



Tren Diabetes Lebih Tinggi dari Nasional

YOGYA (MERAPI) - Tren Penyakit Tidak Menular (PTM) di Kota Yogyakarta hingga saat ini belum mengalami penurunan, terutama penyakit diabetes melitus yang angkanya masih tinggi di akhir tahun 2023 dari angka nasional. Terkait hal itu, Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta terus mengajak dan mengimbau kepada masyarakat untuk menerapkan pola hidup sehat.

Kepala Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta, Emma Rahmi Aryani mengatakan, hingga akhir tahun 2023, angka penyakit diabetes melitus masih di atas 4 persen, atau lebih tinggi dari angka nasional, yakni 2,4 persen.

"Di DIY, kemudian Kota Yogya itu masih tinggi, angkanya di atas nasional. Yang menjadi

catatan adalah justru kebanyakan yang terkena diabetes melitus adalah mereka yang tergolong usia produktif," kata Emma, Senin (9/9).

Menurutnya, angka ini menunjukkan masih banyak masyarakat yang belum menerapkan pola hidup sehat. Ditambah dengan makanan dan minuman cepat saji

yang mudah diakses di mana kebanyakan memiliki kandungan gula tinggi.

Pihaknya mengajak untuk mengimbangi asupan gula, garam dan lemak, juga harus diimbangi dengan CERDIK, yaitu Cek kesehatan secara rutin, Enyahkan asap rokok, Rajin aktivitas fisik, Diet sehat kalori seimbang, Istirahat cukup dan Kelola stress.

Selain itu, pihaknya juga mengimbau masyarakat untuk konsumsi gula dalam sehari dianjurkan maksimal setara dengan 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. Untuk itu, menjaga

pola makan dengan gizi seimbang harus diterapkan agar terhindar dari PTM terutama diabetes melitus. "Di Kota Yogya, penderita diabetes melitus memiliki prevalensi tertinggi sebesar 4,9 persen dibandingkan 4 kabupaten di Provinsi DIY, di mana dalam 3 tahun terakhir terus mengalami peningkatan mencakup lebih dari 28 ribu orang," jelasnya.

Oleh sebab itu pihaknya mengajak masyarakat untuk menjaga pola hidup sehat dan cek kesehatan rutin. Sebagai upaya pencegahan dan deteksi dini, dalam pengelolaan faktor risiko PTM, juga menekan biaya kesehatan dibandingkan jika memasuki fase perawatan. (C-12)-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