

HUT Pertama PINTI NTT, Widya Widodo Ajak Warga Kupang Utamakan Kesehatan dan Deteksi Dini Penyakit

Kupang, nwartapedia.com – Ketua Tim Penggerak PKK Kota Kupang, Ny. dr. Widya Widodo, mengajak masyarakat untuk lebih peduli terhadap kesehatan diri dan keluarga melalui penerapan pola hidup sehat serta pemeriksaan kesehatan secara rutin.

Ajakan tersebut disampaikan saat membuka secara resmi perayaan Hari Ulang Tahun (HUT) pertama Perhimpunan Perempuan Indonesia Tionghoa (PINTI) Nusa Tenggara Timur (NTT) yang berlangsung di Alun-alun Kota Kupang pada Sabtu (17/10/2026).

Kegiatan yang mengusung “Semangat bersama mewujudkan hidup sehat, aktif, dan bugar” ini melibatkan masyarakat dari enam kecamatan di Kota Kupang.

Rangkaian acara meliputi senam jantung sehat gabungan, penyuluhan kesehatan jantung, edukasi deteksi dini kanker serviks, serta pemeriksaan kesehatan gratis dan line dance.

Dalam sambutannya, Widya menyampaikan apresiasi kepada PINTI NTT yang meskipun baru berusia satu tahun, telah melaksanakan berbagai kegiatan sosial yang memberikan manfaat bagi masyarakat.

Menurutnya, kepedulian terhadap kesehatan harus dimulai dari diri sendiri. Dengan menjaga kesehatan pribadi, setiap orang dapat menjalani kehidupan yang lebih baik sekaligus memberikan perhatian kepada keluarga dan lingkungan sekitarnya.

Ia juga mengingatkan masyarakat agar memanfaatkan layanan kesehatan yang tersedia untuk mengetahui kondisi tubuh sejak dini.

“Kalau kita mengetahui lebih cepat, bukan berarti dunia kita runtuh. Justru dengan mengetahui kondisi kesehatan lebih awal, kita bisa memahami penanganan yang tepat,” demikian pesan dr. Widya dalam sambutannya.

Ia mencontohkan hipertensi sebagai salah satu faktor risiko penyakit jantung yang perlu dikendalikan melalui pemeriksaan rutin, kepatuhan menjalani pengobatan sesuai anjuran dokter, serta penerapan pola hidup sehat.

Widya juga menekankan pentingnya deteksi dini kanker karena penanganan pada tahap awal dapat memberikan peluang yang lebih baik dibandingkan ketika penyakit baru diketahui pada stadium lanjut.

Sementara itu, Ketua Panitia, Lily Yapola, ST, mengatakan kegiatan tersebut diselenggarakan melalui kerja sama dengan Dinas Kesehatan Kota Kupang dan Yayasan Jantung Indonesia Cabang NTT.

Menurut Lily, perayaan HUT pertama PINTI NTT bukan sekadar momentum organisasi, tetapi juga menjadi kesempatan untuk memperkuat kepedulian terhadap kesehatan masyarakat dan membangun kolaborasi dengan berbagai pihak.

Ia menjelaskan, kegiatan dimulai pukul 06.00 WITA hingga sekitar tengah hari, dengan peserta berjumlah sekitar 500 orang dari 6 kecamatan sekota Kupang.

Selain senam jantung sehat gabungan dari enam kecamatan, panitia juga mengadakan penyuluhan kesehatan, pemeriksaan kesehatan gratis, serta sajian pangan lokal sehat dari masing-masing kecamatan.

Panitia turut menyampaikan apresiasi kepada seluruh mitra,

sponsor, pengurus, anggota PINTI dan YJI, dan masyarakat yang telah mendukung terselenggaranya kegiatan tersebut.

Ketua PINTI NTT, Theressia Avilla, menjelaskan bahwa perayaan tahun pertama ini menjadi bagian dari kesinambungan kegiatan sosial dan kesehatan yang telah dilakukan organisasinya sejak awal berdiri.

Sebelumnya, PINTI NTT melaksanakan kegiatan pengobatan gratis dan pemberian makanan kepada 1.000 anak sebagai bagian dari upaya pencegahan stunting pada September 2025.

Pada Oktober tahun yang sama, organisasi tersebut juga mengadakan penyuluhan deteksi dini kanker payudara yang dirangkaikan dengan kegiatan jalan santai dalam rangka memperingati Hari Peduli Kanker Payudara Sedunia.

Pada perayaan kali ini, PINTI NTT kembali memberikan perhatian pada kesehatan perempuan dan masyarakat melalui edukasi kanker serviks, penyuluhan kesehatan jantung, senam sehat, serta pemeriksaan kesehatan gratis.

Theressia mengingatkan perempuan agar tidak mengabaikan pemeriksaan kesehatan, terutama deteksi dini kanker serviks.

Menurutnya, pemeriksaan secara berkala penting dilakukan karena penyakit tersebut dapat berkembang tanpa disadari hingga memasuki stadium lanjut.

Ia berharap masyarakat semakin sadar bahwa pencegahan dan deteksi dini merupakan langkah penting untuk mengurangi risiko komplikasi penyakit.

Dukungan terhadap kegiatan tersebut juga disampaikan Ketua Yayasan Jantung Indonesia Cabang NTT, Ir. Theodorus Widodo.

Ia menjelaskan bahwa senam jantung sehat dilaksanakan secara rutin pada Sabtu pertama dan ketiga setiap bulan.

Saat ini, kegiatan tersebut melibatkan klub jantung sehat yang tersebar di enam kecamatan di Kota Kupang, dengan total delapan klub yang turut berpartisipasi dalam kegiatan gabungan.

Theodorus mengajak masyarakat untuk berpartisipasi secara rutin dalam senam jantung sehat. Selain menjaga kebugaran melalui aktivitas fisik, peserta juga berkesempatan memperoleh edukasi langsung dari dokter dan tenaga kesehatan mengenai cara menjaga kesehatan jantung serta mencegah faktor risiko penyakit.

Ia menilai kegiatan tersebut menjadi kesempatan yang baik bagi masyarakat untuk mendapatkan pengetahuan kesehatan sekaligus membangun kebiasaan hidup aktif.

Melalui perayaan HUT pertama PINTI NTT, seluruh pihak berharap semakin banyak masyarakat Kota Kupang yang memahami pentingnya menjaga kesehatan, melakukan pemeriksaan secara berkala, dan menerapkan pola hidup sehat dalam kehidupan sehari-hari.

Semangat kebersamaan yang terbangun dalam kegiatan ini diharapkan dapat memperkuat kontribusi PINTI NTT dalam bidang sosial dan kesehatan, sekaligus mendorong masyarakat untuk menjadikan kesehatan sebagai investasi penting bagi masa depan. (MI)