



KESEHATAN

Anak Muda Rawan Diabetes Melitus

JOGJA - Dinas Kesehatan (Dinkes) Kota Jogja mencatat 13 ribu kasus diabetes melitus (DM), di antara penderita adalah generasi muda. Salah satu penyebabnya karena minim aktivitas fisik dan seringnya konsumsi makanan kadar gula tinggi.

Kepala Bidang Pencegahan Pengendalian Penyakit dan Pengelolaan Data dan Sistem Informasi Kesehatan Dinas Kesehatan Kota Jogja Lana Unwanah mengatakan, hingga awal 2026 temuan DM telah mencapai 13 ribu kasus. Kasus yang tercatat merupakan penduduk dengan usia lebih dari 15 tahun.

Lana menyatakan, dari keseluruhan kasus DM di Kota Jogja tidak sedikit penderitanya yang masuk kategori muda. Kondisi tersebut tentu cukup memprihatinkan karena kasus diabetes biasanya ditemukan pada penduduk kategori dewasa.

Menurutnya, hal tersebut disebabkan karena perilaku anak-anak muda sekarang yang cenderung jarang melakukan aktivitas fisik. Kemudian juga sering mengonsumsi makanan yang kurang bergizi atau mengandung gula berlebih.

"Pola makan tidak seimbang, kurang aktivitas fisik, dan gaya hidup tidak sehat menjadi faktor utama yang memperburuk kondisi kesehatan masyarakat," ujar Lana saat dikonfirmasi, Rabu (11/3).

Dia mengingatkan, masyarakat harus mulai sadar tentang upaya pencegahan DM. Salah satunya dengan melakukan pola hidup bersih dan sehat (PHBS). Meliputi makan makanan dengan gizi seimbang dan rutin berolahraga.

Lana menyebut, dengan rutin melakukan PHBS tentu tidak hanya dapat mencegah penyakit DM. Namun juga penyakit tidak menular lainnya seperti hipertensi, penyakit jantung, hingga kasus gagal ginjal yang memerlukan cuci darah.

"Kebiasaan hidup tidak sehat menjadi faktor utama meningkatnya penyakit-penyakit tersebut," katanya. (inu/wia/fj)

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

Yogyakarta, 22 Mei 2026
Kepala

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