



Media: Joglo Jogja

Hari: Senin

Tanggal: 20 Januari 2025

Halaman: 1

Gangguan Pernapasan Baru, Ini Pencegahannya

YOGYAKARTA, *Joglo Jogja* – *Human Metapneumovirus* (HMPV) kini menjadi perhatian dalam dunia kesehatan sebagai salah satu penyebab gangguan pernapasan. Meskipun virus ini memiliki gejala ringan seperti batuk, pilek, dan demam, kasus yang lebih berat dapat menyebabkan sesak napas, terutama pada kelompok rentan. Kepala Bidang Pencegahan Pengendalian Penyakit dan

Pengelolaan Data dan Sistem Informasi Kesehatan Dinas Kesehatan Kota Yogyakarta Dr Lana Unwanah menjelaskan, HMPV memiliki kemiripan dengan influenza. "HMPV gejalanya mirip influenza, seperti batuk, pilek, dan demam. Pada kondisi lebih berat, bisa menyebabkan sesak napas yang memerlukan penanganan segera," ujarnya, belum lama ini. Kelompok yang paling rent-

an terhadap virus ini adalah anak-anak dengan kekebalan tubuh rendah, lansia, dan penderita penyakit bawaan seperti hipertensi dan diabetes. "Lansia dan anak-anak dengan gangguan sistem kekebalan tubuh harus sangat waspada. Kondisi ini dapat memperburuk infeksi hingga menimbulkan komplikasi," tambahnya. Untuk mencegah penyebaran virus, Lana mengimbau

masyarakat untuk menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat (PHBS). Beberapa langkah yang disarankan meliputi mencuci tangan dengan sabun, menggunakan masker di tempat ramai, menjaga asupan makanan bergizi, dan rutin berolahraga. "Cuci tangan sebelum makan atau setelah beraktivitas, gunakan masker saat berada di area padat seperti tempat wisa-

ta, dan konsumsi makanan bergizi. Jangan lupa olahraga teratur minimal 30 menit, 3-4 kali per minggu," jelasnya. Ia juga menyoroti pentingnya anak-anak yang sakit untuk tidak masuk sekolah. Jika anak mengalami gejala flu, sebaiknya istirahat di rumah. "Sekolah, apalagi yang menggunakan ruangan ber-AC, menjadi tempat yang mudah untuk penularan virus," katanya.

Meskipun HMPV sudah terdeteksi di Indonesia, hingga kini belum ada alat khusus untuk mendeteksi virus ini di Yogyakarta. Pemantauan dilakukan melalui sistem surveilans ILI (*Influenza-like Illness*), yang mengamati kasus penyakit mirip influenza di fasilitas kesehatan. "Sejauh ini, angka kasus influenza masih dalam batas normal tanpa lonjakan signifikan. Namun, kami tetap meningkatkan

kewaspadaan, terutama di musim penghujan ini," terangnya. Lana berharap masyarakat tetap menjaga kebugaran dan mengelola penyakit bawaan dengan baik. "Olahraga, konsumsi makanan bergizi, dan pengobatan rutin untuk penyakit penyerta sangat penting. Infeksi pada orang dengan penyakit bawaan bisa lebih parah dibandingkan mereka yang sehat," tutupnya. (cr6/ree)

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

Yogyakarta, 04 Agustus 2026
Kepala

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