



## TREN PENYAKIT TIDAK MENULAR MASIH TINGGI Warga Usia Produktif Banyak Terdeteksi Diabetes

**YOGYA (KR)** - Penyakit tidak menular masih menempati tren tinggi yang diidap oleh masyarakat. Terutama diabetes melitus (DM) yang justru banyak terdeteksi oleh warga usia produktif. Dinas Kesehatan Kota Yogya pun tidak pernah berhenti mengimbau masyarakat agar menerapkan pola hidup sehat.

Kepala Dinas Kesehatan Kota Yogya Emma Rahmi Aryani, mengatakan tren penyakit tidak menular di DIY, termasuk Kota Yogya masih tinggi. Khusus untuk penyakit diabetes melitus, pada akhir tahun 2023 angkanya masih di atas empat persen, lebih tinggi dari angka nasional 2,4 persen. "Di DIY kemudian Kota Yogya itu masih tinggi. Angkanya di atas nasional. Yang menjadi catatan adalah justru kebanyakan yang terkena DM ini adalah mereka yang tergolong usia produktif. Ini menandakan masih banyak masyarakat yang belum menerapkan pola hidup sehat. Ditambah dengan makanan dan minuman yang kandungan gulanya tinggi yang tersedia dan mudah diakses," jelasnya, Senin (9/9).

Dirinya mengimbau konsumsi gula dalam sehari dianjurkan maksimal setara dengan empat sendok makan atau 50 gram. Kemudian untuk garam setara satu sendok teh atau lima gram, serta lemak setara lima sendok makan atau 67 gram. Menjaga pola makan dengan gizi seimbang tersebut harus diterapkan agar terhindar dari penyakit tidak menular terutama diabetes melitus.

Emma menjelaskan, mengontrol asupan gula, garam, lemak serta pola makan sebenarnya masih belum cukup. Dalam melakukan promosi kesehatan di wilayah pihaknya bahkan mengenalkan gerakan 'CERDIK'. Yaitu cek kesehatan secara rutin, enyahkan asap rokok, rajin aktivitas fisik, diet sehat

kalori seimbang, istirahat cukup dan kelola stres. "Ini harus menjadi kewaspadaan bersama agar derajat kesehatan masyarakat semakin baik," imbaunya.

Kepala Bidang Pencegahan Pengendalian Penyakit dan Pengelolaan Data dan Sistem Informasi Kesehatan Dinas Kesehatan Kota Yogya Lana Unwanah, menambahkan berdasarkan data profil kesehatan Kota Yogya di tahun 2023 menunjukkan peningkatan pelayanan penyakit diabetes melitus. Prevalensi kasus tersebut di Kota Yogya justru menjadi tertinggi dibanding empat kabupaten lain di DIY yakni mencapai 4,9 persen. Dalam tiga tahun terakhir di DIY juga terus mengalami peningkatan mencakup lebih dari 28.000 orang.

Oleh karena itu pihaknya mengajak kepada masyarakat untuk menjaga pola hidup sehat dan cek kesehatan rutin. Selain sebagai upaya pencegahan dan deteksi dini dalam pengelolaan faktor risiko penyakit tidak menular, juga untuk menekan biaya kesehatan dibandingkan jika memasuki fase perawatan. "Deteksi dini menjadi penting dalam pencegahan penyakit tidak menular, baik itu secara mandiri oleh masing-masing individu di fasilitas kesehatan terdekat, maupun secara terencana melalui Pos Pembinaan Terpadu atau Posbindu di wilayah, satuan pendidikan, swasta juga sektor lain yang dilakukan secara rutin," urainya.

Meski tidak menular, diabetes melitus merupakan penyebab kematian tertinggi di dunia. Selain itu orang dengan diabetes juga memiliki risiko lebih tinggi terkena tuberkulosis (TB). Untuk itu kesadaran tentang diabetes harus dibangun bersama, dalam meningkatkan kualitas hidup seseorang ataupun keluarga. (Dhi)-d

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

Yogyakarta, 04 Oktober 2024  
Kepala

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