



Media: Joglo Jogja

Hari: Kamis

Tanggal: 09 Januari 2025

Halaman: 2

Waspada Tiga Penyakit Musim Hujan



ILUSTRASI: Kondisi peternakan dan genangan air yang disebabkan oleh hujan.

YOGYAKARTA, Joglo Jogja – Memasuki musim hujan, masyarakat diminta untuk meningkatkan kewaspadaan terhadap berbagai penyakit yang sering muncul, seperti leptospirosis, demam berdarah dengue (DBD), dan influenza. Ketiga penyakit ini memiliki penyebab, gejala, dan cara penularan yang berbeda, namun semuanya bisa dicegah dengan langkah sederhana.

Epidemiolog Kesehatan Ahli Muda dari Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta, Anandi Iedha Retnani, SGz, MPH, menjelaskan leptospirosis merupakan salah satu penyakit yang perlu diwaspadai. Penyakit ini disebabkan oleh bakteri *Leptospira* yang ditularkan dari hewan, terutama tikus, ke manusia melalui lingkungan yang terkontaminasi.

"Leptospirosis biasanya terjadi melalui genangan air hujan, banjir, atau lingkungan peternakan yang buruk. Gejalanya termasuk nyeri betis, nyeri otot, dan pada kondisi parah, mata bisa menguning," katanya, kemarin.

Dia menegaskan, leptospirosis bisa berakibat fatal jika tidak

ditangani dengan cepat, tetapi dapat disembuhkan jika dikenali sejak dini. Untuk mencegahnya, masyarakat disarankan menggunakan alat pelindung diri (APD) seperti sarung tangan dan sepatu boot saat membersihkan area yang berisiko.

"Setelah membersihkan, segera cuci tangan dan kaki dengan sabun. Bakteri *Leptospira* dapat mati dengan air sabun dan paparan sinar matahari, jadi kita harus melindungi diri," tambahnya.

Selain leptospirosis, DBD juga menjadi penyakit khas musim hujan. Penyakit yang disebabkan oleh virus dengue ini ditularkan melalui gigitan nyamuk *Aedes aegypti*.

"Pencegahan DBD dapat dilakukan dengan Pemberantasan Sarang Nyamuk (PSN), seperti menguras, menutup, dan mendaur ulang tempat yang berpotensi menjadi sarang nyamuk," jelasnya.

Sementara itu, influenza juga kerap menyerang selama musim hujan. Penyakit yang disebabkan oleh virus influenza ini menyerang sistem pernapasan, mulai dari hidung, tenggorokan, hingga paru-paru.

"Influenza ditandai dengan ge-

jala seperti demam, batuk, pilek, nyeri tenggorokan, sakit kepala, dan kadang disertai muntah jika tubuh terlalu lelah. Penularannya terjadi melalui droplet dari orang yang batuk atau bersin," jelasnya.

Anandi menambahkan bahwa bayi, balita, lansia, serta individu dengan sistem imun lemah, seperti penderita asma dan penyakit paru-paru, merupakan kelompok yang rentan terhadap influenza. Meski influenza sering sembuh dengan sendirinya jika daya tahan tubuh baik, masyarakat disarankan segera memeriksakan diri ke fasilitas kesehatan jika mengalami demam atau gejala yang tidak membaik setelah dua hari.

Ia menutup dengan mengingatkan pentingnya menjaga kebersihan lingkungan, pola hidup sehat, dan deteksi dini terhadap gejala penyakit. "Dengan langkah-langkah sederhana seperti menggunakan APD, membersihkan sarang nyamuk, serta menjaga daya tahan tubuh dengan makanan bergizi, kita dapat melindungi diri dari berbagai penyakit di musim hujan," pungkasnya. (cr6/ree)

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

Yogyakarta, 06 Agustus 2026
Kepala

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