

# UGM Dorong Pemberdayaan Keluarga Peduli Penyakit Kardiovaskular

Monday, 19 Agustus 2019 WIB, Oleh: Ika



Penyakit kardiovaskular (jantung) merupakan penyebab kematian pada urutan teratas di dunia. Tingginya angka kejadian penyakit tersebut salah satunya didukung oleh gaya hidup masyarakat yang semakin tidak sehat.

Kondisi tersebut mendorong lima mahasiswa Universitas Gadjah Mada (UGM) berpartisipasi dalam upaya pengendalian faktor risiko munculnya penyakit kardiovaskular. Salah satunya dengan melakukan program Pemberdayaan Keluarga Peduli Penyakit Kardiovaskular untuk Masyarakat (Perikardium). Program tersebut diimplementasikan di Dusun Ngangkrik, Kelurahan Triharjo, Kecamatan Sleman, DIY.

Ketua kelompok program pemberdayaan masyarakat, Erinda Nurrahma, mengatakan upaya pencegahan timbulnya penyakit jantung ini sebenarnya telah diupayakan pemerintah terutama melalui pendirian Pos Pembinaan Terpadu Penyakit Tidak Menular (Posbindu PTM) di setiap desa atau kelurahan. Dengan adanya Posbindu PTM, deteksi dini dan pengendalian faktor risiko penyakit kardiovaskular dapat dilakukan.

“Kecamatan Sleman telah menargetkan posbindu PTM di tiap dusunnya. Namun, program ini belum bisa berjalan secara berkelanjutan karena kurangnya kemampuan sumber daya manusia dan masyarakat masih sangat bergantung pada puskesmas sehingga belum bisa terlaksana secara mandiri,” papar mahasiswa prodi Gizi Kesehatan ini dalam rilis yang diterima Senin (19/8).

Ernida mengungkapkan Dusun Ngangkrik adalah salah satu dusun yang berada di Kabupaten

Sleman dan belum terdapat posbindu PTM. Di dusun ini, masyarakatnya masih banyak yang belum menjalankan pola hidup sehat sehingga risiko terkena penyakit kardiovaskular cukup tinggi.

Berawal dari kenyataan ini Erinda Nurrahma bersama dengan Ailsa Nur Rahma Apta Widyadhana (S1 Agronomi), Annisa Leny Saraswati (S1 Ilmu Keperawatan), Ave Anugraheni (S1 Gizi Kesehatan), dan Muhammad Jourdan Prasetyatama (S1 Manajemen) berupaya melakukan edukasi dan pengkaderan mengenai upaya pencegahan dan penanganan penyakit kardiovaskular. Di bawah bimbingan Dr. dr. Emy Huriyati, M. Kes., Erinda mereka memulai program yang terdiri dari beberapa kegiatan, antara lain kegiatan pelatihan Bapak Bijak (Berani Jauhi Asap Rokok), pelatihan Ibu Cerdas (Cerdik dalam Mengelola Kesehatan Domestik), pelatihan Pemuda Sigap (Siap Cegah dan Tangani Penyakit Kardiovaskular). Pemuda Sigap ini juga disebut dengan *Kridorescue*.

“Kelak, Bapak Bijak, Ibu Cerdas, dan Pemuda Sigap akan menjadi kader di masyarakat untuk memutus rantai terjangkitnya penyakit kardiovaskular di Dusun Ngangkrik,” harapnya.

Kegiatan Bapak Bijak meliputi penyuluhan mengenai bahaya asap rokok dan cara berhenti dari ketergantungan terhadap rokok serta pemberian motivasi dan pembangunan komitmen bersama untuk tidak merokok di ruang publik. Sedangkan kegiatan Ibu Cerdas meliputi pengenalan pedoman gizi seimbang, masakan yang sehat maupun tidak sehat berdasarkan bahan pangan dan cara pengolahan makanan. Para ibu juga dilatih untuk dapat mengelola kesehatan rumah tangga yaitu dengan memantau kegiatan aktivitas fisik, konsumsi makanan sehat, dan kebiasaan merokok keluarga.

Sementara kegiatan Pemuda Sigap dan *Kridorescue* meliputi penyuluhan mengenai penyakit kardiovaskular dengan memperkenalkan jenis, gejala, faktor risiko, cara mencegah penyakit kardiovaskular, maupun penanganan pertama serangan jantung, henti jantung, dan *stroke*. Selain itu, pemuda juga dimotivasi untuk menerapkan gaya hidup sehat, dilatih untuk dapat melakukan pemeriksaan kesehatan sederhana, seperti pengukuran tekanan darah dengan alat digital, penimbangan berat badan, pengukuran tinggi badan, perhitungan indeks massa tubuh, serta menginterpretasikan hasil pemeriksaan. Para pemuda yang sudah mampu melakukan pemeriksaan kesehatan sederhana dikerahkan untuk memeriksa masyarakat di setiap forum warga Dusun Ngangkrik secara rutin.

“Hasil pemeriksaan yang telah diperoleh kemudian dicatat dalam kartu Perikardium yang memuat *risk chart*. Kemudian, kartu tersebut diserahkan kepada tenaga kesehatan yang bertugas di wilayah kerja Dusun Ngangkrik untuk ditindaklanjuti kepada Puskesmas Sleman,” imbuh Ave.

Ave menyampaikan program yang berjalan sejak bulan April hingga Juli 2019 ini telah mencapai beberapa hasil yang bermanfaat bagi masyarakat yaitu terbentuknya 8 kader Bapak Bijak, 8 kader Ibu Cerdas, dan 10 kader Pemuda Sigap atau *Kridorescue* yang siap meneruskan program ini di masa depan. Selain itu, juga telah mulai terbentuk komitmen masyarakat untuk tidak merokok di ruang tertutup saat forum warga. Sementara itu, para ibu sudah mulai menyajikan makanan yang sehat serta rendah gula, garam, dan lemak pada tiap forum warga. Para pemuda sudah mampu melakukan pemeriksaan kesehatan sederhana dalam rangka pengembangan program kerja seksi sosial perkumpulan pemuda yang ada di Dusun Ngangkrik tepatnya di RW 14.

“Diharapkan program ini dapat terus berkelanjutan dan membentuk masyarakat yang peduli untuk mencegah penyakit kardiovaskular. Selain itu, harapannya program ini dapat menghidupkan Posbindu PTM di Dusun Ngangkrik, bahkan menjadikan Dusun Ngangkrik menjadi dusun percontohan bagi masyarakat lain,” pungkasnya. (Humas UGM/Ika)

---

## **Berita Terkait**

- [Layanan Kardiologi Intervensi Perlu Ditingkatkan](#)
- [Penyakit Tidak Menular Terus Meningkat](#)
- [Program Perubahan Gaya Hidup Perbaiki Faktor Risiko Kardiovaskular](#)
- [Decardia, Alat Deteksi Besaran Risiko Kardiovaskular Pasien Diabetes](#)
- [Hindari Penyakit Jantung dan Diabetes Sejak Dini, Anak dan Remaja Dianjurkan Rajin Beraktivitas Fisik](#)