



► CUACA EKSTREM

Kasus ISPA Meningkat

UMBULHARJO—Dinas Kesehatan (Dinkes) Kota Jogja mencatat peningkatan kasus infeksi saluran pernapasan akut (ISPA) seiring dengan kondisi cuaca panas ekstrem yang melanda Kota Jogja beberapa waktu belakangan.

Stefani Yulindriani
stefani@harianjogja.com

Dinkes Kota Jogja mencatat 2.095 kasus ISPA pada 5-11 Oktober 2025. Kemudian 1.934 kasus pada 28 September-4 Oktober 2025.

Kepala Bidang Pencegahan Pengendalian Penyakit dan Pengelolaan Data dan Sistem Informasi Kesehatan Dinkes Kota Jogja, Lana Unwanah, mengatakan tren penyakit pernapasan seperti ISPA, batuk, dan pilek meningkat saat cuaca ekstrem.

"ISPA termasuk dalam sistem surveilans dan dilaporkan setiap minggu. Kami melihat adanya peningkatan kasus yang berlangsung lebih lama dibandingkan biasanya. Jika pada kondisi normal ISPA membaik dalam 2-3 hari, saat ini bisa mencapai seminggu hingga 10 hari," katanya Senin, (20/10).

Menurutnya, kondisi ini perlu diwaspadai masyarakat yang memiliki penyakit penyerta seperti asma, karena cuaca ekstrem dapat

► Cuaca panas juga dapat menyebabkan iritasi mata dan masalah kulit akibat paparan langsung sinar Matahari.

► Dinkes menekankan pentingnya menjaga daya tahan tubuh agar tidak mudah terinfeksi penyakit akibat perubahan cuaca yang ekstrem.

memperparah gejala. Selain ISPA, paparan panas berlebih juga berpotensi menimbulkan dehidrasi hingga *heat stroke*, meskipun untuk wilayah Jogja kasus *heatstroke* belum ditemukan.

"Yang paling sering terjadi adalah dehidrasi, terutama pada orang yang banyak beraktivitas di luar ruangan saat cuaca panas," katanya.

Selain gangguan pernapasan, cuaca panas juga dapat menyebabkan iritasi mata dan masalah kulit akibat paparan langsung sinar Matahari.

Sebagai langkah pencegahan, Dinkes Kota Jogja mengimbau masyarakat untuk menghindari aktivitas berat saat cuaca terik, menggunakan alat pelindung diri seperti topi, payung, atau jas hujan saat hujan, serta menjaga kondisi tubuh tetap bugar.

"Minumlah air yang cukup, sekitar dua liter per hari, gunakan pelembap

kulit, konsumsi makanan bergizi seimbang, dan hindari gorengan. Saat cuaca panas, cairan tubuh keluar lebih banyak, sehingga kebutuhan cairan pun meningkat," katanya.

Dia juga menekankan pentingnya menjaga daya tahan tubuh agar tidak mudah terinfeksi penyakit akibat perubahan cuaca yang ekstrem.

Sebelumnya, Badan Meteorologi, Klimatologi, dan Geofisika (BMKG) mengimbau masyarakat berhati-hati terhadap sinar ultraviolet yang sangat tinggi di musim panas pancaroba.

Direktur Meteorologi Publik BMKG Andri Ramdhani mengatakan hasil pengamatan menunjukkan indeks sinar ultraviolet (UV) di sejumlah wilayah Indonesia berada pada level yang berpotensi menimbulkan risiko kesehatan apabila masyarakat terpapar langsung dalam waktu lama.

"Paparasi sinar Matahari langsung pada indeks UV tinggi dapat menyebabkan iritasi kulit dan mata dalam hitungan menit. Karena itu, masyarakat perlu melindungi diri saat beraktivitas di luar ruangan," kata Andri, Jumat (17/10).

BMKG mengingatkan agar masyarakat memperbanyak konsumsi air putih guna mencegah dehidrasi, serta menghindari aktivitas fisik berat di bawah terik matahari yang dapat meningkatkan risiko *heatstroke* atau kelelahan akibat panas.

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

Yogyakarta, 23 Juni 2026

Kepala

Ig. Trihastono, S.Sos. MM

NIP. 19690723 199603 1 005