

## Hai Budi, Ini Aku, Jantungmu!



Aku mulai bekerja beberapa bulan sebelum kamu lahir. Meskipun aku terus-menerus berdetak setiap detik di dalam tubuhmu, namun kita tidak pernah berkenalan. Ini aku, jantungmu, mesin tubuhmu. Ada beberapa hal yang ingin aku sampaikan padamu.

Ketika kamu masih berbentuk embrio berumur 19 hari, aku mulai terbentuk dari sebuah gumpalan sel khusus. Pertama-tama, aku akan terlihat seperti sebuah tabung, kemudian aku memutar, berbalik, dan secara bertahap aku mulai memiliki ruangan dan pembuluh darah di sekitarku. Bersama-sama dengan sel-sel tubuh lainnya, kami berkembang menjadi bagian-bagian tubuh yang berbeda, seperti saraf, kulit, tulang rawan, otot, dan lain sebagainya. Sel-sel yang menjadikan aku ada adalah sel-sel yang diprogram dengan sangat khusus. Setelah mencapai jumlah dan massa tertentu pada umur 22 hari, sel-sel itu diperintahkan untuk berbaris dan hanya Tuhan Yang Maha Esa yang tahu berapa lama mereka berbaris. Ketika semua selku berdenyut bersama, kamu akan merasakannya sebagai sebuah denyut nadi. Meskipun aku bekerja di dalam tubuhmu Budi, tetap saja kamu tidak akan sadar tentang adanya denyutku, tetapi ketika kamu berlari cepat, maka aku harus berdetak lebih cepat karena kakimu membutuhkan darah lebih banyak.

Nah, saat itulah kamu baru menyadari akan keberadaanku, meskipun setelah itu tetap saja kamu sering tidak menyadarinya. Kau begitu cuek, seolah-olah aku harus melakukan tugas ini selamanya dan tidak pernah lelah. Akuilah bahwa orang muda seperti kamu tidak tahu banyak tentang hal ini, tapi yang sangat membuatku sedih adalah kamu tidak pernah berpikir siapa yang telah memberimu hadiah ini. Sekarang kamu sudah SMA dan di sekolah hanya sesekali kalian membahas tentang aku pada pelajaran biologi. Budi, ketahuilah bahwa kamu bahkan tidak akan bisa menggerakkan sebuah jari jika aku tidak memompa darah ke otakmu. Hari ini, aku akan memberitahukan bahwa kamu harus peduli tentang aku baik secara fisik maupun rohani, karena jika tidak, kamu akan sangat menyesal! Aku hanya seorang teman, aku ingin mengingatkanmu akan sebuah kebenaran yang pahit; kamu masih memiliki kesempatan untuk memperbaikinya.

Semua sel yang membentuk tubuhmu (kemungkinan jumlahnya sekitar 100 triliun) membutuhkan aku untuk memberi mereka gizi, bernafas, mencerna, membuang kotoran, dan melakukan tugas khusus mereka. Nah, semua kebutuhan mereka terpenuhi karena aku diciptakan untuk bekerja tiada henti. Inilah sebabnya mengapa aku mulai bekerja sebelum organ lain terbentuk dan berfungsi pada tahapan embrio. Aku bahkan tidak tahu persis berapa lama aku akan terus bekerja; terkadang meskipun aku berada dalam kondisi segar bugar, waktu yang telah ditentukan tiba dan saat itu datang, aku harus meninggalkan tugasku mematuhi perintah Yang Maha Kuasa. Malaikat maut tidak pernah memberitahukan padaku terlebih dahulu untuk berhenti tanpa alasan, ia selalu menggunakan sebab yang jelas. Ada banyak sebab yang membuat aku meninggalkan tugasku. Penyebab yang paling sering adalah kecelakaan, kebiasaan buruk, dan bunuh diri.

Aku sendiri bahkan kagum tentang cara kerjaku. Aku dilengkapi dengan sensor-sensor tertentu untuk menghadapi pendarahan yang terjadi karena cedera. Jika pendarahan tidak dihentikan, aku bisa kelelahan dan tidak berfungsi lagi setelah beberapa waktu. Aku dapat dengan mudah terpengaruh oleh beberapa jenis racun. Ini tidak terlalu serius, tetapi yang benar-benar membuatku terganggu adalah gaya hidupmu yang tidak teratur, kebiasaan makan yang tidak sehat, kemalasan, dan kehidupanmu yang penuh stres. Aku bisa bertahan oleh sebab-sebab ini hanya untuk sementara waktu, tapi terkadang ketika aku sudah tidak tahan lagi, aku bisa saja berpura-pura berhenti untuk menarik perhatianmu. Sesaat setelah itu, kamu akan melihat orang-orang berteriak, memanggil dokter karena panik, mencari pil, adrenalin atau pijat jantung – semuanya baik-baik saja, sayangku – tetapi demi Tuhan, mengapa kamu harus menunggu sampai aku menjadi seperti itu! Dengar Budi, aku katakan sekali lagi, kamu sendirilah yang membuatku berada dalam bahaya besar. Jadi jangan tersinggung jika suatu hari aku lelah dan berhenti!

Sementara kamu terus-menerus menelan makanan-makanan berlemak, tetangga di bawahku tidak henti-hentinya mengeluh karena kamu mengisinya terlalu banyak. Ketika perut terisi penuh, dengan sendirinya perut akan mulai menaikkan tekananku. Hati-hati, nanti kamu akan menyesal dan setelah itu semuanya akan terlambat. Semua orang memiliki hak untuk makan, tetapi kita harus juga tahu kapan harus berhenti. Jika kamu terus-menerus seperti itu, lemak akan mematikan katupku dan arteri utamaku akan tersumbat. Tentang pembuluh darah koronerku, memang mereka sudah sempit dari awalnya dan dapat tersumbat seketika sehingga menyebabkan gagal jantung.

Kamu memang seorang pemalas yang kerjanya hanya terpaku di depan laptop sepanjang hari tanpa bergerak sama sekali. Aku tidak akan kaget kalau kamu mulai sering pergi ke apotek di ujung jalan sana. Kalau saja kamu mau berolahraga barang sebentar saja setiap harinya. Teman-temanmu beribadah setiap hari dan bisa mendapatkan banyak manfaat hanya dengan satu kegiatan. Mereka melakukan kewajiban kepada Sang Pencipta sambil meringankan tugas jantung dengan melakukan olahraga fisik tersebut. Selain itu, jantung mereka menjadi nyaman berkat adanya iman di hati mereka.

Budi, aku akan mengajukan sebuah pertanyaan sederhana kepadamu: siapa insinyur yang membuat HP di depanmu? Siapa orang yang menulis artikel yang sedang kamu baca ini? Ada orangnya, bukan? Jadi, yang lebih sempurna dari semua itu, siapakah Zat yang telah menciptakan aku dan sistem pembuluh darahku, kemudian meletakkan aku di rongga dadamu? Nah, sudah saatnya kamu mematikan HP itu. Sekarang, karena aku selalu memenuhi kewajibanku secara teratur untuk membuatmu tetap hidup, kamu juga harus meluangkan waktu untuk beribadah dan bersyukur kepada Tuhanmu yang telah menciptakan tubuhmu begitu sempurna. Dan sementara itu, aku akan memperoleh waktu untuk menyingkirkan ketegangan yang sudah kamu berikan kepadaku karena sikap buru-buru dan stres yang kau alami.

Dalam 3 halaman ini, informasi yang kuberitahukan kepadamu hanyalah sepersekian dari struktur dan fungsiku yang amat sangat menakjubkan. Aku dan juga dokter sekalipun tidak memiliki pengetahuan yang tepat untuk menjelaskan segala hal tentang diriku secara lengkap. Karena itulah, Budi sahabatku, kamu perlu belajar untuk berkata, “Betapa indahya semua itu diciptakan,” dan bukannya berkata, “Betapa indahya semua itu.”

Diadaptasi dari “Hai Budi..., ini aku, jantungmu!”, oleh Prof. Dr. İrfan Yılmaz, Januari-Maret 2014, *Mata Air*, Vol. 1 No. 1, hal. 29-32

