

Artikel ini diambil dari : [www.depkes.go.id](http://www.depkes.go.id)

## PENYAKIT JANTUNG PENYEBAB KEMATIAN TERTINGGI, KEMENKES INGATKAN CERDIK

DIPUBLIKASIKAN PADA : SABTU, 29 JULI 2017 00:00:00, DIBACA : 49.477 KALI



Jakarta, 29 Juli 2017

Survei *Sample Registration System* (SRS) pada 2014 di Indonesia menunjukkan, Penyakit Jantung Koroner (PJK) menjadi penyebab kematian tertinggi pada semua umur setelah stroke, yakni sebesar 12,9%. Kemenkesimbau masyarakat agar melakukan cek kesehatan secara berkala, enyahkan asap rokok, rajin beraktifitas fisik, diet yang sehat dan seimbang, istirahat yang cukup dan kelola stres (CERDIK) untuk mengendalikan faktor risiko PJK.

### Data PJK

Data Riskesdas tahun 2013 menunjukkan, prevalensi tertinggi untuk penyakit Kardiovaskuler di Indonesia adalah PJK, yakni sebesar 1,5%. Dari prevalensi tersebut, angka tertinggi ada di Provinsi Nusa Tenggara Timur (4,4%) dan terendah di Provinsi Riau (0,3%), kata Direktur Pencegahan dan Pengendalian Penyakit Tidak Menular, Kemenkes

RI, dr. Lily S Sulistyowati, MM usai konferensi pers terkait peluncuran obat jantung baru di Jakarta, Sabtu (29/7).

Menurut kelompok umur, PJK paling banyak terjadi pada kelompok umur 65-74 tahun (3,6%) diikuti kelompok umur 75 tahun ke atas (3,2%), kelompok umur 55-64 tahun (2,1%) dan kelompok umur 35-44 tahun (1,3%).

Sedangkan menurut status ekonomi, terbanyak pada tingkat ekonomi bawah (2,1%) dan menengah bawah (1,6%).

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2012 menunjukkan 17,5 juta orang di dunia meninggal akibat penyakit kardiovaskuler atau 31% dari 56,5 juta kematian di seluruh dunia. Lebih dari 3/4 kematian akibat penyakit kardiovaskuler terjadi di negara berkembang yang berpenghasilan rendah sampai sedang.

Dari seluruh kematian akibat penyakit kardiovaskuler 7,4 juta (42,3%) di antaranya disebabkan oleh Penyakit Jantung Koroner (PJK) dan 6,7 juta (38,3%) disebabkan oleh stroke.

Pembiayaan penyakit katastropik, lanjut dr. Lily, menurut data Badan Penyelenggara Jaminan Sosial (BPJS) bidang Kesehatan tahun 2016, menghabiskan biaya hampir 14,6 Triliun Rupiah. Sedangkan tahun 2015, menghabiskan biaya hampir 14,3 Triliun Rupiah.

Paling besar biaya adalah untuk penyakit jantung, dimana terjadi peningkatan pembiayaan dibanding tahun 2015, yakni sebesar 6,9 Triliun Rupiah (48,25%)

menjadi 7,4 Triliun Rupiah (50,7%) pada 2016.

"Penyakit Kardiovaskuler sebetulnya dapat dicegah dengan *healthy lifestyle*, seperti mengurangi merokok, diet yang sehat, aktivitas fisik dan tidak menggunakan alkohol. Juga memperhatikan pola makan," kata dr. Lily.

Berdasarkan data Survei Konsumsi Makanan Indonesia (SKMI) tahun 2014 menunjukkan bahwa proporsi penduduk Indonesia yang mengkonsumsi lemak lebih dari 67 gram perhari sebesar 26,5%, konsumsi natrium lebih dari 2000 mg sebesar 52,7% dan 4,8% penduduk mengkonsumsi gula lebih dari 50 gram.

### **Solusi CERDIK**

Penyakit jantung dan pembuluh darah (kardiovaskuler) menjadi salah satu masalah kesehatan utama di negara maju maupun berkembang. Upaya yang telah dilakukan Kementerian Kesehatan dalam pencegahan dan pengendalian Penyakit Jantung dan Pembuluh Darah diantaranya dengan mesosialisasikan perilaku CERDIK.

Cek kesehatan secara berkala, Enyahkan asap rokok, Rajin beraktifitas fisik, Diet yang sehat dan seimbang, Istirahat yang cukup dan Kelola stres. Selain itu, masyarakat diimbau melakukan pengukuran tekanan darah dan pemeriksaan kolesterol rutin atau minimal sekali dalam setahun di Pobindu PTM/Fasilitas Pelayanan Kesehatan.

Sesuai dengan Instruksi Presiden nomor 1 tahun 2017 tentang Gerakan Masyarakat Hidup Sehat (GERMAS), diharapkan seluruh komponen bangsa berperilaku sehat untuk meningkatkan kualitas hidup.

Diharapkan, dapat meningkatkan produktifitas sehingga dapat menurunkan biaya pelayanan kesehatan. Tahun 2017 Germas difokuskan pada 3 kegiatan, yakni peningkatan aktifitas fisik, peningkatan konsumsi buah dan sayur serta deteksi dini atau periksa kesehatan secara berkala.

Kementerian Kesehatan, ujar dr. Lily mengimbau seluruh komponen bangsa baik pemerintah, swasta maupun masyarakat untuk ikut berpartisipasi dan mendukung upaya pencegahan dan pengendalian faktor risiko PJK, sehingga angka kesakitan, kematian dan kecacatan karena PJK dapat diturunkan.

Berita ini disiarkan oleh Biro Komunikasi dan Pelayanan Masyarakat, Kementerian Kesehatan RI. Untuk informasi lebih lanjut dapat menghubungi Halo Kemkes melalui nomor *hotline* (kode lokal) 1500-567, SMS 081281562620, faksimili (021) 5223002, 52921669, dan alamat *email* [kontak\[at\]kemkes\[dot\]go\[dot\]id](mailto:kontak@kemkes.go.id).