BAB II
KESEHATAN JEMAAH HAJI

II.1 Ibadah Haji

Haji merupakan rukun Islam yang ke-5 setelah syahadat, shalat, zakat dan puasa. Menunaikan ibadah haji adalah bentuk tahunan yang dilaksanakan kaum muslim sedunia yang mampu dalam materi, fisik dan keilmuan. Dengan berkunjung dan melaksanakan beberapa kegiatan di beberapa tempat di Arab Saudi pada waku yang dikenal sebagai musim haji (bulan *Dzulhidjah*), berbeda dengan ibadah umrah yang bisa dilaksanakan sewaktu-waktu (Sodik, 2014:6).

II.1.1 Syarat, Rukun dan Wajib Haji

Syarat dalam ibadah haji adalah ketentuan yang harus dipenuhi untuk menunaikan ibadah haji, syarat-syarat tersebut adalah:

- beragama Islam
- baligh atau dewasa
- berakal sehat
- mampu melaksanakan ibadah haji

Ada juga syarat mampu dalam ibadah haji diantaranya adalah:

- Sehat jasmani dan rohani tidak dalam keadaan tua renta, sakit berat, lumpuh, mengalami sakit menular, gila dan stres berat. Sebaiknya ibadah haji dilaksanakan saat masih muda belia, sehat dan gesit sehingga mudah dalam menjalankan ibadah haji dan menjadi haji yang mabrur.
- Memiliki uang yang cukup untuk ongkos naik haji pulang pergi serta mempunyai bekal selama menjalankan ibadah haji.
- Keamanan yang cukup selama perjalanan dan melakukan ibadah haji serta keluarga dan harta yang ditinggalkan selama berhaji. Bagi wanita harus didampingi oleh suami atau laki-laki dewasa yang dapat dipercaya.

Rukun

Hal-hal yang wajib dilakukan dalam berhaji, apabila ada yang tidak dilaksanakan maka dinyatakan gagal atau tidak syah dan harus mengulang di kesempatan berikutnya. Rukun haji adalah:

- *Ihram* adalah pakaian berwarna putih yang digunakan untuk laki-laki.
- *Thawaf* adalah mengelilingi *Baitullah* (kabah) dengan cara-cara yang ditentukan oleh agama. Penyakit yang sering terjadi pada saat *thawaf* adalah *heat stroke* (sengatan panas), *meningitis* (radang selaput otak), influenza, ISPA, asma dan penyakit kulit yang disebabkan oleh faktor perbedaan cuaca yang *ekstrem* antara Indonesia dengan Arab Saudi.
- *Sa'i* adalah berjalan kaki (berlari-lari kecil) bolak-balik 7 kali dari bukit *Shafa* ke bukit *Marwah* dan sebaliknya. Penyakit yang sering terjadi pada saat *sa'i* adalah influenza, ISPA, asma dan *meningitis* (radang selaput otak).
- *Wukuf* di *Arafah* adalah berdiam diri di *Arafah* dimana jemaah haji dihapus dari dosa-dosa walaupun sebesar apapun dosanya. Penyakit yang sering terjadi pada saat *wukuf* adalah *heat stroke* (sengatan panas). Penyakit yang disebabkan oleh penumpukan panas yang berlebihan di dalam badan dan suhu lingkungan lebih tinggi dari suhu tubuh dengan kelembaban udara rendah (Sodik, 2014:17).

II.2 Kesehatan Jemaah Haji

Menjaga dan meningkatkan kondisi fisik dari calon jemaah haji sebelum dan selama berada di tempat kegiatan haji. Departemen Kesehatan melakukan upaya kesehatan sebagaimana disebutkan pada pasal 10 dan 11 UU No. 23 tahun 1992, tentang kesehatan adalah upaya kesehatan diantaranya adalah upaya pelayanan kesehatan calon jemaah haji. Program kesehatan calon jemaah haji secara umum bertujuan untuk meningkatkan kondisi kesehatan calon jemaah haji di Indonesia.

Pelayanan kesehatan calon jemaah haji adalah upaya kesehatan dalam meningkatkan kondisi fisik dan mental calon jemaah haji dan pihak penyelenggara, untuk menyesuaikan diri terhadap lingkungan yang berubah secara bermakna mulai dari penyiapan calon jemaah haji sampai dengan 2 minggu setelah tiba. Istilah kesehatan calon jemaah haji dipakai karena pelayanan ini mencakup calon jemaah

haji yang akan menunaikan ibadah haji dari sebelum keberangkatan sampai selesai melaksanakan ibadah haji. Pelayanan kesehatan calon jemaah haji dilakukan 6 bulan dan 3 bulan sebelum keberangkatan, pelayanan berlangsung di puskesmas yang meliputi pemeriksaan kondisi fisik dan pemberian vaksin anti virus. Penyakit yang sering mengancam para calon jemaah haji adalah penyakit pernafasan dan penyakit *meningitis* yang disebabkan oleh virus. Ada dua faktor penyebab keberangkatan haji tertunda diantaranya yang pertama adalah faktor kesehatan, jika calon jemaah haji memiliki gangguan kesehatan atau wanita hamil di tahun pertama rencana keberangkatan, maka keberangkatannya ditunda sampai kondisi tubuhnya prima atau paling tidak sampai tahun selanjutnya (Pedoman Kerja Puskesmas, Departemen Kesehatan RI, 1999:106).

Tujuan umum terselenggaranya pemeriksaan, perawatan, dan pemeliharaan kesehatan jemaah haji sebelum keberangkatan melalui pendekatan kepada calon jemaah haji untuk menghasilkan data yang tepat dan lengkap sebagai dasar pembinaan dan perlindungan kesehatan calon jemaah haji di Indonesia. Tujuan khusus tercapainya status kesehatan calon jemaah haji yang berkualitas dengan tersedianya data kesehatan sebagai dasar upaya perawatan dan pemeliharaan, serta upaya-upaya pembinaan dan perlindungan calon jemaah haji. Terwujudnya pencatatan data status kesehatan dan faktor resiko calon jemaah haji, sebagai sumber informasi calon jemaah haji untuk kepentingan pelayanan kesehatan haji. Tercapainya peningkatan kewaspadaan terhadap penyakit menular berpotensi kejadian luar biasa (KLB) (Pusat Kesehatan Haji Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2014:22).

Calon jemaah haji wajib melakukan pemeriksaan agar petugas kesehatan dapat memeriksa dan memberikan data kesehatan, lihat gambar sebagai berikut:



Gambar II.1 Pemeriksaan kesehatan haji

(Sumber : Dokumen pribadi 2015)

II.2.1 Syarat Kesehatan Ibadah Haji

Pembinaan kesehatan calon jemaah haji merupakan rangkaian kegiatan yang terbukti dapat meningkatkan status kesehatan jemaah haji Indonesia (JHI) yang meliputi penyuluhan, pemeliharaan kesehatan, pencegahan penyakit, pengobatan dan pemulihan kesehatan. Syarat kesehatan seseorang untuk dapat beribadah haji adalah kesanggupan kesehatan terhadap fisik maupun jiwa, selain ekonomi dan ilmu. Untuk memenuhi ketentuan yang dimaksud, perlu upaya pembinaan kesehatan secara dini. Pemeriksaan kesehatan sangat diperlukan sebagai alat untuk mengetahui kondisi kesehatan calon jemaah haji untuk mengetahui jemaah haji dalam keadaan sehat, sakit atau memiliki keterbatasan. Harapan akhir dari dilakukannya pemeriksaan kesehatan calon jemaah haji dapat mencapai kesempurnaan ibadah dengan dukungan kesehatan.

Berdasarkan buku panduan tim kesehatan haji, 2010 pemeriksaan kesehatan untuk calon jemaah haji memiliki beberapa kekhususan, diantaranya adalah:

1. Pemeriksaan kesehatan dimaksud untuk menilai terhadap kesehatan. Sehingga beberapa jenis pemeriksaan menjadi wajib untuk membedakan dengan pemeriksaan kesehatan yang ditujukan untuk pengobatan.

2. Pemeriksaan kesehatan untuk calon jemaah haji ditujukan untuk menjadi dasar upaya pembinaan kesehatan sebagai penyiapan kesehatan calon jemaah haji. Karena dituntut untuk diselenggarakan secara menyeluruh.

3. Kesehatan sebagai salah satu syarat calon jemaah haji adalah alasan penting untuk mengupayakan agar calon jemaah haji semaksimal mungkin dapat berangkat sebagai jemaah haji secara mandiri.

4. Pemeriksaan kesehatan diharapkan dapat memberikan keterangan bahwa setiap calon jemaah haji bebas dari berbagai penyakit menular dan kondisi tertentu yang dapat mengancam jiwa sendiri atau orang lain.

Pemeriksaan kesehatan bagi calon jemaah haji dilakukan dalam tiga tahap, yaitu:
1. Pemeriksaan di puskesmas sebagai tindakan pertama terhadap calon jemaah haji yang memenuhi salah satu persyaratan yakni sehat lahir dan batin, yang dilakukan setelah pendaftaran haji dimulai dan sebagai syarat untuk dapat mendaftarkan diri dengan syarat membawa surat dari BPIH (biaya penyelenggaraan ibadah haji), fotocopy KTP, foto berwarna ukuran 4x6 dan 2x3 atau 3x4.

2. Setelah pendaftaran ke puskesmas lalu diberikan surat pengantar ke lab sesuai umur dan kondisi calon jemaah haji.

3. Pemeriksaan dilakukan secara lebih teliti dengan tenaga pemeriksa dan fasilitas yang lebih baik dan merupakan penentuan akhir layak atau tidaknya calon jemaah haji berangkat ke Arab Saudi. Setelah pendaftaran ke puskesmas jemaah haji membawa hasil lab, dalam tahap pemeriksaan juga dilakukan tes kehamilan, pemberian vaksinasi, pembinaan dan penyuluhan kesehatan, pelayanan rujukan dan pengamatan penyakit.

II.2.2 Faktor Resiko Kesehatan Jemaah Haji

faktor resiko kesehatan jemaah haji terdiri dari:

- Penyakit menular

Beberapa penyakit infeksi yang mempunyai potensi tinggi terinfeksi dan berbahaya selama menunaikan ibadah haji antara lain adalah:
a. *Meningitis meningokokus*

Kepadatan yang terjadi selama menunaikan ibadah haji merupakan faktor dalam meningkatkan penularan penyakit *meningitis meningokokus*. Pemerintah Arab Saudi sejak tahun 1987 mewajibkan setiap calon jemaah haji atau yang melakukan umrah harus mendapatkan vaksinasi *meningitis meningokokus* (Departemen Kesehatan, 2008:45).

b. Influenza

Influenza merupakan proporsi penyakit terbesar, sementara data survei kesehatan haji Indonesia menunjukkan bahwa kasus influenza merupakan yang terbanyak sebagai penyebab kunjungan ke sarana pelayanan kesehatan. Influenza merupakan penyakit yang sangat menular dan ada di Arab Saudi. Petugas kesehatan atau dokter menganjurkan bahwa calon jemaah haji usia lanjut atau resiko infeksi influenza tinggi disarankan untuk mendapatkan vaksinasi. Beberapa studi menunjukkan bahwa penyakit influenza tinggi selama musim haji.

c. Polio

Mencegah penularan penyakit, kasus polio dibawa oleh jemaah haji yang berasal dari negara yang belum bebas polio. Saat ini pemerintah Arab Saudi mewajibkan setiap pengunjung berusia kurang 15 tahun harus menunjukkan sertifikat vaksinasi polio.

d. Diare

Penyakit diare menyerang jemaah haji Indonesia. Penyakit diare sangat erat kaitannya dengan kebersihan dan tingkat pengetahuan. Kebiasaan makan jajanan yang tidak terkontrol dan menyimpan makanan terlalu lama merupakan faktor resiko yang meningkatkan kejadian penyakit diare.

e. Infeksi melalui cairan tubuh

Penyakit yang terjadi melalui cairan tubuh adalah penyakit hepatitis B, C dan HIV. Cara penularan yang mudah dapat terjadi melalui cukur rambut yang tidak bersih yang dilakukan selama menunaikan ibadah haji.

- Penyakit kronis

Perjalanan jauh dengan kondisi menderita penyakit kronis atau resiko tinggi harus memperhatikan tidak hanya ketersediaan obat yang selama ini digunakan, tetapi juga kesanggupan kegiatan fisik yang dikerjakan. Penyakit kronis yang

berhubungan dengan peningkatan aktifitas fisik, seperti penyakit jantung dan paru kronis (Departemen Kesehatan, 2009).

II.3 Sebelum Keberangkatan Ibadah Haji

Ibadah haji merupakan ibadah fisik, artinya selain menuntut persiapan bekal agama juga menuntut persiapan fisik tubuh yang bugar dan sehat. Ibadah Haji dalam prosesnya membutuhkan perjalanan panjang dan banyak kegiatan yang sangat melelahkan fisik yang juga beresiko pada kesehatan tubuh. Kondisi iklim dan cuaca di tanah suci sangat jauh berbeda dengan keadaan alam di tanah air. Bertemunya para jemaah haji dengan jutaan jemaah haji lain dari berbagai bangsa di dunia yang membuat kondisi tanah suci menjadi luar biasa padat, sangat beresiko terjadinya penularan langsung atau tidak langsung berbagai penyakit menular, calon jemaah haji harus benar-benar mempersiapkan kesehatan tubuhnya jauh-jauh hari sebelum berangkat ke tanah suci (Pusat Kesehatan Haji, 2014).

Persiapan kesehatan yang harus dilakukan oleh jemaah haji sebelum berangkat ke tanah suci antara lain sebagai berikut:

- Melakukan *General Check Up*

General Check Up sangat penting dilakukan untuk mengetahui kondisi fisik sebaiknya dilakukan pemeriksaan kesehatan menyeluruh atau *general check up*. Artinya seluruh fungsi dan organ tubuh diperiksa seperti urine, darah dan sebagainya. Dengan cara melakukan *general check up* kondisi kesehatan akan diketahui lebih jelas dan lengkap. Begitu juga penyakit yang mungkin ada, tapi tidak atau belum dirasakan, akan segera diketahui sehingga dokter bisa mengambil tindakan pencegahan lebih dini (Sodik, 2014:23).

- Vaksinasi

Arab Saudi merupakan negara *epidemi meningitis* (penyakit radang selaput otak), sehingga setiap calon jemaah haji wajib mendapatkan vaksinasi *meningitis* minimal satu bulan sebelum keberangkatan untuk menghindari penularan *meningitis* di Arab Saudi. Iklim di Indonesia dan Arab Saudi jauh berbeda, tubuh jemaah haji tidak bisa langsung beradaptasi dengan iklim yang ada di Arab Saudi. Dan terdapat jutaan jemaah haji dari berbagai negara, banyak jemaah haji yang langsung terserang penyakit jika kondisi tubuhnya sedang melemah. Selain vaksinasi *meningitis* lebih

baik juga mendapatkan vaksinasi lain seperti *pneumonia* atau influenza. Calon jemaah haji diberikan vaksin seperti *meningitis* (radang selaput otak) tujuan untuk mencegah terganggunya otak karena di Arab Saudi suhu yang tinggi 42 derajat bahkan lebih, pemberian vaksin *pneumonia* atau influenza untuk mencegah penyakit yang disebabkan oleh bakteri dan menular saat jemaah menunaikan ibadah haji, jenis virus yang menyebabkan influenza berbeda-beda pada tiap tahunnya, sehingga vaksin yang diberikan disesuaikan dengan tipe tersebut. Vaksin influenza dianjurkan terutama untuk jemaah haji pengidap penyakit kronis seperti gangguan ginjal, sakit jantung, gangguan pernapasan, diabetes, dan gangguan sistem saraf, pengidap obesitas dan wanita hamil dan vaksin *pneumonia* disarankan bagi calon jemaah haji usia lanjut (Zacky, 2014:109).

- Tinggalkan pola hidup yang tidak sehat

Pola hidup sehat sangat penting saat berangkat haji. Seperti calon jemaah yang punya kebiasaan merokok, usahakan untuk berhenti merokok sebelum berangkat haji karena dengan berhenti merokok paru-paru dan sistem pernafasan kita akan ringan dan siap menghadapi cuaca yang ada di Arab Saudi. Hindari juga terlalu sering begadang dan kebiasaan makan yang tidak sehat, seperti makan makanan berkolesterol tinggi, banyak mengandung bahan pengawet, pemanis buatan, makanan terlalu asin, terlalu pedas, dan sebagainya.

- Hindari stres

Stres akan membuat tekanan jasmani dan rohani. Sebelum dan selama berada di tanah suci sebaiknya calon jemaah haji menghindari kegiatan-kegiatan yang tidak perlu dan tidak wajib dilakukan. Jangan sampai ketika menjalankan ibadah di tanah suci justru terbebani berbagai masalah. Stres akan merugikan calon jemaah baik fisik maupun mental dan bisa menimbulkan penyakit baru.

- Kenali fasilitas

Semua calon jemaah haji harus mulai mengenal dan mempelajari tentang fasilitas dan pelayanan kesehatan yang ada di Arab Saudi pada musim haji. Mulai dari petugas kesehatan, pelayanan kesehatan, balai pengobatan haji Indonesia (BPHI), ataupun lokasi RS Arab Saudi. Tujuannya adalah saat terjadi sesuatu yang tidak diinginkan jemaah haji bisa langsung mengambil tindakan tanpa harus menunggu dokter yang mengawal sebagai tindakan pertolongan pertama.

- Olahraga secara teratur

Persiapan sebelum berangkat haji adalah olahraga secara teratur tetapi banyak calon jemaah haji yang melupakan olah raga. Olahraga yang disarankan seperti jalan kaki rutin sebanyak 3-4 kali dalam 1 minggu atau jalan-jalan ke tempat yang ramai. Karena dalam perjalanan haji minimal ada empat rute jalan kaki yang cukup jauh, yaitu *tawaf, sai*, jalan dari hotel atau pondokan ke masjid, kegiatan jalan kaki lain seperti ziarah atau mungkin saja berbelanja. Calon jemaah haji dibiasakan berolahraga sebelum berangkat haji.

- Konsultasikan dengan tenaga kesehatan, terutama pada jemaah resiko tinggi

Calon jemaah haji termasuk kategori resiko tinggi yaitu pada jemaah haji yang mempunyai beberapa penyakit, selalu konsultasikan kepada dokter tentang apa saja yang tidak boleh dilakukan dan yang boleh dilakukan, selalu membawa obat-obatan yang sekiranya dibutuhkan sesuai penyakit yang diderita dan tanyakan kira-kira kemungkinan timbulnya penyakit yang muncul maupun kambuh ketika berada di tanah suci dan bagaimana cara mencegah dan mengatasinya. Calon jemaah haji untuk sering bertanya atau berkonsultasi kepada tenaga kesehatan yang mendampingi jemaah haji (TKHI) tentang kondisi kesehatan jemaah.

- Mencari informasi tentang situasi terkini di Arab Saudi

Penting untuk calon jemaah haji dapat mempelajari situasi kesehatan atau wabah penyakit yang mungkin muncul di musim haji. Sangat dianjurkan untuk menyediakan waktu membaca berbagai tulisan tentang situasi terkini penyakit di Arab Saudi maupun situasi lingkungan seperti suhu udara maupun adanya kejadian-kejadian tertentu yang mungkin sedang terjadi di Arab Saudi. Sangat penting untuk menjaga perilaku hidup bersih dan sehat, selalu memakai masker ketika di keramaian dan menghindari kegiatan-kegiatan yang tidak perlu yang terlalu menguras fisik dan hindari perilaku-perilaku yang mengarah pada resiko tertularnya penyakit (Pusat Kesehatan Haji, Ariyanto, 2014).

Syarat sehat calon jemaah haji sebelum berangkat ibadah haji adalah kesehatan merupakan salah satu syarat dalam menunaikan ibadah haji, pemeriksaan kesehatan bukan merupakan penghambat untuk calon jemaah haji, pemeriksaan kesehatan merupakan dasar untuk pembinaan calon jemaah haji sebelum keberangkatan,

pembinaan kesehatan merupakan sarana untuk memperoleh kesehatan prima, laksanakan sebaik mungkin sehingga calon jemaah haji dapat melaksanakan ibadah haji sesuai ajaran Islam, makan makanan yang sehat dengan kalori seimbang dengan membatasi asupan lemak, gula dan garam, makan buah-buahan yang berwarna dan yang banyak mengandung vitamin c seperti jeruk dan apel, perbanyak makan sayur, jangan merokok, minum air yang cukup minimal 2 liter sehari, olahraga teratur untuk memelihara kesehatan (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2012:2).

II .4 Analisa

II.4.1 Kesehatan Jemaah Haji di kota Bandung

Dari 1696 calon jemaah haji kota Bandung yang telah diperiksa kesehatan oleh pusat kesehatan masyarakat (PUSKESMAS) kota Bandung, yang dikoordinir oleh Dinas Kesehatan kota Bandung. Pemeriksaan kesehatan jemaah haji tahun 2014 adalah pemeriksaan tahap akhir atau pemeriksaan tindak lanjut yang telah dilakukan oleh puskesmas sebelum calon jemaah haji berangkat menunaikan ibadah haji (Dinas Kesehatan, Asep, 2014).

Dari data pemeriksaan kesehatan yang dilakukan oleh Dinas Kesehatan di tahun 2014, tercatat penyakit kolestrol menjadi penyakit generatif dengan jumlah penderita terbesar. Pemeriksaan kesehatan yang dianjurkan oleh Dinas Kesehatan pada 6 bulan dan 3 bulan sebelum keberangkatan ternyata memiliki rentang jarak yang terlalu jauh dengan waktu keberangkatan, sehingga tidak dapat diketahui lagi kondisi kesehatan calon jemaah, dalam kondisi sehat atau tidak. Dengan masalah kesehatan fisik maupun mental yang terjadi calon jemaah haji harus mandiri dan mengenali serta menjaga kondisi fisik maupun mental sebelum keberangkatan.

Tabel II.1 Jumlah calon jemaah haji yang mengalami penyakit generatif tahun 2014
(Sumber : Dinas Kesehatan kota Bandung 2015)

Penyakit Bawaan	jumlah
Kolestrol	375 orang
Hipertensi primer	338 orang

Usia lanjut	189 orang
Obesitas	108 orang
Hyper kolestrol	88 orang
Diabetes mellitus	73 orang
iabetes melitus tipe 2	51 orang
Hipertensi heart disease (HHD)	40 orang
Hepatoma	39 orang

II.4.2 Hasil Wawancara

Wawancara yang dilakukan kepada pusat kesehatan masyarakat (PUSKESMAS) kota Bandung pada hari Sabtu tanggal 04 April 2015, yang dilakukan kepada ibu Siti Komariah bagian data dan informasi kesehatan calon jemaah haji.

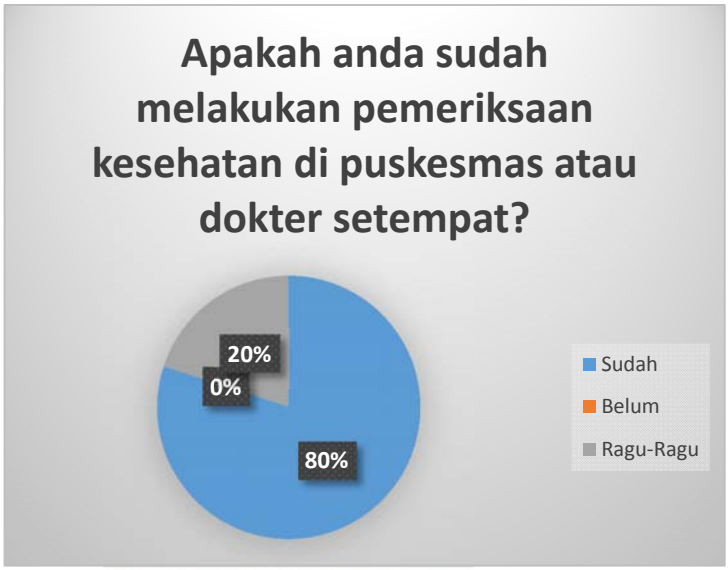


Gambar II.2 Siti Komariah (data dan informasi kesehatan calon jemaah haji)
(Sumber : Dokumen pribadi 2015)

Dari hasil wawancara berdasarkan tingkat kesehatan calon jemaah haji di kota Bandung masih rendah dalam resiko kesakitan dan kematian. Masih banyak calon jemaah haji yang tidak memperhatikan kesehatan. Penyakit yang sering terjadi calon jemaah haji di kota Bandung adalah hipertensi, lambung, kolestrol, asam urat, rematik, jantung dan saluran pernapasan atau saluran pencernaan. Tingkat kesehatan calon jemaah haji menurun karena lelah, kurang istirahat, kurang memperhatikan kesehatan dan gizi yang kurang cukup.

Masalah yang terjadi calon jemaah haji tidak memperhatikan kesehatan fisik seperti kurangnya olahraga secara rutin, pola makan yang tidak teratur seperti makan tidak pada waktunya, banyak mengkonsumsi makanan berlemak dan kolesterol, melakukan aktifitas berlebihan yang dapat menguras tenaga. Selain permasalahan terhadap kondisi fisik calon jemaah haji juga mempunyai permasalahan terhadap jiwa atau mental yang timbul mendadak. Masalah yang terjadi terhadap mental calon jemaah haji penyebabnya adalah ketidaksiapan jiwa seseorang terhadap kenyataan seperti ketakutan karena melihat situasi, tempat dan keadaan yang berbeda dengan Indonesia sehingga terjadi masalah mental seseorang, gejala awal yang mempunyai masalah mental yaitu sakit lambung dan pusing dengan menanyakan kepada calon jemaah haji keluhan sakit lambung berapa lama dan pusing berapa lama apabila lebih dari 2 minggu konsultasikan kepada psikiater biasanya yang mengalami pusing dan lambung terus menerus mempunyai masalah mental. Penyakit yang akan terjadi karena stres adalah lambung, hipertensi, jantung, diabetes dan diare. Cara penanganan stres petugas pemeriksaan melakukan penyuluhan ke psikiater untuk di periksa dan diberi obat.

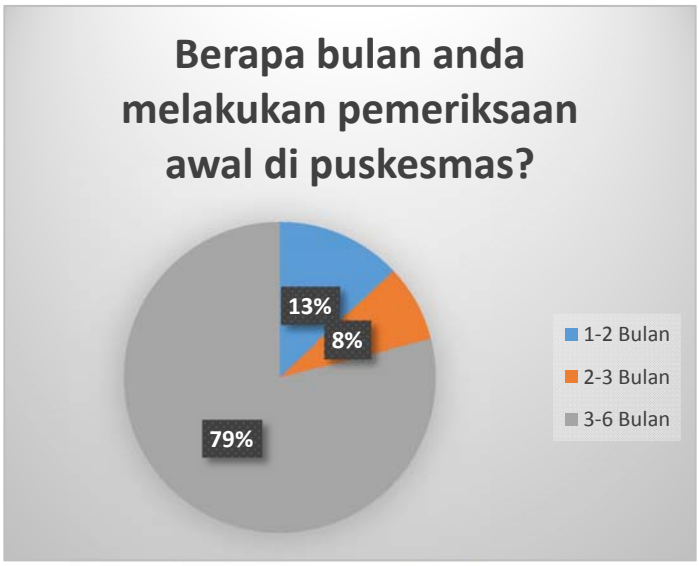
II.4.3 Kuisioner



Gambar II.3 Pemeriksaan kesehatan di puskesmas atau dokter setempat

(Sumber : Dokumen pribadi 2015)

Calon jemaah haji sudah melakukan pemeriksaan kesehatan karena pemeriksaan kesehatan merupakan hal yang wajib dilakukan sebelum melaksanakan ibadah haji.



Gambar II.4 Pemeriksaan kesehatan awal di puskesmas atau dokter setempat

(Sumber : Dokumen pribadi 2015)

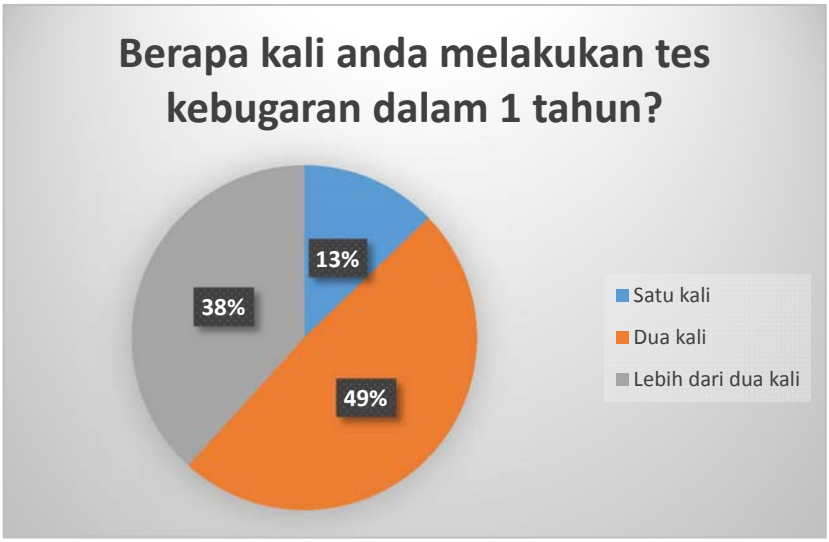
Pemeriksaan awal di puskesmas wajib dilakukan 3 bulan dan 6 bulan sebelum keberangkatan sehingga calon jemaah haji dapat mengetahui tingkat kesehatannya.



Gambar II.5 Pemeriksaan kesehatan secara berkala di puskesmas atau dokter setempat

(Sumber : Dokumen pribadi 2015)

Pemeriksaan calon jemaah haji yang dilakukan secara berkala di puskesmas, calon jemaah haji telah melakukan pemeriksaan 1 sampai 2 minggu sekali.



Gambar II.6 Melakukan tes kebugaran dalam 1 tahun

(Sumber : Dokumen pribadi 2015)

Tes kebugaran yang dilakukan oleh calon jemaah haji minimal 2 kali dalam 1 tahun karena penting untuk menjaga kesehatan.



Gambar II.7 Pemberian vaksin calon jemaah haji

(Sumber : Dokumen pribadi 2015)

Pemberian vaksin belum dilakukan karena vaksin diberikan 1 bulan sebelum keberangkatan



.Gambar II.8 Melakukan pola makan teratur

(Sumber : Dokumen pribadi 2015)

Calon jemaah haji sebagian besar belum melakukan pola makan teratur sehingga kesehatan calon jemaah haji menurun.



Gambar II.9 Melakukan olahraga secara rutin

(Sumber : Dokumen pribadi 2015)

Calon jemaah haji sebagian besar belum melakukan olahraga secara rutin, sehingga kesehatan calon jemaah haji menurun



Gambar II.10 Mengurangi mengkonsumsi makanan berlemak

(Sumber : Dokumen pribadi 2015)

Kebanyakan calon jemaah haji sulit untuk mengurangi mengkonsumsi makanan berlemak, sehingga terkena penyakit kolestrol.



Gambar II.11 Mengurangi kebiasaan merokok

(Sumber : Dokumen pribadi 2015)

Jemaah haji sudah mengurangi kebiasaan merokok karena kebanyakan yang mengisi kuisioner adalah calon jemaah haji perempuan



.Gambar II.12 Kesiapan mental untuk menunaikan ibadah haji

(Sumber : Dokumen pribadi 2015)

Calon jemaah haji dalam kesiapan mental ragu-ragu dalam melaksanakan ibadah haji karena situasi dan keadaan berbeda dengan Indonesia.

Hasil kuisioner yang diberikan kepada calon jemaah haji di kota Bandung untuk mengetahui seberapa pentingnya kesehatan terhadap calon jemaah haji di kota Bandung pada tahun 2014. Kuisioner diberikan kepada 40 responden pada tanggal 21 April 2015 yang bertempat di bimbingan haji dan tempat pemeriksaan kesehatan calon jemaah haji. Dari hasil kuisioner yang dilakukan terdapat 24 orang perempuan dan 16 orang laki-laki. Dengan usia rata-rata calon jemaah haji di kota Bandung 30 tahun ke atas. 54% pekerjaannya adalah pegawai negeri. Dari hasil pertanyaan yang terdapat di kuisioner, 80% calon jemaah haji sudah melakukan pemeriksaan di puskesmas atau dokter setempat. 76% calon jemaah haji telah melakukan pemeriksaan awal 3 sampai 6 bulan sebelum keberangkatan. 60% calon jemaah haji tidak tepat waktu melakukan pemeriksaan berkala di puskesmas atau dokter setempat, yang seharusnya diwajibkan satu sampai dua minggu sekali. 80% pemberian vaksin belum dilakukan karena jadwal keberangkatan masih lama. 50% calon jemaah haji menjawab dengan jawaban ragu-ragu dalam melakukan pola hidup sehat seperti pola makan teratur. 70% calon jemaah haji menjawab belum melaksanakan olahraga secara rutin. 40% calon jemaah haji sudah mengurangi

kebiasaan merokok, karena kebanyakan calon jemaah haji yang terdapat di dalam kuisioner adalah perempuan. 60% calon jemaah haji menjawab ragu-ragu dalam mempersiapkan mental. Kesehatan calon jemaah haji sangat penting karena kesehatan dapat melancarkan pelaksanaan ibadah haji.

II.4.4 Pembahasan Masalah

Dalam pelayanan kesehatan, Dinas Kesehatan telah melakukan berbagai cara untuk meningkatkan kondisi kesehatan calon jemaah haji di kota Bandung. Permasalahan yang terjadi pada calon jemaah haji tidak memperhatikan kesehatan seperti kurangnya olahraga secara rutin, pola makan yang tidak teratur seperti makan tidak pada waktunya, banyak mengkonsumsi makanan berlemak dan kolesterol, melakukan aktifitas berlebihan yang dapat menguras tenaga. Permasalahan terhadap kondisi fisik calon jemaah haji juga mempunyai permasalahan terhadap jiwa atau mental yang timbul mendadak, masalah yang terjadi terhadap mental calon jemaah haji penyebabnya adalah ketidaksiapan jiwa seseorang terhadap kenyataan seperti ketakutan karena melihat situasi, tempat dan keadaan yang berbeda dengan Indonesia. Permasalahan perilaku calon jemaah haji di kota Bandung yang masih buruk seperti tidak mengantri pada saat melakukan pemeriksaan, tidak tepat waktu pada saat melakukan pemeriksaan berkala, kebiasaan merokok, pola makan yang tidak tertaur dan masih banyak mengkonsumsi makanan berlemak, olahraga yang tidak teratur, kebiasaan bergadang. Calon jemaah haji harus menyadari betapa pentingnya mempersiapkan dan menjaga kondisi fisik, mental dan melakukan perilaku yang baik dan calon jemaah haji harus mandiri agar tidak menyusahkan petugas kesehatan.

II.4.5 Penyebab Masalah

Persepsi calon jemaah haji terhadap pentingnya kesehatan sangat penting karena untuk melancarkan melaksanakan ibadah haji.

Akibatnya tercatat masih banyak calon jemaah haji yang memiliki penyakit disebabkan oleh:

a. Calon jemaah haji tidak melakukan pemeriksaan kesehatan berkala (1 minggu sekali atau minimal 2 minggu sekali) di puskesmas atau dokter setempat setelah

pemeriksaan anjuran (6 bulan dan 3 bulan sebelum keberangkatan) dari Dinas Kesehatan.

b. Kurangnya kegiatan fisik rutin yang dapat meningkatkan kondisi kesehatan, kegiatan tersebut seperti latihan kesegaran jasmani.

c. Pola makan yang tidak teratur, diantaranya makan tidak pada waktunya.

d. Banyak mengkonsumsi makanan berlemak dan kolestrol.

e. Pengaturan berat badan yang tidak teratur (obesitas).

f. Perilaku yang menimbulkan gangguan kesehatan, seperti kebiasaan merokok.

g. Melakukan aktifitas yang tidak perlu yang dapat menguras tenaga.

h. Ketidaksiapan jiwa seseorang terhadap kenyataan seperti ketakutan dan stres.

II.4.6 Solusi Masalah

Masalah kesehatan calon jemaah haji di kota Bandung akan dipecahkan dengan melakukan kampanye sosial kesehatan calon jemaah haji di kota Bandung. Perilaku yang diharapkan pada kampanye kesehatan adalah:

a. Mengingatkan calon jemaah haji untuk selalu melakukan pemeriksaan kesehatan 3 bulan sebelum keberangkatan, dan melakukan pemeriksaan secara rutin di puskesmas atau dokter setempat.

b. Meningkatkan kesadaran calon jemaah haji terhadap pentingnya menjaga kondisi fisik dan pola hidup sehat seperti olahraga secara teratur, makanan yang teratur dan bergizi, tes kebugaran dan melakukan jalan-jalan ke tempat yang ramai untuk melakukan tes mental dan harus siap sebelum keberangkatan.

c. Mengingatkan kepada calon jemaah haji untuk selalu berfikir positif.

II.5 Solusi Perancangan

Kampanye sosial adalah suatu kegiatan berkampanye yang mengkomunikasikan pesan-pesan yang berisi tentang masalah sosial kemasyarakatan, dan bersifat non komersil. Tujuan dari kampanye sosial adalah untuk menumbuhkan kesadaran masyarakat serta gejala-gejala sosial yang sedang terjadi. Solusi untuk calon jemaah haji dengan membuat sebuah kampanye sosial yang berisi mengajak calon jemaah haji agar calon jemaah haji melakukan pola hidup sehat fisik maupun mental.