

## Arus Mudik Meningkat, Dinkes Jatim Lakukan Persiapan Ekstra

Hari raya idul fitri akan segera tiba, tentu ada salah satu kegiatan yang telah membudaya di Indonesia akan dilakukan oleh mayoritas warga Indonesia yang hijrah dari kampung ke kota. Arus mudik yang setiap tahun mengalami lonjakan ini diperkirakan akan mengalami lonjakan lagi sebesar 4,46% dibanding tahun 2012. Dengan adanya lonjakan ini, tentunya warga Indonesia yang menjalankan ritual mudik lebaran harus memiliki persiapan ekstra karena lonjakan ini akan berakibat pada tingkat kemacetan dan kecelakaan yang lebih tinggi. Kondisi demikian sangat rentan dengan timbulnya penyakit yang bisa saja menyerang ketika sedang berada di perjalanan.

Menilik dari kegiatan mudik tahunan yang semakin tinggi, Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur akan menjalankan tanggung jawab untuk meningkatkan kegiatan pelayanan kesehatan pada fasilitas kesehatan yang ada pada tempat yang diperlukan pada jalur angkutan lebaran, tentunya kegiatan ini bertujuan untuk pengendalian kecelakaan dan meminimalisir faktor-faktor yang dapat menimbulkan kesakitan, kecacatan dan kematian akibat kecelakaan yang terjadi saat arus mudik lebaran berlangsung. Tak hanya sampai disitu, terlaksananya kesiapsiagaan kesehatan pada kesehatan pada arus mudik, meningkatkan akses dan mutu pelayanan kesehatan arus mudik antara lintas program dan lintas sektor, dan terkendalinya dan tercegahnya Kejadian Luar Biasa (KLB) sebagai dampak berlangsungnya arus mudik juga menjadi tujuan dari terselenggaranya program ini.

Dengan pertimbangan pada banyaknya prediksi Kejadian Luar Biasa yang akan terjadi pada saat arus mudik lebaran tahun ini, Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur membentuk Tim Jaga Posko Lebaran 2013 mulai tanggal 3 sampai dengan 11 Agustus 2013. Posko kesehatan yang disediakan sebanyak 1.077 yang dibuka di 754 puskesmas, 212 yang berada di 38 Kab/Kota di Jawa Timur. Fasilitas yang disediakan di dalam posko antara lain adalah *rest area*, alat-alat kesehatan dan tim medis. Semua fasilitas ini dapat dinikmati pemudik tanpa biaya sepeserpun. Untuk memantau kejadian di lapangan dilakukan pencatatan dan pelaporan data kesakitan dan kecelakaan yang terjadi selama arus mudik secara update. Selain itu juga akan dilakukan pemeriksaan tekanan darah, amphetamine, alkohol dan gula darah pada sopir angkutan lebaran yang telah dilakukan di empat titik pada tanggal 29 Juli 2013 di Terminal Purabaya Madiun, Terminal Wisata Kembang Putih Tuban, Terminal Arjosari Malang dan Terminal Banyuwangga Probolinggo juga menjadi salah satu kegiatan dari program ini. Pemeriksaan ini juga akan dilakukan di tiga terminal yaitu di Ruko Mangga Dua, tanggal 2 Agustus 2013, Terminal Bungurasih tanggal 5 Agustus 2013 dan Terminal Bungurasih di tanggal yang sama. Semua kegiatan ini dilakukan sebagai upaya untuk mencegah tingginya tingkat kecelakaan.

Selain penyediaan posko kesehatan dan pemeriksaan kesehatan, Dinas kesehatan Jawa Timur juga bekerjasama dengan BPOM untuk melakukan inspeksi sanitasi makanan yang telah dilakukan di 12 kota pada tanggal 25 dan 26 Juli 2013. Upaya ini dilakukan untuk mencegah terjadinya keracunan makanan dan untuk memastikan makanan dan minuman yang dijual oleh pedagang tidak dalam keadaan kadaluarsa dan mengandung bakteri yang berbahaya bagi manusia. Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur juga akan bekerja sama dengan BPOM Jawa Timur dan dan Dinkes Kabupaten/Kota untuk melakukan pemeriksaan makanan secara acak untuk pembinaan pedagang.

Kondisi fisik pemudik menjadi aspek terpenting guna terselenggaranya kelancaran arus mudik. Untuk itu pemudik harus benar-benar mempersiapkan kondisi agar tetap prima. Beberapa tips yang dapat menjadi himbuan bagi para pemudik khususnya para pengemudi antara lain untuk pengemudi antara lain adalah, menyiapkan fisik yang prima dan periksa kesehatan sebelum mengemudi, menghindari penggunaan obat keras dan minuman beralkohol, istirahat mengemudi setiap empat jam untuk menghindari rasa lelah berlebihan saat mengemudi, bila sakit diperjalanan pengemudi dapat memanfaatkan pos kesehatan yang telah disiapkan oleh Departemen Kesehatan terkait. Selain itu, mempersiapkan obat-obatan Pertolongan Pertama Pada Kecelakaan (P3K) juga penting untuk dilakukan, berhati-hati pada saat mengemudi ketika turun hujan atau cuaca buruk, dan yang terakhir adalah disiplin mengemudi dan patuhi rambu-rambu lalu lintas.

Tidak hanya untuk pengemudi, penumpang juga harus melakukan persiapan yang matang untuk melakukan perjalanan jauh ketika mudik. Beberapa hal yang patut diperhatikan diantaranya, menyiapkan kondisi fisik yang prima dan memeriksakan kesehatan sebelum perjalanan, membawa persiapan makanan dan minuman yang cukup, menyiapkan obat-obatan pribadi, istirahat dalam perjalanan, bila sakit diperjalanan penumpang dapat memanfaatkan pos-pos kesehatan yang telah disediakan oleh Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Timur yang telah bekerja sama dengan berbagai pihak, mencuci tangan menggunakan sabun sebelum makan, tidak membuang sampah sembarangan dan terakhir waspada pembiusan di angkutan umum dengan menghindari pemberian makanan dan minuman oleh orang tidak dikenal.

Sejatinya mudik lebaran bertujuan untuk berkumpul dengan sanak keluarga dan merayakan kemenangan di hari yang fitri, maka hendaklah para pemudik dapat menjaga kesehatan dan melakukan perjalanan yang penuh dengan hati-hati untuk meminimalisir kecelakaan sehingga dapat tiba di kampung halaman dengan selamat dan bahagia.