

# PENDIM

## Waspada Virus HMPV, Ini Penjelasan Pakar dan Panduan untuk Masyarakat

Heriyoko - [JAKARTA.PENDIM.ID](http://JAKARTA.PENDIM.ID)

Jan 7, 2025 - 13:46



*Ilustrasi Waspada Virus HMPV*

JAKARTA, Wabah virus Human Metapneumovirus atau HMPV yang tengah merebak di Cina memicu perhatian internasional. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) mengimbau masyarakat untuk tetap waspada

dan menjaga kesehatan guna mencegah penularan. Langkah preventif seperti menjaga pola hidup sehat, mencuci tangan, dan menggunakan masker di tempat umum disarankan untuk mengurangi risiko tertular.

Juru Bicara Kemenkes RI, drg. Widyawati, MKM, menyatakan hingga kini belum ada laporan kasus HMPV di Indonesia. "Saat ini belum ada laporan kasus HMPV di Indonesia. Meski begitu, kami mengimbau agar masyarakat tetap menjaga kesehatan dengan menerapkan perilaku hidup bersih dan sehat," kata Widyawati seperti dilansir dari laman kemkes.go.id.

Pemerintah menurut Widyawati juga meningkatkan pengawasan di pintu masuk negara, khususnya terhadap pelaku perjalanan internasional yang menunjukkan gejala flu. "Koordinasi dengan pihak terkait terus dilakukan untuk memastikan virus ini tidak masuk ke Indonesia," ujarnya.

Panduan untuk Warga yang mau Berpergian ke Cina

Virus Human Metapneumovirus atau HMPV menjadi perbincangan setelah muncul lonjakan kasus di beberapa negara. Meski demikian, warga masyarakat diminta untuk tetap tenang dan tidak panik berlebihan. Guru Besar Universitas Indonesia, Prof. Zubairi Djoerban, menegaskan bahwa virus ini bukan ancaman besar di Indonesia.

"Virus ini sudah ada sejak lama, terutama di negara-negara dengan musim dingin. Tidak perlu panik, karena penyakit ini umumnya ringan dan bisa sembuh sendiri," ujar Prof. Zubairi di Jakarta, Selasa (7/1/2025 )

Virus HMPV memang memiliki gejala mirip influenza dan COVID-19. Namun, tingkat keparahannya lebih rendah, terutama pada orang dewasa yang sehat.

"Yang perlu diperhatikan adalah anak kecil dan lansia, karena mereka lebih rentan terhadap infeksi," ujar Zubairi menambahkan.

Pakar Biostatistika dan Epidemiologi dari Fakultas Kesehatan Masyarakat atau FKM Universitas Airlangga, Windhu Purnomo, dihubungi melalui telepon dari Jakarta, menjelaskan bahwa virus ini sudah lama dikenal.

"Virus ini pertama kali terdeteksi pada tahun 2001 di Belanda, tapi diperkirakan sudah ada sejak 1950-an," ujarnya.

Windhu menegaskan bahwa penularan virus HMPV mirip dengan influenza dan COVID-19, yaitu melalui droplet atau kontak dengan permukaan yang terkontaminasi. Oleh karena itu, cara pencegahannya pun serupa.

"Pakai masker, cuci tangan, dan hindari kerumunan jika merasa tidak sehat. Ini langkah-langkah sederhana tapi efektif," kata Windhu menjelaskan.

Perbedaan utama antara virus influenza, COVID-19, dan hMPV terletak pada tingkat keparahan dan sebarannya.

"Influenza dan COVID-19 bisa menyebabkan komplikasi serius, sementara hMPV cenderung hanya menyebabkan batuk pilek ringan yang menyerang saluran pernapasan atas," ujar Windhu.

Meski demikian, Prof. Zubairi menyarankan masyarakat yang akan bepergian ke negara dengan kasus tinggi untuk tetap berhati-hati.

“Vaksinasi influenza bisa menjadi langkah antisipasi. Jika merasa tidak sehat, lebih baik tunda perjalanan,” ujarnya.

Dalam beberapa pekan terakhir, kasus hMPV dilaporkan meningkat di China, India, dan Malaysia. Namun, lonjakan ini tidak perlu dikhawatirkan secara berlebihan.

“Penyakit ini lebih sering terjadi di negara musim dingin, bukan di negara tropis seperti Indonesia,” kata Prof. Zubairi.

Untuk masyarakat yang akan bepergian ke negara seperti China, Prof. Zubairi mengimbau agar tetap menjaga kesehatan dan mengikuti protokol kesehatan dasar.

“Masker dan cuci tangan adalah kunci utama untuk menghindari infeksi,” ujarnya.

Windhu menambahkan, “Kalau merasa tidak sehat selama dua atau tiga hari dan tidak membaik, sebaiknya periksa ke dokter. Jangan menunda, karena meskipun ringan, virus ini bisa menjadi berat jika tidak ditangani dengan baik.”(hy/bp)