



Paling Banyak Hipertensi dan Pegal-Pegal

Pasca-Lebaran Pasien di Puskemas Meningkat

JOGJA - Setelah libur lebaran ini pusat kesehatan masyarakat (Puskemas) di Kota ramai dikunjungi masyarakat. Mayoritas mengeluhkan gangguan penyakit setelah berlebaran.

Salah satunya di Puskesmas Umbulharjo I. Menurut Kepala Puskesmas Umbulharjo Yunita Haryanti, hampir 200 pasien datang memeriksakan kesehatannya perhari. Berbeda dengan hari biasa pada saat cuti bersama, yang diakumulasi berjumlah 228 orang.

Puskemas Umbulharjo 1 mencatat keluhan penyakit ditingkat empat besar, yaitu hipertensi atau darah tinggi, diabetes melitus dengan komplikasi, nyeri otot, dan infeksi saluran nafas akut (ISPA). "Sebenarnya yang tercatat ada 20 besar kasus penyakit, tapi yang mendominasi di lima besar itu," jelasnya kemarin (12/6).

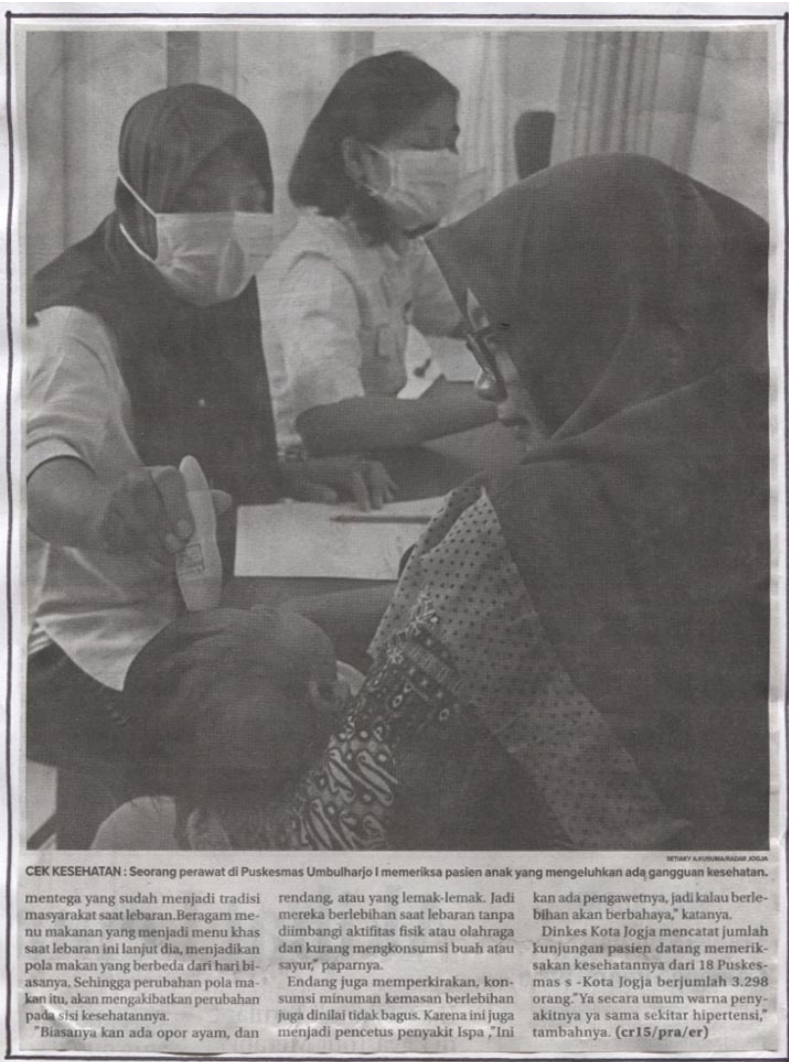
Sementara itu Kepala Seksi Pengendalian Penyakit Menular dan Imunisasi Dinas Kesehatan Kota Jogja, Endang Sri Rahayu menilai, banyaknya pasien berobat ke Puskesmas pasca-lebaran

ini ada dua kemungkinan. Memang timbul pascalebaran atau memang kunjungan yang tinggi pada saat cuti bersama. Namun Endang tidak menampik, jika secara logika penyakit itu muncul karena faktor makanan dan pola hidup sehat. "Jadi *kan* orang kurang menjaga pola makan atau olahraga itu *kan* terganggu pada saat puasa. Dan setelah lebaran ini otomatis penyakit itu muncul lagi," jelasnya.

Kasus penyakit lainnya seperti peringat ketiga setelah darah tinggi dan diabetes yaitu nyeri otot. Hal ini kata dia, disebabkan oleh keseringan duduk, "Apalagi yang mudik macet pasti duduk terus itu akan mengakibatkan *pegel-pegel*," ungkapnya.

Sedangkan untuk ISPA, lebih disebabkan karena warga karena melakukan perjalanan mudik jauh, "Bisa jadi ini karena paparan udara dan debu yang bisa menyebabkan gangguan nafas. Apalagi kurang minum air putih," tuturnya.

Dia juga tidak menampik jika beberapa jenis makanan khas lebaran menjadi salah satu penyebab banyaknya timbul penyakit lama bahkan baru. Seperti makanan berlemak, santan,



CEK KESEHATAN : Seorang perawat di Puskesmas Umbulharjo I memeriksa pasien anak yang mengeluhkan ada gangguan kesehatan.

mentega yang sudah menjadi tradisi masyarakat saat lebaran. Beragam menu makanan yang menjadi menu khas saat lebaran ini lanjut dia, menjadikan pola makan yang berbeda dari hari biasanya. Sehingga perubahan pola makan itu, akan mengakibatkan perubahan pada sisi kesehatannya.

"Biasanya kan ada opor ayam, dan

rendang, atau yang lemak-lemak. Jadi mereka berlebihan saat lebaran tanpa diimbangi aktifitas fisik atau olahraga dan kurang mengkonsumsi buah atau sayur," paparnya.

Endang juga memperkirakan, konsumsi minuman kemasan berlebihan juga dinilai tidak bagus. Karena ini juga menjadi pencetus penyakit Ispa, "Ini

kan ada pengawetnya, jadi kalau berlebihan akan berbahaya," katanya.

Dinkes Kota Jogja mencatat jumlah kunjungan pasien datang memeriksakan kesehatannya dari 18 Puskesmas - Kota Jogja berjumlah 3.298 orang. "Ya secara umum warna penyakitnya ya sama sekitar hipertensi," tambahnya. (cr15/pra/er)

Instansi	Nilai Berita	Sifat	Tindak Lanjut
1. Dinas Kesehatan	Netral	Biasa	Untuk Diketahui

Yogyakarta, 24 Juni 2026
Kepala

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