



Angka Penderita Diabetes di DIY Lampaui Nasional

YOGYAKARTA, *Joglo Jogja* – Dinas Kesehatan (Dinkes) Kota Yogyakarta mencatat, tren Penyakit Tidak Menular (PTM) di Kota Yogyakarta belum mengalami penurunan. Salah satunya yakni Diabetes Mellitus (DM) yang tercatat melebihi angka nasional. Bahkan yang banyak terkena penyakit ini adalah orang usia produktif.

Kepala Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta Emma Rahmi Ary-

ani menyampaikan, tren PTM di DIY, termasuk Kota Yogyakarta masih sangat tinggi. Terutama penyakit Diabetes Mellitus (DM). Pada akhir 2023, DM di Yogyakarta masih di atas 4 persen, lebih tinggi dari angka Nasional 2,4 persen.

"Di DIY termasuk di dalamnya Kota Yogya itu masih tinggi, angkanya di atas nasional. Yang menjadi catatan, justru kebanyakan yang terkena DM

adalah mereka yang tergolong usia produktif," ujarnya.

Ini menandakan, lanjut dia, masih banyak masyarakat yang belum menerapkan pola hidup sehat. Hal itu diperparah lagi dengan makanan dan minuman yang dikonsumsi mengandung gula tinggi. Produk semacam ini cenderung sangat mudah yang diakses.

Pihaknya pun mengimbau masyarakat agar mengurangi konsumsi gula. Dia menganjurkan, mak-

simal konsumsi gula dalam sehari maksimal setara 4 sendok makan atau 50 gram, kemudian untuk garam setara 1 sendok teh atau 5 gram, serta lemak setara 5 sendok makan atau 67 gram.

"Selain mengontrol asupan gula, garam, dan lemak, pola makan juga harus diimbangi dengan aktivitas lain. Diantaranya cek kesehatan secara rutin, rajin aktivitas fisik, diet sehat kalori seimbang, istirahat cukup dan

mengeola stress," ujarnya.

Kepala Bidang Pencegahan Pengendalian Penyakit dan Pengelolaan Data dan Sistem Informasi Kesehatan Dinkes Kota Yogyakarta, Lana Unwanah menambahkan, berdasarkan data profil kesehatan tahun 2023, menunjukkan adanya peningkatan pelayanan penyakit DM. Di Kota Yogya penderita DM memiliki prevalensi tertinggi sebesar 4,9% dibandingkan 4 kabupaten

di Provinsi DIY. "Dalam 3 tahun terakhir terus mengalami peningkatan mencakup lebih dari 28 ribu orang," katanya.

Deteksi dini, dia menyebut, menjadi salah satu upaya penting pencegahan penyakit tidak menular. Baik itu secara deteksi mandiri oleh masing-masing individu di fasilitas kesehatan terdekat maupun melalui Pos Pembinaan Terpadu atau Posbindu di wilayah, satuan pen-

didikan, swasta juga sektor lain yang dilakukan secara rutin.

"Meski tidak menular, diabetes melitus merupakan penyebab kematian tertinggi yang ada di dunia. Selain itu orang dengan diabetes juga memiliki risiko lebih tinggi terkena tuberculosis (TB). Untuk itu kesadaran tentang diabetes harus dibangun bersama, dalam meningkatkan kualitas hidup," tandasnya. (nik/ree)

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

Yogyakarta, 29 November 2024
Kepala

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