

## Edukasi Pentingnya Menjaga Kesehatan dan Pengecekan Kesehatan Pada Calon Jama'ah Haji Kota Jambi

**Puspita Sari\*<sup>1</sup>, Yusril Ihza Mahendra<sup>1</sup>**

<sup>1</sup>Jurusan Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Jambi

\*e-mail: [puspita.sari@unja.ac.id](mailto:puspita.sari@unja.ac.id)

### **Abstract**

*The Hajj is a pilgrimage that requires physical, mental and spiritual health, because its implementation is quite difficult and in quite extreme weather, which is sometimes very different from the weather in Indonesia. The Indonesian Muslim community who performs the Hajj pilgrimage reaches more than 200 thousand people every year, with health risks that are still quite high. The proportion of high-risk Hajj pilgrims is around 30-45%, mostly due to advanced age. Hypertension and diabetes mellitus are the most high-risk diseases (25-37%), while respiratory and digestive tract diseases are increasing in number from year to year. This activity aims to provide education and information on the knowledge of prospective Hajj pilgrims regarding the importance of maintaining health and checking health in the Jambi City Health Service area. This activity is carried out as an effort to address the high health risks faced by prospective Hajj pilgrims, especially considering the physical condition that must be optimal during the Hajj pilgrimage. The steps for this activity include providing education and distributing health leaflets directly to prospective Hajj pilgrims who have their health checked at the Jambi City Health Service. The results of the activity showed that providing education and distributing leaflets significantly increased awareness and understanding of prospective pilgrims regarding the importance of maintaining health and carrying out regular health checks before and during the Hajj pilgrimage. Apart from that, this program has also shown a positive impact in reducing the incidence of health problems among Hajj pilgrims. These findings emphasize the importance of providing health education as an integral part of Hajj preparation, and suggest improving and expanding similar programs in the future to further improve the health welfare of prospective Hajj pilgrims.*

**Keywords:** Hajj Health, Health education, Health media

### **Abstrak**

*Ibadah Haji merupakan ibadah yang membutuhkan kesehatan secara fisik, mental, dan rohani, karena pelaksanaannya cukup berat dan dalam cuaca yang cukup ekstrem, yang terkadang sangat berbeda dengan cuaca di Indonesia. Masyarakat muslim Indonesia yang menunaikan ibadah haji mencapai 200 ribu orang lebih setiap tahunnya, dengan risiko kesehatan yang masih cukup tinggi. Proporsi jemaah haji risiko tinggi berkisar 30-45%, sebagian besar karena usia lanjut. Hipertensi dan diabetes melitus merupakan penyakit risiko tinggi terbanyak (25-37%), sementara penyakit saluran pernafasan dan saluran pencernaan semakin meningkat jumlahnya dari tahun ketahun. Kegiatan ini bertujuan untuk memberikan edukasi dan informasi pengetahuan calon jamaah haji terkait pentingnya menjaga kesehatan dan pengecekan kesehatan di wilayah dinas kesehatan kota jambi. Kegiatan ini dilakukan sebagai upaya terhadap tingginya resiko kesehatan yang dihadapi oleh calon jamaah haji, terutama mengingat kondisi fisik yang harus optimal selama pelaksanaan ibadah haji. Adapun langkah kegiatan ini mencakup pemberian edukasi dan pembagian leaflet kesehatan langsung pada calon jamaah haji yang periksa kesehatan di dinas kesehatan kota jambi. Hasil kegiatan menunjukkan bahwa pemberian edukasi dan distribusi leaflet secara signifikan meningkatkan kesadaran dan pemahaman calon jamaah mengenai pentingnya menjaga kesehatan serta melakukan pengecekan kesehatan secara rutin sebelum dan selama pelaksanaan ibadah haji. Selain itu, program ini juga menunjukkan dampak positif dalam mengurangi insiden masalah kesehatan di kalangan jamaah haji. Temuan ini menegaskan pentingnya kegiatan pemberian edukasi kesehatan sebagai bagian integral dari persiapan haji, serta menyarankan peningkatan dan perluasan program serupa di masa depan untuk lebih meningkatkan kesejahteraan kesehatan calon jamaah haji.*

**Kata kunci:** Kesehatan Haji, Edukasi kesehatan, Media kesehatan

## 1. PENDAHULUAN

Ibadah haji merupakan ibadah yang sebagian besar berupa kegiatan fisik, dalam waktu lama (lebih dari 30 hari) di negara Arab Saudi, dan berada pada lingkungan yang berbeda dengan di Indonesia. Keadaan ini membutuhkan kondisi kesehatan jemaah calon haji yang prima, yaitu kondisi kesehatan bagi jemaah haji yang optimal, trampil dan mandiri. (“Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2019”, 2019)

Bimbingan jamaah haji merupakan bagian dari pembinaan, pelayanan, dan perlindungan terhadap jamaah haji yang menjadi salah satu tugas pemerintah, dan keadaan jaah haji yang sangat majemuk dalam pendidikan, usiaa, dan tingkat pemahaman terhadap ilmu manasik haji membutuhkan informasi sebagai pedoman standar dasar mengerjakan kegiatan haji.(KementrianAgama, 2023)

Masyarakat muslim Indonesia yang menunaikan ibadah haji mencapai 200 ribu orang lebih setiap tahunnya, dengan risiko kesehatan yang masih cukup tinggi. Proporsi jemaah haji risiko tinggi berkisar 30-45%, sebagian besar karena usia lanjut. Hipertensi dan diabetes melitus merupakan penyakit risiko tinggi terbanyak (25-37%), sementara penyakit saluran pernafasan dan saluran pencernaan semakin meningkat jumlahnya dari tahun ketahun. Selain masalah yang disebabkan karena jamaah haji lanjut usia, jamaah haji yang tidak berisiko tinggi sebagian besar masih memiliki pengetahuan, sikap, dan perilaku kesehatan yang belum mengarah pada perilaku hidup sehat dan mandiri disebabkan karena masih besarnya proporsi jemaah dengan tingkat pendidikan rendah (SD dan tidak tamat SD), dengan pekerjaan petani, nelayan, dan ibu rumah tangga.(Wahjudi, 2014)

Pada tahun 2023 sebanyak 64% jemaah yang dikirim adalah jemaah usia lanjut. Jumlah lansia yang cukup banyak membuat Kementerian Agama mengangkat tema “Haji Ramah Lansia”. Tema ini bertujuan membuat para jemaah haji tersenyum bisa menunaikan ibadah haji setelah tertunda 2 tahun akibat kebijakan pandemi Covid-19. Dengan haji ramah lansia diharapkan ibadah haji tanpa pendampingan seharusnya dapat menjadikan kelancaran ibadah haji pada musim haji ini., Tetapi angka kematian tahun ini melonjak 100% dibandingkan musim haji 2022. Hal ini disebabkan, Masih banyak ditemukan petugas haji yang hanya mementingkan dirinya sendiri dan kurang peduli terhadap jemaah yang mengalami kesulitan manasik, birokrasi maupun Kesehatan. Berikut ini data kematian Jemaah haji Indonesia dari tahun 2017-2023.(Wahjudi, 2014)

**Tabel 1. Kematian jamaah haji tahun 2017 hingga 2023**

	2017	2018	2019	2022	2023
Jamaah yang berangkat	221.000	221.000	231.000	100.051	229.000
Angka Kematian	658	389	453	89	774
Angka kematian per100.000 jamaah haji	298	175	196	90	338

Program penting dan strategis dalam musim haji adalah pemeriksaan dan pembinaan kesehatan untuk menjamin keselamatan jemaah. Dengan pemeriksaan dan pembinaan di tanah air harapannya agar status istitaah kesehatan jemaah haji dapat terpenuhi. Status istitaah kesehatan yang terpenuhi akan menyelamatkan jemaah dari situasi yang mengancam kesehatan dan keselamatan di tanah suci. Istitaah kesehatan adalah kemampuan jemaah haji dari aspek kesehatan yang terdiri dari fisik dan mental yang terukur. Kesehatan ini menjadi modal dalam perjalanan ibadah haji karena akan mempengaruhi pencapaian ritual ibadah haji. Oleh sebab itu, setiap jamaah perlu menyiapkan diri untuk memiliki status kesehatan yang istitaah (mampu) dan mempertahankan kesehatan tersebut. Pemeriksaan kesehatan sebelum pemberangkatan ibadah haji merupakan upaya yang dilakukan pemerintah untuk mengurangi angka kematian atau sakit ketika telah diberangkatkan di Arab Saudi.(Tri Mutiara Sari and Kurnia Muhajarah, 2024)

Dalam rangka perlindungan terhadap jemaah haji agar dapat melaksanakan ibadahnya sesuai dengan ketentuan syariat islam, perlu dilakukan pembinaan dan pelayanan kesehatan jamaah haji sejak dini, dan pembinaan kesehatan jamaah haji sejak dini ditujukan untuk mewujudkan istithaah kesehatan jamaah haji.<sup>5</sup> Dengan adanya hal tersebut petugas Dinas Kesehatan Kota Jambi Beserta Mahasiswa Magang dari Program Studi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Jambi, melakukan beberapa kegiatan yang berguna untuk meningkatkan pengetahuan dan kesadaran masyarakat supaya tetap menjaga kesehatan sebelum melaksanakan ibadah haji, terutama banyaknya para lansia yang berangkat maka kegiatan ini akan sangat bermanfaat bagi calon jamaah haji di kota jambi.

## 2. METODE

Pembagian leaflet dan edukasi yang dilakukan pada kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini bertujuan untuk meningkatkan informasi dan kesadaran bagi para calon jamaah haji untuk meningkatkan kesehatan pada tanggal 07 Maret 2024 dengan tahapan sebagai berikut :

### 1. Pembagian Leaflet

Kegiatan diawali dengan membagikan leaflet kepada calon jamaah haji yang berada di depan Dinas Kesehatan Kota Jambi. Leaflet yang dibagikan berisi informasi penting mengenai tips menjaga kesehatan selama pelaksanaan jamaah haji, pentingnya vaksin mengintis untuk mencegah penyakit seperti bakteri yang akan menyerang tubuh. Pembagian leaflet dilakukan secara langsung kepada jamaah haji agar mereka dapat menerima informasi secara langsung dan dapat membaca serta mempelajarinya dengan lebih mendalam. Proses pembagian ini dilakukan dengan penuh keramahan dan kejelasan untuk memastikan bahwa semua jamaah haji menerima leaflet dan memahami pentingnya informasi yang diberikan.

### 2. Pemberian Edukasi

Setelah pembagian leaflet, kegiatan dilanjutkan dengan pemberian edukasi langsung kepada calon jamaah haji. Pemberian edukasi ini dilakukan oleh mahasiswa magang prodi Ilmu Kesehatan Masyarakat Universitas Jambi yang berkompeten di bidangnya, yang menyampaikan informasi secara interaktif dan mendetail. Materi edukasi mencakup berbagai aspek kesehatan yang penting untuk diperhatikan selama ibadah haji, seperti cara menjaga kebersihan diri, pentingnya istirahat yang cukup, dan penanganan awal gejala penyakit yang mungkin muncul. Edukasi ini bertujuan untuk memberikan pemahaman yang lebih mendalam dan menjawab pertanyaan-pertanyaan yang mungkin dimiliki oleh para jamaah haji. Dengan adanya pemberian edukasi ini, diharapkan para jamaah haji dapat lebih siap dalam menjaga kesehatan mereka selama menjalankan ibadah haji.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Kota Jambi merupakan Ibu Kota Provinsi Jambi dengan jumlah penduduk sekitar 3,7 juta jiwa. Penduduk kota Jambi mayoritas Islam yaitu 95,08% dari jumlah total penduduk. Dari jumlah yang beragama Islam tersebut pemerintah mendapat kuota jamaah haji sekitar 115 dari total penduduk yang beragama Islam. Undang-Undang Nomor 8 Tahun 2019 tentang Penyelenggaraan Ibadah Haji dan Umrah menjelaskan bahwa jamaah haji adalah warga negara yang beragama Islam dan telah mendaftarkan diri untuk menunaikan ibadah haji sesuai dengan persyaratan yang ditetapkan. Di dalam Pasal 5 disebutkan bahwa salah satu persyaratan jamaah haji adalah memenuhi persyaratan kesehatan. Pemeriksaan kesehatan jamaah haji bertujuan untuk mengidentifikasi faktor risiko kesehatan jamaah haji yang berpotensi menimbulkan masalah kesehatan saat jamaah haji beribadah di tanah suci.

Dengan diketahuinya faktor risiko kesehatan tersebut maka upaya pengendalian dapat dilakukan sejak di tanah air hingga masa operasional ibadah haji di tanah suci. Pemeriksaan kesehatan jamaah haji dilakukan di fasilitas pelayanan kesehatan sesuai domisili jamaah haji dan diinput oleh tim penyelenggara kesehatan haji kabupaten/kota ke dalam Sistem Komputerisasi Haji Terpadu Bidang Kesehatan (Siskohatkes). Pemeriksaan kesehatan jamaah haji terdiri atas:

1. pemeriksaan medis (medical check-up);
2. pemeriksaan kognitif;
3. pemeriksaan kesehatan mental; dan
4. pemeriksaan kemampuan melakukan aktivitas keseharian (activity daily living) secara mandiri.

Karena banyaknya calon jamaah haji, Dinas Kesehatan Kota Jambi melakukan pengecekan kesehatan bagi para jamaah. Sebagai bagian dari upaya ini, tim dari Dinas Kesehatan membagikan 100 leaflet yang berisi informasi tentang pentingnya pemeriksaan kesehatan sebelum berangkat haji. Distribusi leaflet dilakukan di kantor Dinas Kesehatan Kota Jambi, dan mayoritas calon jamaah haji menganggap informasi dalam leaflet sangat bermanfaat dan mudah dipahami. Survei setelah kegiatan menunjukkan bahwa tingkat kepuasan jamaah terhadap pendampingan dan pembagian leaflet mencapai 85%. Kesadaran mengenai pentingnya menjaga kesehatan selama menjalankan ibadah haji meningkat, yang terlihat dari peningkatan kunjungan ke fasilitas kesehatan untuk pemeriksaan sebelum keberangkatan. Pengecekan kesehatan jamaah

haji meliputi pengukuran antropometrik seperti berat badan, tinggi badan, lingkar perut, serta cek laboratorium untuk darah, urine, dahak, radiologi, EKG, dan pemeriksaan fisik. Kegiatan ini diharapkan dapat mengetahui kondisi kesehatan calon jamaah haji dan untuk menentukan kelayakan calon jamaah haji dalam menunaikan ibadah haji. Sehingga calon jamaah haji dapat menunaikan ibadah haji dengan lancar, aman, nyaman, sehat dan selamat hingga kembali lagi dari Tanah Suci.

#### 4. KESIMPULAN

Pada tahun 2023 sebanyak 64% jemaah yang dikirim adalah jemaah usia lanjut. Jumlah lansia yang cukup banyak membuat Kementerian Agama mengangkat tema “Haji Ramah Lansia”. Tetapi angka kematian tahun ini melonjak 100% dibandingkan musim haji 2022. Hal ini disebabkan, Masih banyak ditemukan petugas haji yang hanya mementingkan dirinya sendiri dan kurang peduli terhadap jemaah yang mengalami kesulitan manasik, birokrasi maupun Kesehatan. . Oleh sebab itu, setiap jemaah perlu menyiapkan diri untuk memiliki status kesehatan yang istitaah (mampu) dan mempertahankan kesehatan tersebut. Dengan adanya hal tersebut kami melakukan beberapa kegiatan yang berguna untuk meningkatkan pengetahuan informasi dan kesadaran masyarakat supaya tetap menjaga kesehatan sebelum melaksanakan ibadah haji, terutama banyaknya para lansia yang berkangkat maka kegiatan ini akan sangat bermanfaat bagi jamaah haji di kota jambi. Sebanyak 100 leaflet telah berhasil didistribusikan kepada jamaah haji di wilayah dinas kesehatan kota jambi. Distribusi dilakukan di wilayah kantor Dinas kesehatan Kota jambi saat. Sebagian besar jamaah haji menyatakan bahwa informasi yang terdapat dalam leaflet sangat bermanfaat dan mudah di pahami sehingga tingkat kepuasan jamaah haji terhadap kegiatan pendampingan dan pembagian leaflet mencapai 85% berdasarkan survei yang dilakukan setelah kegiatan. Sehingga terjadi peningkatan kesadaran mengenai pentingnya menjaga kesehatan selama menjalankan ibadah haji Setelah melakukan penyuluhan dan pembagian leaflet secara signifikan mengalami peningkatan meningkatkan kesadaran dan pemahaman jamaah mengenai pentingnya menjaga kesehatan serta melakukan pengecekan kesehatan secara rutin sebelum dan selama pelaksanaan ibadah haji.

#### DAFTAR PUSTAKA

1. KementrianAgama (2023) ‘Tuntunan Manasik Haji dan Umrah’, *Kementerian Agama Republik Indonesia*, p. 62.
2. Tri Mutiara Sari and Kurnia Muhajarah (2024) ‘Karateristik Jemaah Haji dan Peran Dinas Kesehatan Kota Semarang dalam Penguatan Istitaah Kesehatan’, *Jurnal Manajemen Pendidikan Dan Ilmu Sosial*, 5(3), pp. 224–232. Available at: <https://doi.org/10.38035/jmpis.v5i3.1917>.
3. ‘Undang-Undang Republik Indonesia Nomor 4 Tahun 2019’ (2019) *Rabit : Jurnal Teknologi dan Sistem Informasi Univrab*, 1(1), p. 2019.
4. Wahjudi, P. (2014) ‘Karakteristik dan Status Kesehatan Calon Jemaah Haji Kab Banyuwangi Tahun 2012’, *Jurnal IKESMA*, 10(1), pp. 1–12.