



JOGJA KITA

Jalan Sehat dan Senam Menari Meriahkan HUT ke-36 RSUD Kota Jogja

Sekaligus Peringatan Hari Jantung Sedunia (World Heart Day)

Dalam rangka memperingati HUT ke-36 RSUD Kota Jogja digelar jalan sehat dan senam Menata Nadi Sendiri (Menari), kemarin (24/9). Kegiatan ini sekaligus sebagai peringatan Hari Jantung Sedunia (World Heart Day) yang jatuh 28 September.

DIREKTUR RSUD Kota Jogja Ariyudi Yunita mengatakan, kegiatan ini sebagai bentuk edukasi mengenai faktor risiko, penyebab serta gejala-gejala penyakit jantung bagi karyawan maupun masyarakat sekitar. Selain itu, Menari merupakan program Kementerian Kesehatan sebagai deteksi dini penyakit jantung. Pihaknya mengundang para pasien penderita jantung untuk memeriahkan acara ini. Kegiatan ini juga sebagai healing karyawan terhadap rutinitas kerja yang tekanannya luar biasa. "Sehingga harapannya bisa fokus kembali saat bekerja," ujar Ariyudi. Pasien jantung diajak senam Menari untuk mengetahui sejauh mana kondisi kesehatan jantung mereka dengan cara denyut nadi diraba pada area pergelangan



BERGEMBIRA: Kegiatan senam Menata Nadi Sendiri (Menari), memeriahkan HUT ke-36 Kota Jogja, kemarin (24/9).

tangan. Denyut nadi yang teraba dengan jari kita setara dengan ukuran denyut jantung. Lalu genggam pergelangan tangan, rabal dengan jari telunjuk, tengah dan manis tonjolan tulang di bagian bawah pangkal ibu jari. Selanjutnya geser sedikit ke arah

tengah pergelangan dan rasakan denyutan dan hitung dalam 30 detik. Jika denyutan yang dirasakan tidak teratur atau jumlah denyutan diatas 50 atau dibawah 30, waspadai gangguan irama jantung. "Saat terjadi denyut nadi di atas 50 atau di bawah 30 segera konsultasi

lebih lanjut ke dokter umum di fasilitas kesehatan terdekat, atau ke dokter spesialis jantung," jelasnya. Dokter akan melakukan pemeriksaan lanjutan berupa elektrokardiografi (EKG) atau memerlukan pemeriksaan lanjutan seperti holter monitor

dan metode perekaman denyut jantung lainnya yang lebih canggih. Ia berharap, RSUD Kota Jogja bisa dipercaya dan sebagai tempat untuk pemeriksaan penyakit jantung bagi masyarakat. Sekretaris Daerah (Sekda) Kota Yogyakarta Aman Yuridiadjaya selain mengucapkan selamat dan sukses atas kinerja yang sudah dilakukan oleh RSUD Kota Jogja juga berharap, kegiatan ini sebagai penguatan ekosistem dan sinergitas karyawan agar terus dilakukan dan menjadi lebih baik lagi. "Semoga ini bermanfaat bagi masyarakat terutama pada kesehatan jantung," ujar Aman. Salah satu pasien Riyati (58) warga Sayidan mengatakan, sangat senang adanya program senam dan jalan sehat yang diberikan bagi pasien jantung. Selain diberikan edukasi, kegiatan ini memberikan semangat bagi penderita jantung untuk tetap hidup sehat dengan berolahraga sesuai dengan kemampuan masing-masing. "Alhamdulillah rutin berobat di sini, bagus sekali dokternya. Mudah-mudahan selalu diberikan kesehatan," jelasnya. (**/dn/by)

Instansi	Nilai Berita	Sifat	Tindak Lanjut
1. RSUD (RS Jogja)	Netral	Biasa	Untuk Ditanggapi

Yogyakarta, 08 Juli 2024
 Kepala

Ig. Trihastono, S.Sos. MM
 NIP. 19690723 199603 1 005