



Usai Idul Adha, Periksakan Diri ke Puskesmas

Masjid dan Sekolah Mulai Tinggalkan Tas Kresek

JOGJA, Radar Jogja - Usai hari raya Idul Adha dan tasyrik, mulai banyak pasien yang memeriksakan kesehatan ke Puskesmas. Pasien yang datang, rerata memeriksakan diri mereka yang telah memiliki turunan penyakit maupun penyakit baru. Mayoritas terjadi pada pasien usia lanjut, pun kasus baru terjadi pada usia produktif.

"Biasanya pasien yang datang mereka kontrol penyakit yang sudah lama kambuh lagi," ujar Kepala Seksi Pencegahan Pengendalian Penyakit Tidak Menular dan Kesehatan Jiwa Dinas Kesehatan Kota Jogja, Iva Kusdyarini kemarin (14/8). "Laporan belum masuk ke kami tapi tidak ada yang signifikan dampak yang terjadi," lanjutnya.

Menurut dia, makan daging secara berlebihan juga dapat menyebabkan masalah-masalah kesehatan tertentu. Evaluasi tahun lalu, lanjut Iva, dampak dari efek konsumsi daging berlebihan yaitu hipertensi dan diabetes melitus (DM).

Data dari 2018 Dinkes mencatat kasus penyakit hipertensi sebanyak 19.919 kasus dan DM di angka 8.558 kasus. Sedangkan untuk tahun 2019 sampai dengan bulan Juli sampai dengan minggu kedua mencatat penyakit hipertensi di angka 13.832 kasus dan DM di angka 6.314 kasus.

Penyakit ini muncul kata Iva bukan sebab dari daging itu sendiri melainkan cara pengolahannya seperti bumbu dapur atau penyedap rasa yang berlebihan lantaran ini mengandung kadar

garam yang berlebihan. Ataupun campuran daging seperti jeroan dan lemak. "Yang bagus dan menyehatkan itu dagingnya bukan dicampur yang lain. Santan kental itu juga menjadi pemicu," tambahnya.

Selain itu pengolahan selain direbus juga menjadi penyebab dari munculnya indikasi penyakit tertentu. Misalnya dibakar, karena daging yang dibakar akan menyebabkan indikasi daging yang belum matang.

"Cara pengolahan yang baik ya direbus bukan dibakar, karena daging yang belum matang akan muncul kuman-kuman karena tidak matang secara keseluruhan," tuturnya.

Dinkes juga mengimbau agar masyarakat tidak berlebihan mengonsumsi daging. Termasuk dengan olahan yang seimbang agar tidak terjadi perubahan perilaku di masyarakat. Dan tetap cek rutin ke fasilitas kesehatan atau Puskesmas terdekat. Karena jika tidak terkontrol akan berlanjut ke penyakit jantung atau stroke. Dan juga memperbanyak makan buah dan sayur dan melakukan aktivitas fisik seperti olahraga selama 30 menit per hari. "Jadi masyarakat harus tetap cek rutin ke Puskesmas supaya bisa terkontrol dan tidak menjadi komplikasi," pesannya.

Sedang untuk dampak lingkungan, Kepala Dinas Lingkungan Hidup Kota Jogja Suyana mendata ada 19 masjid, delapan sekolah dan satu perusahaan di Kota Jogja, yang tidak lagi menggunakan kantong kresek untuk distribusi daging kurban. "Mereka ganti dengan besek pakai daun jati atau pisang," ujarnya. (cr15/prg/rg)

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

Yogyakarta, 14 Januari 2025
Kepala

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