyumbatan pembuluh darah atau kelainan lain, salah satu tindakan medis yang bisa dilakukan adalah bedah jantung terbuka, termasuk operasi bypass jantung. Di Rumah Sakit Surabaya, Anda dapat memperoleh layanan bedah jantung berkualitas tinggi dengan didukung oleh tim dokter spesialis jantung dan bedah toraks yang berpengalaman serta fasilitas modern.

### Yang Perlu Kita Ketahui Apa Itu Bedah Jantung Terbuka?

Bedah jantung terbuka adalah prosedur medis yang dilakukan untuk memperbaiki masalah serius pada jantung. Disebut "terbuka" karena dokter bedah akan membuka bagian dada untuk mengakses jantung secara langsung. Prosedur ini biasanya melibatkan mesin jantung-paru untuk membantu aliran darah dan oksigen selama operasi berlangsung.

Beberapa kondisi yang memerlukan bedah jantung terbuka antara lain:

1. Penyakit jantung koroner
2. Kelainan katup jantung
3. Cacat jantung bawaan
4. Aneurisma aorta

Salah satu jenis bedah jantung terbuka yang paling umum adalah operasi bypass jantung.

### Apa Itu Operasi Bypass Jantung?

Operasi bypass jantung atau coronary artery bypass graft (CABG) adalah tindakan medis untuk mengatasi penyumbatan pembuluh darah koroner, yaitu pembuluh darah yang membawa oksigen ke otot jantung.

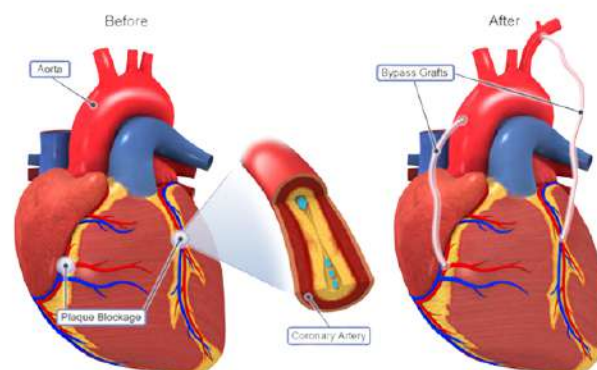
Penyumbatan ini bisa terjadi akibat penumpukan plak kolesterol yang menyebabkan aliran darah ke jantung terganggu. Jika tidak ditangani, kondisi ini dapat menyebabkan serangan jantung atau bahkan kematian mendadak.

### Prosedur Operasi Bypass Jantung

Dalam operasi bypass, dokter akan mengambil pembuluh darah sehat dari bagian tubuh lain (biasanya dari kaki, lengan, atau dada) dan membuat jalur baru (bypass) untuk mengalirkan darah ke jantung, melewati area yang tersumbat.

### Waktu Yang Tepat Untuk Melakukan Operasi Bypass Jantung?

1. Terjadi penyumbatan parah di satu atau lebih pembuluh darah koroner
2. Pengobatan dengan obat-obatan atau prosedur seperti angioplasti tidak efektif
3. Pasien mengalami nyeri dada yang parah (angina) meskipun sudah menjalani pengobatan



### Keunggulan Layanan Bedah Jantung di Rumah Sakit PHC Surabaya

Jaringan Rumah Sakit Surabaya menghadirkan layanan bedah jantung yang komprehensif, meliputi:

1. Tim dokter spesialis jantung dan bedah toraks berpengalaman
2. Teknologi medis terkini untuk mendukung keamanan dan keberhasilan operasi
3. Fasilitas ruang operasi dan ICU yang

Pendekatan pasien-sentris dengan perawatan pra dan pasca operasi yang optimal

### Pemulihan Setelah Operasi

Setelah menjalani operasi bypass jantung, pasien akan dirawat di ICU untuk pemantauan intensif, lalu dipindahkan ke ruang rawat inap biasa. Waktu pemulihan bisa berbeda-beda tergantung kondisi pasien, namun biasanya membutuhkan waktu beberapa minggu hingga bulan.

Tim medis di Rumah Sakit PHC Surabaya akan memberikan panduan pemulihan secara menyeluruh, termasuk:

- Pola makan sehat
- Latihan fisik ringan
- Manajemen stres
- Kontrol rutin ke dokter



## Perkuat Kerjasama Global, RS PHC Surabaya Terima Kunjungan Universitas Klinikum Heidelberg Jerman

**D**alam rangka pelaksanaan Matching Interview Calon Pekerja Migran Indonesia (PMI) program Government to Government (G to G) Jerman, RS PHC Surabaya menerima kunjungan dari Universitätsklinikum Heidelberg (UKH) Jerman bersama GIZ Triple Win Indonesia dan BP3MI Jawa Timur pada Kamis (16/10).

Delegasi UKH yang terdiri dari Alexander Weber, Lina Mayerli Zambrano Gonzalez, dan Snjezana Krcic-Janjovic disambut oleh manajemen RS PHC Surabaya yang dipimpin dr. Rony Kurniawan, M.Kes., selaku Pjs. Hospital Director. Kegiatan diawali dengan pemaparan profil rumah sakit serta peran RS PHC dalam program G to G.

Dr. Rony menjelaskan bahwa RS PHC Surabaya menyediakan layanan Medical Check Up (MCU) bagi calon PMI sesuai standar kesehatan internasional, guna memastikan kesiapan fisik dan mental sebelum bekerja di luar negeri.

Dalam agenda tersebut, para peserta juga berdiskusi mengenai program G to G Jerman, sistem layanan kesehatan di Jerman, serta peluang kolaborasi di bidang pelayanan kesehatan.

Selain itu, RS PHC Surabaya juga memperkenalkan layanan Medical Evacuation (MedEvac) yang melayani evakuasi medis darat, laut, dan udara dengan standar keselamatan tinggi sebagai bagian dari layanan kesehatan komprehensif, termasuk bagi Warga Negara Asing (WNA).

Para delegasi juga diajak meninjau langsung berbagai fasilitas unggulan RS PHC Surabaya, seperti MCU, radiologi, IGD, laboratorium, priority clinic, rehabilitasi medik, rawat inap, hingga ICU.

Salah satu delegasi UKH, Snjezana, menyampaikan apresiasi terhadap fasilitas dan layanan RS PHC Surabaya yang dinilai modern dan lengkap, serta didukung oleh tim profesional dengan wawasan luas.

Melalui kunjungan ini, RS PHC Surabaya menegaskan komitmennya untuk terus meningkatkan kualitas sumber daya manusia serta memperluas jejaring kerja sama global di bidang kesehatan.

## Dukung Tour de' Jakarta-IKN 2025, PHC Perkuat Komunitas Lewat Posyandu Hijau & Edukasi TB

**S**ebagai bentuk dukungan terhadap event Tour de' Jakarta - IKN 2025 yang mengusung semangat sport tourism dan gaya hidup sehat, PT Pelindo Husada Citra (PHC) menunjukkan komitmennya dalam meningkatkan kualitas kesehatan masyarakat serta mendorong pola hidup aktif, sehat, dan peduli lingkungan.

Pada Jumat (14/11), PHC menyelenggarakan program CSR Posyandu Hijau dan Edukasi TB di Kalimas Baru RW 9, Kelurahan Tanjung Perak, Surabaya. Program ini bertujuan memperkuat kesehatan berbasis komunitas melalui edukasi Tuberkulosis (TB) dan penyediaan Tanaman Obat Keluarga (TOGA).

Plt. Direktur Utama PHC, dr. Pudji Djanuartono, M.Kes., turut hadir dan menyerahkan secara simbolis 10 jenis TOGA kepada perwakilan warga sebagai upaya mewujudkan Posyandu Hijau yang mandiri dan produktif. Ia berharap masyarakat dapat menjadi agen perubahan dalam meningkatkan kesehatan lingkungan.

Kegiatan ini diikuti 28 perwakilan dari 14 RT dengan antusiasme tinggi. Edukasi TB disampaikan oleh dr. Tjipto Wibowo, Sp.P, yang membahas gejala, penularan, serta pencegahan TB, sekaligus membuka sesi diskusi interaktif terkait penanganan kasus di masyarakat.

Melalui program ini, PHC berkomitmen memperkuat sinergi dengan masyarakat dalam menciptakan lingkungan yang sehat, tangguh, dan bebas TB.

“ Kami percaya bahwa upaya menciptakan masyarakat yang sehat harus dimulai dari lingkungan terdekat, yaitu keluarga dan komunitas. Melalui Posyandu Hijau dan Edukasi TB ini, kami berharap perwakilan warga ini dapat menjadi agen perubahan yang membawa dampak positif bagi masyarakat - Plt. Direktur Utama PHC, dr. Pudji Djanuartono, M.Kes., ”





## Komitmen Tingkatkan Kesadaran Kesehatan Masyarakat, PHC Selenggarakan MCU Gratis & Edukasi Kesehatan

**P**T Pelindo Husada Citra ("PHC") terus menunjukkan komitmen kuat dalam mendukung ketahanan kesehatan nasional melalui berbagai program yang berhubungan langsung dengan masyarakat. Komitmen ini diwujudkan melalui kegiatan "PHC Peduli : MCU Gratis & Health Talk" yang bertujuan untuk meningkatkan kesadaran (*awareness*) dan kualitas kesehatan masyarakat di sekitar wilayah operasional perusahaan.

Bertempat di Gedung Serba Guna PHC, agenda ini sukses menghadirkan peserta dari berbagai latar belakang, termasuk masyarakat dan pegawai tenant di sekitar operasional perusahaan, serta rekan media massa. Antusiasme peserta mencerminkan besarnya kebutuhan masyarakat terhadap layanan kesehatan preventif yang mudah diakses (*accessible*) dan berkualitas.

Acara dibuka oleh dr. Pudji Djanuartono, selaku Plt. Direktur Utama PT Pelindo Husada Citra, yang dalam sambutannya menyampaikan bahwa kegiatan ini merupakan bagian dari Tanggung Jawab Sosial Perusahaan (*Corporate Social Responsibility*) dalam memperluas akses layanan kesehatan dan membangun kesadaran masyarakat akan kualitas kesehatan.

"Melalui program PHC Peduli ini, kami berkomitmen mendukung masyarakat untuk hidup lebih sehat, karena kesehatan merupakan aset berharga. Dengan

melakukan pemeriksaan kesehatan secara rutin, kita bukan hanya mencegah penyakit, tetapi juga memastikan masa depan yang lebih produktif dan berkualitas", ujar dr. Pudji.

Selain memperoleh layanan Medical Check Up (MCU) Gratis oleh tenaga medis profesional RS PHC Surabaya, kegiatan ini juga diisi dengan sesi Health Talk yang dibawakan oleh dr. Ammar, Sp.PD, Dokter Spesialis Penyakit Dalam RS PHC Surabaya. Pada kesempatan tersebut, dr. Ammar membahas secara komprehensif mengenai Diabetes Melitus dimana topik tersebut dipilih karena masih dalam rangka memperingati Hari Diabetes Internasional pada tanggal 14 November.

Pada pemaparannya, dr. Ammar menekankan bahwa Diabetes Melitus menjadi salah satu permasalahan kesehatan di Indonesia yang krusial dimana angka prevalensinya masih tinggi. Pola hidup yang sehat dan pemeriksaan kesehatan rutin tentu menjadi kunci penting dalam upaya menekan angka kejadian dan risiko komplikasinya.

"Diabetes tidak datang secara tiba-tiba, namun berkembang perlahan akibat kebiasaan yang sering kita anggap sepele. Kabar baiknya, lebih dari separuh kasus diabetes dapat dicegah dengan langkah sederhana, yaitu menjaga berat badan ideal, membatasi konsumsi gula, aktif bergerak, dan rutin memeriksakan kadar gula darah. Mencegah jauh lebih mudah daripada mengobati, karena sekali diabetes muncul, komplikasinya bisa menyerang banyak organ vital," ujar dr. Ammar.

Kegiatan berlangsung interaktif melalui sesi tanya jawab bersama dr. Ammar, Sp.PD, serta pemberian hadiah bagi peserta aktif. Selain edukasi, peserta juga mendapatkan pemeriksaan kesehatan lengkap, meliputi darah, urine, fungsi hati dan ginjal, kolesterol, gula darah, hingga HbA1C. Kegiatan ini disambut antusias dan diharapkan dapat dilaksanakan secara rutin.

Melalui program "PHC Peduli", PHC berkomitmen meningkatkan literasi kesehatan dan mendorong gaya hidup sehat guna mewujudkan masyarakat yang lebih tangguh.

# Perkuat Kolaborasi dan Mutu Layanan, RSUD Gambiran Kota Kediri Kunjungi RS PHC Surabaya

**R**umah Sakit PHC Surabaya yang dioperasikan oleh PT Pelindo Husada Citra (PHC) menerima kunjungan kerja dari RSUD Gambiran Kota Kediri dalam rangka mempererat sinergi antar fasilitas pelayanan kesehatan, bertukar wawasan, dan memperluas peluang kolaborasi strategis di bidang pengelolaan maupun peningkatan mutu pelayanan rumah sakit pada Rabu

Kunjungan yang menghadirkan 10 orang dari Tim RSUD Gambiran Kota Kediri ini dipimpin langsung oleh Direktur RSUD Gambiran Kota Kediri, yaitu dr. Aditya B. Djatmiko, M.Kes. Tim tersebut disambut hangat oleh Plt. Direktur Utama PT Pelindo Husada Citra, dr. Pudji Djanuartono, M.Kes., beserta tim dari Rumah Sakit PHC Surabaya dan PT Prima Citra Nutrindo (PCN), anak perusahaan PHC yang bergerak di bidang jasa boga dan penyedia makanan sehat.

rumah sakit, alur pelayanan pasien, standar mutu dan keselamatan pasien, pengembangan sumber daya manusia, hingga pemanfaatan teknologi untuk mendukung efektivitas dan efisiensi layanan. Selain itu, Tim RSUD juga berkesempatan untuk belajar mengenai bidang usaha jasa boga dan makanan sehat yang dimiliki oleh PHC, yaitu PT PCN, bersama Direktur Utama PT Prima Citra Nutrindo, Ludy Andang, S.KM

Sebagai bagian dari agenda utama, PHC mengajak Tim RSUD Gambiran Kota Kediri untuk melakukan Hospital Tour di lingkungan RS PHC Surabaya yang dipandu langsung oleh dr. Rony Kurniawan, M.Kes., FisQua selaku Pjs. Hospital Director RS PHC Surabaya. Hospital Tour ini bertujuan untuk melihat secara langsung operasional, layanan, serta fasilitas yang dimiliki oleh PHC, seperti unit Medical Check-Up (MCU), Priority Clinic, Ruang Rawat Inap President Suite dan Suite, Orthopedic Center, hingga layanan Medical Rehabilitation Center.

Dalam kesempatan tersebut, dr. Aditya B. Djatmiko, M.Kes. menyampaikan bahwa kunjungan ini memberikan kesan yang sangat positif serta menjadi pengalaman berharga bagi Tim RSUD Gambiran Kota Kediri dengan meninjau secara langsung implementasi layanan kesehatan yang modern, terintegrasi, dan berorientasi pada mutu serta keselamatan pasien di RS PHC.

"Kami merasa bahwa RS PHC saat ini sudah mampu untuk memberikan pelayanan-pelayanan yang canggih, pelayanan yang eksekutif dengan memperhatikan kenyamanan pasien, keselamatan pasien, dan banyak hal-hal lain yang bisa

dipakai sebagai pembelajaran oleh RSUD Gambiran Kota Kediri," ujar dr. Aditya.

Melalui kegiatan ini, PHC kembali menegaskan komitmennya untuk terus membuka ruang kolaborasi, berbagi pengetahuan, dan menghadirkan inovasi di bidang pelayanan kesehatan, sejalan dengan visinya untuk memberikan kontribusi nyata dalam memperkuat sistem dan ketahanan kesehatan nasional.

Rangkaian kegiatan dimulai dengan sesi penyambutan yang berlangsung hangat dan penuh semangat kolaboratif. Dalam sambutannya, dr. Pudji Djanuartono, M.Kes. menyampaikan apresiasi atas kepercayaan RSUD Gambiran Kota Kediri untuk menjadikan PHC sebagai salah satu tempat kunjungan kerja.

"Kunjungan ini menjadi momentum yang sangat berharga untuk saling belajar dan memperkuat jejaring. Kami meyakini bahwa kolaborasi dan saling berbagi pengalaman ini menjadi kunci dalam menghadirkan layanan kesehatan yang semakin berkualitas, serta berorientasi pada keselamatan pasien," ujar dr. Pudji.

Kegiatan dilanjutkan dengan pemaparan Company Profile PHC yang memberikan gambaran komprehensif mengenai sejarah perusahaan, lini bisnis, fasilitas layanan, capaian, dan komitmen PHC dalam mewujudkan pelayanan kesehatan yang profesional, terintegrasi, dan berorientasi pada mutu serta keselamatan pasien. Usai pemaparan tersebut, rangkaian kegiatan dilanjutkan dengan sesi diskusi interaktif yang membahas mengenai aspek strategis, mulai dari tata kelola





## PHC Hadirkan Dukungan Pendidikan dan Motivasi bagi Tunanetra

**P**T Pelindo Husada Citra ("PHC") kembali menegaskan komitmennya dalam menjalankan Tanggung Jawab Sosial Perusahaan melalui Program *Corporate Social Responsibility* (CSR) Tahun 2025. Komitmen tersebut diwujudkan melalui kegiatan bertajuk "*Light of Hope: PHC untuk Pendidikan dan Motivasi Tunanetra*", yang diselenggarakan di SLB A YPAB Kota Surabaya pada Senin (15/12).

Kegiatan ini menyasar siswa-siswi berkebutuhan khusus, khususnya tunanetra, mulai kelas 3 hingga kelas 6, dengan tujuan mendukung pemenuhan kebutuhan pendidikan dasar sekaligus memberikan motivasi pengembangan diri sejak usia dini. Program ini diharapkan mampu menumbuhkan semangat belajar, kemandirian, serta kepercayaan diri para siswa dalam menghadapi proses pendidikan dan kehidupan sehari-hari.

Acara dimulai dengan sambutan oleh Plt. Direktur Utama PT Pelindo Husada Citra, dr. Pudji Djanuartono, M.Kes, yang menyampaikan bahwa kegiatan ini merupakan bagian dari komitmen perusahaan untuk menghadirkan dampak sosial yang berkelanjutan, tidak hanya di bidang kesehatan, tetapi juga pendidikan inklusif.

"Melalui program *Light of Hope* ini, PHC ingin menghadirkan harapan dan semangat baru bagi adik-adik tunanetra agar terus percaya pada potensi diri, berani bermimpi, dan tumbuh menjadi pribadi yang mandiri. Pendidikan yang inklusif merupakan fondasi penting dalam menciptakan masa depan yang lebih setara," ujar dr. Pudji.

Sambutan selanjutnya disampaikan oleh Kepala Sekolah SLB A YPAB, Oktavia Eka K., S.T., M.MPd, yang menyampaikan apresiasi dan terimakasih atas kepedulian dan dukungan dari PHC terhadap pendidikan anak berkebutuhan khusus. Ia menegaskan

bahwa kolaborasi seperti ini memiliki dampak nyata, baik bagi siswa maupun tenaga pendidik, khususnya dalam menciptakan lingkungan belajar yang lebih suportif dan berdaya.

"Kami mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada PT Pelindo Husada Citra atas kepedulian dan kontribusi nyata melalui program *Light of Hope*. Bantuan dan motivasi yang diberikan sangat berarti bagi anak-anak kami, khususnya siswa kelas 3 hingga 6, dalam mendukung proses belajar, pengembangan motorik, serta membangun kepercayaan diri mereka sejak dini. Kami berharap kolaborasi ini dapat terus berlanjut di masa mendatang," ujar Oktavia.

Rangkaian kegiatan dilanjutkan dengan penyerahan bantuan media motorik secara simbolis oleh Plt. Direktur Utama PHC bersama Kepala Sekolah. Adapun bantuan yang diberikan oleh PHC, meliputi tas ransel sekolah, 10 alat bantu motorik, yang terdiri dari bola sepak berbunyi (2 unit), geometri (1 unit), ronce (5 unit), jam mainan braille (1 unit), dan trampoline (1 unit). Bantuan ini diharapkan dapat menunjang aktivitas belajar sekaligus melatih kemampuan motorik dan sensorik siswa tunanetra.

Sebagai bagian dari penguatan mental dan karakter, kegiatan ini juga diisi dengan sesi Motivasi Pengembangan Diri yang dibawakan oleh Psikolog RS PHC Surabaya, Meutia Ananda, S.Psi., M.Psi., Psikolog. Dalam sesi tersebut, para siswa diajak untuk mengenali potensi diri, menumbuhkan rasa percaya diri, serta membangun sikap positif dalam menghadapi berbagai tantangan sejak dini. Serta PHC memberikan pemeriksaan kesehatan gratis berupa pengecekan tekanan darah dan gula darah acak kepada seluruh tenaga pendidik dan karyawan SLB A YPAB Surabaya.

Melalui kegiatan "*Light of Hope: PHC untuk Pendidikan dan Motivasi Tunanetra*" ini, PHC berharap dapat memberikan kontribusi nyata dalam mendukung pendidikan inklusif dan menghadirkan harapan baru bagi anak-anak tunanetra. Kedepan, PHC berkomitmen untuk terus melaksanakan program CSR yang berkelanjutan dan memberikan manfaat langsung bagi masyarakat, khususnya di bidang pendidikan dan pengembangan sumber daya manusia.

# Hari Ibu: Menghargai Peran, Menjaga Kebutuhannya



**P**ernahkah kita berhenti sejenak untuk benar-benar memperhatikan kondisi kesehatan ibu kita? Di tengah kesibukan dan tanggung jawabnya yang tidak pernah berhenti, ibu sering kali mengesampingkan kesehatan dirinya sendiri demi keluarga. Hari Ibu Sedunia yang diperingati setiap 22 Desember seharusnya menjadi momentum berharga bagi kita untuk menunjukkan kepedulian nyata terhadap kesejahteraan fisik dan mentalnya, tidak hanya memberikan apresiasi secara lisan.

Peran ibu sangat besar dalam menjaga kualitas hidup keluarga. Namun, sebagian besar seorang ibu justru kurang memiliki waktu untuk perhatian dan menjaga kesehatan dirinya sendiri. Pola istirahat yang kurang teratur, kelelahan yang berkepanjangan, dan stress yang tidak terkelola dengan baik dapat berdampak pada kondisi kesehatan dalam jangka panjang. Oleh karena itu, menjaga kesehatan ibu berarti juga menjaga stabilitas dan keharmonisan keluarga.

Melalui peringatan Hari Ibu yang jatuh pada tanggal 22 Desember 2025, kita dapat mulai mengambil bagian dalam menjaga kesehatan beliau. Salah satunya, memberikan support dengan mendampingi ibu untuk melakukan pemeriksaan kesehatan rutin, seperti cek tekanan darah, kadar gula darah, dan pemeriksaan kesehatan lainnya. Untuk ibu berusia 20-35 tahun, pemeriksaan yang disarankan meliputi cek hemoglobin (HB) guna mendeteksi anemia, pemeriksaan kesehatan reproduksi, dan deteksi dini gangguan hormonal. Pada usia 35-50 tahun, penting untuk melakukan cek tekanan darah, gula darah, dan pap smear guna mencegah penyakit tidak menular dan mendeteksi dini kanker serviks. Sementara itu, bagi ibu berusia di atas 50 tahun, pemeriksaan seperti tes kepadatan tulang, gula darah, fungsi jantung, dan kolestrol menjadi penting untuk mencegah osteoporosis dan penyakit degeneratif lainnya.

Tindakan preventif (pencegahan) tersebut sangat penting untuk mendeteksi risiko penyakit sejak dini. Selain kesehatan fisik, kesehatan mental ibu juga perlu memperoleh perhatian yang sama besarnya. Beban emosional yang dirasakan ibu sering kali tidak terlihat dan cenderung dipendam sendiri. Oleh karena itu, penting bagi kita untuk menciptakan ruang komunikasi yang hangat dan suportif, baik dengan mendengarkan cerita serta keluh kesah ibu tanpa menghakimi ataupun mengabaikan perasaannya.

Kita juga dapat menunjukkan kepedulian melalui pembentukan kebiasaan hidup sehat bersama. Mengajak ibu melakukan aktivitas fisik ringan, seperti berjalan di pagi hari, menyusun menu makanan bergizi seimbang, hingga membatasi konsumsi makanan tinggi gula maupun lemak yang dapat menjadi langkah sederhana namun berdampak besar bagi kesehatannya.

Pada akhirnya, Hari Ibu tidak hanya menjadi peringatan seremonial, tetapi titik awal untuk membangun kesadaran berkelanjutan dalam menjaga kesehatan dan kualitas hidup ibu. Ibu yang sehat adalah pondasi yang kuat bagi keluarga yang harmonis dan penuh kasih.



## Tips Menjaga Kesehatan Ibu

1. Cek kesehatan rutin
2. Istirahat yang cukup
3. Lakukan aktivitas fisik ringan
4. Konsumsi makanan bergizi seimbang
5. Kelola stres dengan baik
6. Jaga komunikasi & dukungan emosional

# Rapat Kerja Tahun 2026 PT Pelindo Husada Citra Dorong Budaya Proaktif dan Kolaboratif melalui Detective Hunt: Uncovering Opportunity

**P**T Pelindo Husada Citra (PHC) telah menyelenggarakan Rapat Kerja (Raker) Tahun 2026 selama dua hari, pada 17–18 Desember 2025. Kegiatan ini menjadi forum strategis perusahaan dalam melakukan evaluasi kinerja tahun berjalan sekaligus merumuskan arah dan strategi bisnis untuk menghadapi tantangan serta peluang di tahun 2026.

Mengusung tema **“Detective Hunt: Uncovering Opportunity”**, Rapat Kerja PHC Tahun 2026 dirancang untuk menumbuhkan semangat seluruh perwira PHC agar semakin proaktif, analitis, dan kolaboratif dalam mencari, mengidentifikasi, serta mengembangkan peluang-peluang baru yang selama ini masih tersembunyi atau belum tergarap secara optimal. Tema ini mencerminkan komitmen perusahaan dalam memperkuat ketajaman analisis bisnis serta mendorong inovasi lintas unit kerja.

Rapat Kerja yang dihadiri oleh lebih dari 50 Senior Leader di Lingkungan PT Pelindo Husada Citra ini dibuka secara resmi oleh Plt. Direktur Utama PT Pelindo Husada Citra, dr. Pudji Djanuartono, M.Kes. Dalam sambutannya, beliau menekankan pentingnya kemampuan organisasi untuk terus mengobservasi potensi, baik dari sisi internal maupun eksternal perusahaan.

“Sebagai Perwira PHC, khususnya Senior Leader, harus memiliki kepekaan dan keberanian untuk melihat peluang di balik setiap tantangan. Potensi internal yang kita miliki, jika dikombinasikan dengan pemahaman yang kuat terhadap dinamika eksternal, akan menjadi kunci dalam membangun pertumbuhan bisnis yang berkelanjutan,” ujar dr. Pudji.

Selama pelaksanaan Rapat Kerja, terdapat tujuh paparan strategis yang disampaikan oleh masing-masing unit kerja. Paparan oleh Unit Marketing & Business Development menjadi paparan pembuka Rapat Kerja

PHC Tahun 2026 pada tanggal 17 Desember 2025 dengan memaparkan strategi pengembangan pasar serta inisiatif bisnis baru, serta paparan ditutup oleh Unit Finance yang menyampaikan proyeksi keuangan, strategi pengelolaan anggaran, serta penguatan fundamental finansial perusahaan pada tanggal 18 Desember 2025.

Setelah setiap pemaparan unit selesai, dr. Pudji memberikan *fire briefing* sebagai bentuk penguatan arahan strategis. Fire briefing ini bertujuan untuk mempertajam pemahaman atas materi yang disampaikan, menegaskan prioritas, serta memastikan keselarasan antara rencana unit kerja dengan sasaran strategis perusahaan secara keseluruhan. Selain itu, Bapak RM. Happy Paringhadi selaku Komisaris PHC juga berkesempatan untuk memberikan arahan. Dalam arahnya, Bapak Happy menyampaikan materi mengenai *“Steps in the Change Management Process”*, yang menekankan pentingnya kesiapan organisasi dalam menghadapi perubahan, pengelolaan transisi secara sistematis, serta peran kepemimpinan dan budaya kerja dalam memastikan keberhasilan transformasi perusahaan.

Ke depan, PHC dihadapkan pada tantangan sekaligus target strategis untuk mencapai *revenue* sebesar 1/2 triliun pada tahun 2026. Target tersebut menuntut sinergi yang lebih kuat antar unit, inovasi berkelanjutan dalam pengembangan layanan, serta ketepatan strategi dalam merespons dinamika industri kesehatan dan bisnis.

Melalui Rapat Kerja Tahun 2026 ini, PHC menegaskan komitmennya untuk terus bergerak adaptif, berdaya saing, dan berorientasi pada pertumbuhan jangka panjang. Dengan semangat *Detective Hunt : Uncovering Opportunity*, PHC optimistis mampu mengidentifikasi peluang baru dan mewujudkan kinerja perusahaan yang semakin solid dan berkelanjutan.



# Hari AIDS Sedunia, Ketika Stigma Masih Membayangi

Mengapa di era medis yang semakin maju ini, masih ada pasien yang terlambat tertolong?

**B**ayangkan sejenak seseorang di sekitar Anda, bisa jadi tetangga, rekan kerja, atau orang yang Anda sapa di pagi hari, sedang hidup dengan HIV (Human Immunodeficiency Syndrome). Mereka tetap memberikan senyum kepada Anda, menjalani rutinitas normal, dan hadir seperti biasa. Namun, di balik itu mereka diam-diam berjuang bukan hanya melawan virus, tetapi juga melawan rasa takut, malu, dan stigma yang masih ada di benak masyarakat. Pernahkah Anda membayangkan bagaimana rasanya harus menjalani semua itu dalam diam di tengah dunia yang masih sering menghakimi?

HIV/AIDS sendiri bukanlah hanya problematika masa lalu, melainkan krisis kesehatan di masyarakat yang masih terjadi hingga saat ini. Secara medis, HIV dapat dikendalikan dengan Terapi Antiretroviral (ARV). Terapi antiretroviral (ARV) merupakan pengobatan yang menggunakan kombinasi obat untuk menekan jumlah virus HIV di dalam tubuh hingga berada pada tingkat yang sangat rendah (viral load tidak terdeteksi). ARV tidak menyembuhkan HIV, tetapi dapat mencegah berkembangnya virus, melindungi sistem kekebalan tubuh, dan mengurangi risiko penularan kepada orang lain.

Namun pada tahun 2025 ini, data menunjukkan bahwa penularan dan kematian masih terus terjadi bahkan sampai ketika anda membaca tulisan ini. Realita ini terlihat jelas dimana diketahui sebanyak 260 dari 1.225 warga Kabupaten Sikka, Nusa Tenggara Timur (NTT), yang terjangkit HIV/AIDS dinyatakan meninggal dunia bukan sekedar masalah anggaran atau distribusi obat, melainkan akibat kesenjangan edukasi, akses layanan, dan stigma masyarakat. Stigma masyarakat itulah

yang membuat warga enggan untuk menjalani tes hingga mendorong pasien (ODHIV) untuk menyembunyikan status mereka, bahkan dari anggota keluarga.

Di momen Hari AIDS Sedunia yang diperingati tanggal 1 Desember setiap tahunnya ini, pernahkah Anda bertanya pada diri sendiri : Mengapa di era medis yang semakin maju ini, masih ada pasien yang terlambat tertolong?

Banyak orang berpikir bahwa HIV/AIDS dapat dilihat melalui penampilan individu tersebut. Nyatanya, di awal infeksi HIV/AIDS sering kali tidak menampilkan gejala apapun. Individu yang terlihat sehat, tetap bekerja dan beraktivitas normal, tidak menyadari bahwa sistem imunnya tengah ?dihabisi? oleh virus HIV. Baru bertahun-tahun setelahnya, ketika individu mengalami penurunan daya tahan tubuh, gejala-gejala tubuh terinfeksi HIV tersebut akan muncul, baik berat badan turun signifikan, sering demam, sariawan berkepanjangan, hingga rentan terserang Tuberkulosis (TBC) dan Pneumonia. Kabar buruknya, pada titik tersebut diketahui penanganannya akan jauh lebih berat.

Tantangan terbesar HIV bukan pada medis, melainkan stigma yang membuat orang takut melakukan tes dan menyembunyikan kondisi. Padahal, HIV tidak menular melalui sentuhan, melainkan dari pertukaran cairan tubuh tertentu, dan keterlambatan penanganan justru lebih berbahaya. Kini, HIV bukan lagi vonis mati. Dengan terapi ARV, penyintas dapat hidup sehat dan produktif jika terdeteksi sejak dini serta mendapat layanan yang aman dan bebas stigma.

Lebih dari sekedar isu medis, HIV adalah tentang empati. Saat kita berhenti menghakimi dan mulai memahami, ruang aman tercipta dan harapan pun tumbuh.

## Fakta HIV/AIDS

1. HIV sering kali tidak menunjukkan gejala di awal infeksi
2. *Late treatment*, penyesuaian baru memeriksakan diri saat daya tahan tubuh alami penurunan drastis
3. Tes HIV cepat, mudah, dan aman, tiap orang yang berisiko bisa lakukan skrining