

KESEHATAN MENTAL MEMPENGARUHI ISTITHAAH JAMA'AH HAJI LANSIA DI KABUPATEN BOYOLALI

Agus Murtana¹, Istianna Nurhidayati¹ Retno Yuli Hastuti¹Prayogo²

1 Dosen Universitas Muhammadiyah Klaten Program Pendidikan Profesi Ners²Mahasiswa Ilmu Keperawatan Fakultas Kesehatan dan Teknologi, Universitas Muhammadiyah Klaten

e-mail : istiannanurhidayati@gmail.com

Abstrak

Ibadah haji adalah kewajiban manusia terhadap Allah, yaitu (bagi) orang yang mampu (*istithaah*) mengadakan perjalanan ke Baitullah. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara kesehatan mental dengan istithaah jamaah haji lansia di Kabupaten Boyolali. Penelitian ini menggunakan desain deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional*, menggunakan data sekunder dari siskohatkes. Penelitian ini menggunakan *teknik purposive sampling*, sampel sejumlah 209 calon jamaah haji, dengan kriteria inklusi. Instrumen menggunakan kuesioner *self reported questionnaire* (SRQ 20) dan kuesioner istithaah yang tercantum dalam siskohatkes. Analisis data bivariat menggunakan uji Kendall Tau. Hasil penelitian 6 (2,9%) responden termasuk dalam kategori tidak memenuhi istithaah kesehatan haji dan 4 (1,9%) responden memiliki gangguan mental. Hasil penelitian menunjukkan nilai r sebesar 0,813 dan nilai p sebesar 0,000, artinya terdapat hubungan positif antara kesehatan mental dengan istithaah jamaah haji lansia dengan kekuatan tinggi, dan terdapat hubungan yang signifikan antara kesehatan mental dengan istithaah jamaah haji lansia di Kabupaten Boyolali. Calon Jemaah haji lansia agar tetap sehat mental dan Istithaah status kesehatannya dianjurkan untuk memperdalam pendidikan agama dan persiapan spiritualnya, menjaga kesehatan fisik dengan rutin berolah raga sesuai kemampuan, menjaga pola makan sehat, istirahat cukup, melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala, dan sikap mental yang positif serta motivasi untuk tetap dalam kondisi sehat.

Kata kunci : Kesehatan mental, Istithaah haji, lansia

Abstract

The Hajj pilgrimage is a duty of humans to Allah, specifically for those who are capable (*istitha'ah*) of traveling to the Kaaba. The purpose of this research is to determine the relationship between mental health and *istitha'ah* among elderly Hajj pilgrims in Boyolali Regency. This research used a descriptive correlational design with a cross-sectional, using secondary data from Siskohatkes. The study employed purposive sampling, with a sample of 209 prospective Hajj pilgrims, based on inclusion criteria. The instruments used were the Self-Reported Questionnaire (SRQ 20) and the *istitha'ah* questionnaire listed in Siskohatkes. Bivariate data analysis was conducted using the Kendall Tau test. The study results showed that 6 (2.9%) respondents were categorized as not meeting the health *istitha'ah* for Hajj and 4 (1.9%) respondents had mental disorders. The study indicated an r -value of 0.813 and a p -value of 0.000, meaning there was a positive relationship between mental health and *istitha'ah* among elderly Hajj pilgrims with high strength, and there was a significant relationship between mental health and *istitha'ah* among elderly Hajj pilgrims in Boyolali Regency. To ensure that elderly prospective Hajj pilgrims maintain their mental health and health *istitha'ah* status, it is recommended that they will deepen their religious education and spiritual preparation, keep their physical health by exercising regularly according to their abilities, maintain a healthy diet, get enough rest, undergo regular health check-ups, and maintain a positive mental attitude and motivation to stay healthy.

Keyword : Mental health, *Istitha'ah* hajj, Elderly

PENDAHULUAN

Ibadah haji adalah kewajiban manusia terhadap Allah, yaitu (bagi) orang yang mampu (*istithaah*) mengadakan perjalanan ke Baitullah. Istithaah (termasuk istithaah Kesehatan) dinyatakan sebagai salah satu syarat untuk melaksanakan ibadah haji. Ibadah haji merupakan ibadah yang berbeda jika dibandingkan dengan ibadah-ibadah lainnya, dimana ibadah haji merupakan ibadah yang lebih banyak menggunakan kemampuan jasmani/fisik (olah fisik), namun banyak jemaah haji yang tidak memahami hal tersebut dan memaksa diri sehingga timbul hal-hal yang tidak diinginkan (Kementerian Agama RI, 2023). Oleh karena itu, perlu diberikan pemahaman yang lebih intens yang berkaitan dengan upaya untuk mencapai istithaah (sanggup) dalam melaksanakan ibadah haji (Sarwat, 2019).

Perlunya Istithaah Kesehatan bagi jemaah haji dikarenakan 1) Istitha'ah menjadi Syarat Wajib Haji tidak terkecuali Istithaah Kesehatan, 2) Ibadah Haji adalah Ibadah Fisik yang pelakunya memerlukan kondisi fisik yang sehat & prima, 3) Jemaah haji lansia mendominasi Pelaksanaan Ibadah Haji setiap tahunnya. Tahun 2023 terdapat 60 ribu Jemaah lansia dan tahun 2024 terdapat 45 ribu Jemaah lansia, 4) Angka jemaah haji wafat pada penyelenggaraan Ibadah Haji 2023 meningkat drastis mencapai 64% dari tahun 2019 (Penyebab utamanya kelelahan dan sakit), dan 5) Evaluasi Penyelenggaraan Ibadah Haji Tahun 2023 merekomendasikan Pemeriksaan dan Pemenuhan Istithaah Kesehatan menjadi Prasyarat pelunasan Biaya Haji (Dinas Kesehatan Boyolali, 2024).

Pemeriksaan dan pembinaan kesehatan jemaah haji bertujuan agar tercapai istitho'ah kesehatan haji, yakni kemampuan calon jemaah haji memenuhi berbagai aspek kesehatan yang meliputi fisik, spiritual, dan mental dalam menjalankan ibadah haji sesuai dengan tuntunan agama Islam. Data Pusat Kesehatan Haji, mencatat pada tahun 2017 sampai dengan tahun 2023 angka kesakitan dan kematian Jemaah haji Indonesia di Arab Saudi masih sangat tinggi. Data Sistem Informasi dan Komputerisasi Haji Terpadu (Siskohat) Kementerian Agama tahun 2023 mencatat, ada 66.943 jemaah haji lansia yang berangkat ke tanah suci. Jumlah ini mencapai sekitar 30% dari total Jemaah haji pada tahun 2023 yang sebanyak 221.000 orang, Mayoritas Jemaah haji lansia tersebut berusia 65-74 tahun jumlahnya mencapai 45.796 orang atau 68,4% dari total Jemaah lansia tahun 2023, kelompok usia terbanyak berikutnya adalah 75-84 tahun yaitu sebanyak 12.912 orang atau 19,3% dari total jemaah lansia, untuk lansia 85-94 tahun sebanyak 7.680 orang atau 11,5% dari total Jemaah lansia, kemudian untuk kelompok usia diatas 95 tahun sebanyak 555 orang atau 0,8% total Jemaah lansia. Data Jemaah haji di Jawa Tengah sebanyak 30.377 jemaah yang terdiri dari 1.519 lansia, sedangkan di Kabupaten Boyolali jumlah Jemaah haji yang berangkat 837 jemaah yang 349 adalah Jemaah haji berusia lanjut atau lansia.

Pemeriksaan kesehatan jiwa atau psikologis kepada Jemaah Haji diharapkan akan mengurangi beberapa kasus yang sering terjadi pada jemaah di Tanah Suci, khususnya pada lansia, seperti demensia dan gangguan kecemasan. Jemaah Haji dengan usia lanjut memiliki kemungkinan mengalami isu kesehatan mental lebih dibanding kelompok umur lain. Para lansia mengalami penurunan kondisi fisik, kelemahan inderawi dan neurologis, perasaan kehilangan orang-orang yang dicintai, efek kumulatif dari pengalaman tidak menyenangkan dalam hidup, dan stres sosial. Dua masalah gangguan kejiwaan yang kerap kali muncul akibat kurangnya asupan cairan atau dehidrasi.

Gangguan mental tersebut disebabkan perubahan yang cepat dalam fungsi otak yang terjadi bersamaan dengan penyakit mental atau fisik. Akibatnya, penderita delirium mengalami kesulitan dalam berpikir, mengingat, berkonsentrasi, atau tidur. Sementara demensia adalah suatu kondisi di mana kemampuan otak seseorang mengalami kemunduran. Kondisi ini dapat ditandai dengan keadaan seseorang sering lupa akan sesuatu, keliru, adanya perubahan kepribadian, dan emosi yang naik-turun atau labil. Herlina Pohan (2024) menambahkan dehidrasi dan perubahan lingkungan yang sangat cepat rentan membuat jemaah calon haji mengalami gangguan kejiwaan termasuk stres dan halusinasi.

Hasil wawancara dengan Penanggung Jawab program haji Dinas Kesehatan Boyolali yang dilakukan pada bulan Desember 2023 diperoleh data calon Jemaah haji Kabupaten Boyolali tahun 2023, sebanyak 837 orang Jemaah haji, dengan jumlah Jemaah haji lansia 349 orang, dengan jumlah kuota prioritas 70 orang dengan usia termuda 85 tahun dan tertua 96 tahun. Dimana sebagian dari Jemaah haji

lansia tersebut membutuhkan pendampingan dari petugas, keluarga maupun jamaah haji lain yang lebih muda selama melaksanakan kegiatan ibadah dan rangkaian haji selama di tanah suci. Berdasarkan wawancara dengan Petugas Haji Kloter atau Tenaga Kesehatan Haji selama di tanah suci terdapat jamaah haji lansia yang mengalami disorientasi dan hilang konsentrasi akibat tidak mengenali lingkungan baru dan kekurangan cairan tubuh akibat cuaca panas yang ekstrem. Damayanti, dkk. (2020) mengemukakan bahwa proses penuaan yang dialami lansia berpengaruh terhadap kemunduran fisik dan juga mental. Memasuki lanjut usia maka akan mengalami penurunan kondisi fisik seperti disability, berkurangnya kemampuan melihat dan intoleransi aktivitas, kemudian penurunan status mental seperti berkurangnya kemampuan memori dan perubahan psikososial antara lain seperti berhenti dari pekerjaan, kemiskinan, isolasi sosial dan lainnya.

Lestari, (2021) mengemukakan bahwa Jemaah haji Indonesia jumlah kasus mencapai 161 ribu dengan lebih dari 1.300 kematian adalah Jemaah haji yang memiliki risiko tinggi. Risiko tinggi kesehatan adalah kondisi yang berisiko sakit atau meninggal dunia selama perjalanan ibadah haji, yaitu Jemaah haji lanjut usia, Jemaah haji penderita penyakit menular tertentu yang tidak boleh terbawa keluar dari Indonesia. Maka dari itu Jemaah haji harus menyiapkan diri agar memiliki status kesehatan yang optimal. Upaya komprehensif dan terukur adalah dengan melakukan pemeriksaan dan pembinaan kesehatan Jemaah haji sebelum berangkat ke Arab Saudi oleh tim kesehatan haji Kabupaten/kota, sehingga Jemaah haji mencapai kondisi istithaah kesehatan. Karena belum ada penelitian sebelumnya melihat karakteristik calon Jemaah haji Indonesia dari tahun ke tahun yang berisiko tinggi terus mengalami peningkatan, yaitu pada tahun 2023 sebanyak 66.943 orang atau 30% Jemaah haji berusia >60 tahun.

Jemaah Haji dengan usia lanjut memiliki kemungkinan mengalami isu kesehatan mental lebih dibanding kelompok umur lain. Para lansia mengalami penurunan kondisi fisik, kelemahan inderawi dan neurologis, perasaan kehilangan orang-orang yang dicintai, efek kumulatif dari pengalaman tidak menyenangkan dalam hidup, dan stres sosial. Syarat keberangkatan Jemaah Haji terutama lansia dengan potensi mengalami gangguan jiwa adalah sebuah langkah preventif untuk menekan angka kematian Jemaah Haji. Kondisi jemaah haji yang mengalami gangguan jiwa, dikhawatirkan mengganggu jemaah yang lain saat pemulangan diupayakan pemulangan lebih awal yakni di Tanazulkan. Pada pelaksanaan haji tahun 2023 tercatat jemaah yang mengalami gangguan jiwa di Tanazulkan sebanyak 10 jemaah yang sebagian sudah dipulangkan ke Tanah Air.

Berdasarkan data di atas, apabila seorang calon jemaah haji tidak memenuhi syarat istithaah kesehatan, maka calon jemaah haji tersebut tidak akan mendapat kesempatan untuk menunaikan ibadah haji ke Baitullah. Studi tentang kesehatan mental dan istithaah jamaah haji lansia belum banyak ditemukan. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian hubungan kesehatan mental dengan istithaah jamaah haji lansia di Kabupaten Boyolali.

METODE

Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif korelasi dengan pendekatan *cross sectional* yaitu untuk mengetahui hubungan antara kesehatan mental dengan istithaah jamaah haji lansia di Kabupaten Boyolali dan menggunakan data sekunder dari siskohatkes. Populasi penelitian ini adalah 438 calon Jemaah Haji Lansia Kabupaten Boyoali Tahun 2024. Penelitian ini menggunakan *teknik purposive sampling*, dimana pengambilan sampel didasarkan dengan pertimbangan/kriteria yang ditetapkan pada sejumlah 209 populasi. Dengan kriteria inklusi Calon jamaah haji lansia yang sudah mendapatkan kuota keberangkatan tahun 2024, dan Calon jamaah haji lansia yang berusia >60 tahun Kabupaten Boyolali, yang tercatat di Siskohatkes. Kuesioner kesehatan mental calon jamaah haji lansia dinilai dengan menggunakan instrument *self reported questionnaire* (SRQ 20) dari Kementerian Kesehatan (2018) yang terdiri dari 20 butir pertanyaan dengan pilihan jawaban ya dan tidak yang tercantum dalam siskohatkes. Dan Kuesioner istithaah diperoleh dari Sistem Informasi Kesehatan Jemaah Haji Indonesia (SISKOHATKES), Kementerian Republik Indonesia dengan masuk ke link Siskohatkes.kemendes.go.id, klik aplikasi, masuk dengan username dan password yang sudah

ditentukan, klik input data pemeriksaan Jemaah haji, masukkan nomer porsi calon Jemaah haji, klik cari data, klik Berita Acara Istitaah, selanjutnya akan muncul hasil : (1)Memenuhi syarat istitaah kesehatan haji, (2) Memenuhi syarat istitaah kesehatan haji dengan pendampingan, (3) Tidak memenuhi syarat istitaah kesehatan haji untuk sementara, (4) Tidak memenuhi syarat kesehatan haji. Penelitian ini sudah melalui Ethical Clearance/ Kelaikan Etik dari RSUD Dr. Moewardi Surakarta dengan Nomor : 793/ III/ HREC/ 2024 tanggal 25 Maret 2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Gambaran rerata umur responden jemaah haji lansia di Kabupaten Boyolali (n=209)

Variabel	N	Mean	Minimal	Maksimal	SD
Usia	209	69,00	60	97	±7

Tabel.1 diketahui bahwa rata-rata usia jemaah haji lansia adalah 69 tahun dengan usia termuda 60 tahun dan usia tertua 97 tahun.

Tabel 2. Gambaran responden berdasarkan jenis kelamin, pendidikan dan pekerjaan jemaah haji lansia di Kabupaten Boyolali (n=209)

	Frekuensi	Prosentase
Jenis Kelamin		
Laki-laki	113	54,1
Perempuan	96	45,0
Jumlah	209	100,0
Pendidikan		
SD	104	49,8
SMP	20	9,6
SMA	38	18,2
PT	47	22,5
Jumlah	209	100,0
Pekerjaan		
Petani	69	33,0
Swasta	32	15,3
Ibu Rumah Tangga	30	14,4
Pensiunan	59	28,2
Pedagang	19	9,1
Jumlah	209	100,0

Tabel 2 diketahui bahwa sebagian besar responden adalah laki-laki (54,1%), dengan latar belakang pendidikan SD (49,8%) dan pekerjaan petani sejumlah 33,0%.

Istithaah	Frekuensi	Prosentase
Tidak memenuhi istithaah	6	2,9
Istithaah dengan pendampingan	203	97,1
Jumlah	209	100,0

Kesehatan mental	Frekuensi	Prosentase
Sehat	205	98,1
Gangguan mental emosional	4	1,9
Jumlah	209	100,0

Tabel 3. Distribusi istitha'ah kesehatan dan kesehatan mental jamaah haji lansia di Kabupaten Boyolali (n=209)

Tabel 3. teridentifikasi sejumlah 6 (2,9%) responden yang termasuk dalam kategori tidak memenuhi istithaah kesehatan haji dan 4 (1,9%) responden memiliki gangguan mental emosional calon jamaah haji lansia di Kabupaten Boyolali.

Tabel 4. Hubungan antara kesehatan mental dengan istithaah jamaah haji lansia di Kabupaten Boyolali Tahun 2024 (n=209)

		Istithaah						π	<i>P Value</i>
		Tidak memenuhi syarat istithaah kesehatan haji		Memenuhi syarat istithaah kesehatan haji dengan pendampingan		Total			
		f	%	f	%	f	%		
Kesehatan Mental	Tidak Sehat	4	1,9	0	-	4	1,9	0,813	0,000
	Sehat	2	1	203	97,1	205	98,1		
Jumlah		6	2,9	203	97,1	209	100,0		

Tabel 4. menunjukkan bahwa hasil analisis data menggunakan uji *Kendall's Tau* diperoleh nilai signifikansi 0,000, dan koefisien korelasi 0,813. Makna dari nilai signifikansi $0,000 < 0,05$ menunjukkan penelitian ini menerima H_a yaitu ada hubungan Kesehatan mental dengan Istithaah pada calon Jemaah haji lansia Kabupaten Boyolali. Penelitian ini mengidentifikasi nilai koefisien korelasi antarvariabel sebesar 0,813, hal ini menunjukkan makna adanya arah hubungan yang positif, serta keeratan hubungan yang kuat sehingga semakin sehat mentalnya maka semakin istithaah.

Hasil penelitian dapat dilihat bahwa sebagian besar jemaah haji lansia sebagian besar memenuhi syarat istithaah kesehatan haji dengan pendampingan yaitu sebanyak 97,1% dan yang tidak memenuhi syarat istithaah kesehatan haji sebanyak 2,9%. Gambaran istithaah kesehatan jemaah haji lansia merupakan permasalahan yang penting untuk dibahas, terutama mengingat populasi lansia yang semakin banyak melakukan ibadah haji setiap tahunnya. Istithaah kesehatan merujuk pada kondisi kesehatan yang memadai untuk menjalankan ibadah haji dengan baik dan aman (Lestari, 2021). Lansia sering kali memiliki risiko kesehatan yang lebih tinggi daripada kelompok usia lainnya. Penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes, penyakit jantung, dan gangguan pernapasan dapat menjadi masalah yang umum di kalangan lansia. Faktor-faktor ini dapat mempengaruhi kemampuan mereka untuk melakukan perjalanan jauh dan menjalankan ibadah haji dengan nyaman (Ardani, Yusuf, dan Irawan, 2020).

Perjalanan untuk melakukan ibadah haji sendiri dapat menjadi beban tambahan bagi kesehatan, terutama bagi jemaah yang lanjut usia. Perjalanan udara yang panjang, perubahan lingkungan yang drastis, serta peningkatan aktivitas fisik yang diperlukan selama ibadah haji dapat menimbulkan stres dan menimbulkan risiko komplikasi kesehatan, terutama bagi mereka yang sudah rentan. Pentingnya akses yang memadai terhadap layanan kesehatan selama perjalanan haji tidak boleh diabaikan (Khairiyah, 2022). Lansia mungkin memerlukan perawatan kesehatan reguler, obat-obatan, atau perawatan darurat selama perjalanan. Ketersediaan fasilitas medis dan pelayanan kesehatan yang berkualitas dapat membantu mengurangi risiko komplikasi kesehatan di antara jemaah haji lansia (Sholichah dan Khotimah, 2023).

Pendidikan kesehatan yang tepat sebelum berangkat untuk ibadah haji dapat membantu meningkatkan kesadaran tentang pentingnya menjaga kesehatan selama perjalanan dan memberikan informasi tentang tanda dan gejala masalah kesehatan yang mungkin timbul (Khoirudin, 2020). Ini dapat membantu jemaah haji lansia untuk lebih mempersiapkan diri secara fisik dan mental. Dukungan sosial dari keluarga, teman, dan anggota rombongan haji juga penting dalam memastikan kesehatan dan kesejahteraan jemaah haji lansia. Mereka mungkin membutuhkan bantuan tambahan atau perhatian khusus selama perjalanan, dan dukungan dari orang-orang di sekitar mereka dapat sangat membantu.

Melalui pemahaman yang mendalam tentang gambaran istithaah kesehatan jemaah haji lansia, langkah-langkah dapat diambil untuk memastikan bahwa mereka dapat menjalankan ibadah haji dengan aman dan nyaman, serta mendapatkan dukungan yang mereka butuhkan untuk menjaga kesehatan mereka selama perjalanan. Faktor-faktor seperti penurunan fungsi fisik dan kognitif, penyakit kronis, dan perubahan sosial-emosional yang terkait dengan penuaan dapat mempengaruhi kemampuan mereka untuk memenuhi istithaah kesehatan (Mailangkay, 2021).

Pendapat peneliti tentang hasil penelitian tersebut dapat mencerminkan pemahaman mendalam tentang implikasi hasil penelitian dalam konteks kesehatan lansia dan jemaah haji. Peneliti dapat menyatakan bahwa temuan ini menyoroti pentingnya perhatian khusus terhadap kesehatan jemaah haji lansia, terutama dalam memastikan bahwa mereka memiliki akses yang memadai terhadap layanan kesehatan dan dukungan sosial. Selain itu, peneliti juga dapat menekankan perlunya upaya preventif dan intervensi yang lebih intensif untuk mengatasi faktor-faktor risiko yang mungkin menyebabkan sebagian jemaah haji lansia tidak memenuhi istithaah kesehatan.

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar jamaah haji lansia Kabupaten Boyolali sehat mental emosionalnya sebanyak 98,1%, dan yang tidak sehat mental emosionalnya 1,9%. Gambaran kesehatan mental jamaah haji lansia merupakan aspek penting yang perlu diperhatikan dalam konteks ibadah haji. Perjalanan haji dapat menjadi pengalaman yang sangat menuntut secara fisik, mental, dan emosional. Lansia mungkin lebih rentan terhadap stres dan tekanan yang terkait dengan perjalanan, terutama jika mereka mengalami kondisi kesehatan yang sudah ada sebelumnya atau jika mereka merasa cemas tentang kemampuan mereka untuk menjalankan ibadah dengan baik. Perubahan lingkungan yang signifikan selama perjalanan haji, seperti perbedaan budaya, bahasa, dan iklim, dapat menjadi faktor risiko bagi kesehatan mental jamaah haji lansia. Penyesuaian dengan lingkungan baru dan interaksi dengan orang-orang dari latar belakang budaya yang berbeda dapat menjadi tantangan tambahan bagi mereka.

Salah satu syarat wajib haji adalah istitaah atau mampu baik finansial, fisik dan mentalnya serta mampu manasik ibadahnya. Lestari, (2021). Lansia mungkin mengalami keterbatasan fisik yang dapat mempengaruhi kesehatan mental mereka selama perjalanan haji. Kesulitan bergerak, kelelahan, dan ketidaknyamanan fisik lainnya dapat menyebabkan frustrasi dan stres yang dapat memengaruhi kesejahteraan mental mereka. Dukungan sosial dari keluarga, teman, dan rombongan haji dapat memiliki dampak besar pada kesehatan mental jamaah haji lansia. Merasa didukung dan diperhatikan oleh orang-orang di sekitarnya dapat membantu mengurangi stres dan meningkatkan kesejahteraan mental mereka selama perjalanan. Pendidikan kesehatan mental sebelum berangkat untuk ibadah haji dapat membantu jamaah haji lansia untuk memahami pentingnya menjaga kesehatan mental mereka selama perjalanan. Informasi tentang strategi mengatasi stres, teknik relaksasi, dan tanda-tanda gangguan kesehatan mental dapat membantu mereka untuk lebih siap menghadapi tantangan yang mungkin timbul. Melalui pemahaman yang lebih baik tentang gambaran kesehatan mental jamaah haji lansia, langkah-langkah dapat diambil untuk memberikan dukungan yang sesuai dan memastikan bahwa mereka dapat menjalani ibadah dengan kesehatan mental yang baik dan kesejahteraan yang optimal.

Instrumen *self-reported questionnaire* yang digunakan dalam survei harus telah diuji untuk mengukur secara akurat aspek-aspek kesehatan yang relevan dengan istithaah kesehatan jamaah haji lansia. Hasil survei dapat memberikan gambaran tentang prevalensi masalah kesehatan tertentu di antara jamaah haji lansia. Hasil survei dapat mengungkapkan seberapa banyak dari responden yang menderita penyakit kronis, gangguan mobilitas, atau masalah kesehatan lainnya yang dapat memengaruhi kemampuan mereka untuk memenuhi istithaah kesehatan.

Usia lanjut tahap akhir dari siklus hidup manusia, merupakan proses alamiah kehidupan yang tidak dapat dihindarkan, dan dialami oleh setiap individu. Pada tahap ini individu mengalami banyak perubahan, baik secara fisik, mental, khususnya kemunduran dalam berbagai fungsi dan kemampuan yang pernah dimilikinya. Lansia merupakan proses alami yang disertai adanya penurunan kondisi fisik, psikologis, sosial yang saling berkaitan satu sama lain. Pada kondisi lansia seperti ini, dapat menimbulkan berbagai gangguan kesehatan dan gangguan mental seperti depresi. (Ayuni, 2018). Penelitian yang lain menyatakan terdapat hubungan antara jenis kelamin dengan stress, terdapat hubungan antara status penyakit dengan stress, terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan stress dan terdapat hubungan antara dukungan keluarga dengan stress pada lansia di Kecamatan Suboh Situbondo, **yang disimpulkan bahwa** terdapat banyak faktor penyebab stress yang dialami oleh lansia, oleh karena itu perlu adanya dukungan yang baik terhadap lansia sehingga terjadi peningkatan kesehatan mental lansia. (Abdul Aziz Azari & Ishana Balaputra, 2023)

Penelitian ini mengidentifikasi 4 orang responden mengalami gangguan kesehatan mental emosional, seperti sering menderita sakit kepala, tidak nafsu makan, sulit tidur, mudah takut, merasa tegang cemas dan khawatir, tangan gemetar, pencernaan terganggu/ buruk, sulit untuk berpikir jernih, sulit untuk menikmati kegiatan, sulit dalam mengambil keputusan, pekerjaan sehari-hari terganggu, tidak mampu melakukan hal-hal yang bermanfaat dalam hidup, kehilangan minat pada berbagai hal, merasa tidak berharga, merasa lelah sepanjang waktu, mengalami rasa tidak enak diperut, merasa

mudah lelah. Hal ini bisa disebabkan karena faktor biologis, psikologis, sosial budaya dan lingkungan yang mempengaruhi calon jamaah haji lansia di Kabupaten Boyolali.

Faktor risiko yang terlihat pada jamaah haji lansia yang mengalami gangguan kesehatan mental emosional. Hal ini disebabkan karena Perjalanan haji adalah pengalaman yang luar biasa secara spiritual bagi jamaah haji. Lansia merupakan fase menurunnya kemampuan akal dan fisik seseorang, yaitu dengan menurunnya beberapa fungsi system pada tubuh manusia, diantaranya indera penglihatan dan pendengaran yang berkurang, mudah lelah dan mudah jatuh, daya ingat yang berkurang, gerakan menjadi lambat dan kurang lincah. Tingkat Pendidikan yang rendah juga menjadi kendala lansia untuk menerima informasi yang diberikan. T. M. Sari & Muhajarah, (2024);

Perjalanan ini juga dapat membawa sejumlah faktor risiko yang dapat mempengaruhi kesehatan mental para jamaah haji, yang meliputi: Perjalanan haji melibatkan banyak aktivitas fisik yang melelahkan, seperti berjalan jauh di bawah terik matahari, antrian panjang, dan menghadapi keramaian. Tantangan fisik ini dapat menyebabkan kelelahan fisik yang kemudian berdampak pada kesehatan mental, lingkungan yaitu cuaca panas, perubahan iklim yang tiba-tiba, serta sanitasi yang berbeda dari rumah dapat menjadi tantangan lingkungan yang mempengaruhi kenyamanan dan kesehatan mental para jamaah haji, stress emosional dalam perjalanan haji seringkali diisi dengan stres emosional, seperti kekhawatiran tentang kesehatan, keselamatan, atau kelancaran perjalanan. Terpisah dari keluarga dan lingkungan yang dikenal juga bisa menimbulkan stres emosional, rencana perjalanan yang sering berubah, antrian yang panjang, serta ketidakpastian dalam jadwal dan akomodasi dapat menimbulkan rasa frustrasi dan kebingungan, yang pada gilirannya dapat mempengaruhi kesehatan mental, kepadatan penduduk yang tinggi di tempat-tempat suci seperti Mekah dan Madinah dapat menyebabkan keramaian dan kekacauan, yang mungkin membuat para jamaah haji merasa tidak nyaman dan stres, serta **krisis kesehatan atau kecelakaan** yaitu kondisi kesehatan yang mungkin memburuk atau kecelakaan yang tidak terduga selama perjalanan haji menyebabkan kecemasan dan stres yang signifikan.

Dengan mempertimbangkan aspek-aspek tersebut, pembahasan tentang gambaran istithaah kesehatan jamaah haji lansia berdasarkan survei dengan pedoman self-reported questionnaire dapat memberikan pemahaman yang lebih baik tentang kondisi kesehatan mereka dan menyoroti area-area di mana intervensi mungkin diperlukan untuk meningkatkan kesehatan mereka selama perjalanan haji.

Hasil uji statistic Kendall Tau diketahui bahwa nilai r sebesar 0,813 dan nilai p sebesar 0,000, artinya terdapat hubungan positif antara kesehatan mental dengan istithaah jamaah haji lansia dengan kekuatan tinggi, dan terdapat hubungan yang signifikan antara kesehatan mental dengan istithaah jamaah haji lansia di Kabupaten Boyolali. Penelitian terkini menunjukkan bahwa kesehatan mental merupakan komponen yang penting dalam menjaga kesejahteraan lansia, termasuk saat mereka melakukan perjalanan haji. Gangguan kesehatan mental seperti depresi, kecemasan, dan gangguan kognitif dapat mempengaruhi kemampuan lansia untuk menjalankan ibadah dengan baik dan aman.

Penelitian ini mengidentifikasi 6 orang (2,9%) yang tidak memenuhi syarat istithaah kesehatan haji, diantaranya 4 (1,9%) responden memiliki gangguan mental emosional seperti sering menderita sakit kepala, tidak nafsu makan, sulit tidur, mudah takut, merasa tegang cemas dan khawatir, tangan gemetar, pencernaan terganggu/ buruk, sulit untuk berpikir jernih, sulit untuk menikmati kegiatan, sulit dalam mengambil keputusan, pekerjaan sehari-hari terganggu, tidak mampu melakukan hal-hal yang bermanfaat dalam hidup, kehilangan minat pada berbagai hal, merasa tidak berharga, merasa lelah sepanjang waktu, mengalami rasa tidak enak diperut, merasa mudah lelah. Hal ini bisa disebabkan karena faktor biologis, psikologis, sosial budaya dan lingkungan yang mempengaruhi calon jamaah haji lansia di Kabupaten Boyolali. Sedangkan 2 orang (1%) dari calon Jamaah haji lansia yang tidak memenuhi syarat istithaah kesehatan haji disebabkan karena mengalami *Activity Daily Living* tidak mandiri karena stroke/ penyakit atau trauma injuri yang dapat mengganggu pemenuhan *activity daily living*, penyakit jantung, kognitif menurun.

Pola morbiditas jamaah haji dengan gangguan mental di Pulau Jawa pada masa embarkasi, kloter, sektor KKHI, dan KKHI/RSAS sebagian besar disebabkan oleh jenis kelamin perempuan dan kelompok

umur >65 tahun dan 56-65 tahun. Sejak keberangkatan dari Indonesia 50% jamaah haji tersebut telah mengalami sakit mulai dari hari ke-0 sampai hari ke-15 (Istiqomah, 2021). Maka kesehatan mental yang baik sangat diperlukan untuk memastikan bahwa jamaah haji lansia dapat memenuhi istithaah kesehatan dengan optimal. Gangguan kesehatan mental dapat memengaruhi kemampuan mereka untuk berfungsi secara fisik, kognitif, dan emosional selama perjalanan haji, sehingga mempengaruhi kemampuan mereka untuk menjalankan ibadah dengan sempurna. Stres yang terkait dengan perjalanan jauh, perubahan lingkungan, serta beban emosional dari pelaksanaan ibadah haji dapat meningkatkan risiko gangguan kesehatan mental pada jamaah haji lansia. Mereka mungkin lebih rentan terhadap stres dan kecemasan, yang dapat memengaruhi kesejahteraan mental mereka selama perjalanan. Hasil penelitian yang menunjukkan hubungan yang signifikan antara kesehatan mental dan istithaah jamaah haji lansia memiliki implikasi yang penting dalam merencanakan perawatan kesehatan yang holistik. Perawatan kesehatan yang efektif harus memperhitungkan kesehatan mental sebagai bagian integral dari pemeliharaan kesehatan lansia, terutama dalam konteks perjalanan haji.

Peneliti menyatakan bahwa hasil penelitian menyoroti pentingnya mendukung kesehatan mental jamaah haji lansia sebagai bagian dari upaya untuk memastikan bahwa mereka dapat menjalankan ibadah dengan baik dan aman. Peneliti juga menekankan perlunya intervensi yang lebih terfokus pada pemeliharaan kesehatan mental selama perjalanan haji, seperti penyediaan layanan dukungan psikologis dan pendidikan kesehatan mental yang lebih intensif.

Calon Jemaah haji lansia agar tetap sehat mental dan Istithaah status kesehatannya dianjurkan untuk memperdalam pendidikan agama dan persiapan spiritualnya, menjaga kesehatan fisik dengan rutin berolah raga sesuai kemampuan, menjaga pola makan sehat, istirahat cukup, melakukan pemeriksaan kesehatan secara berkala, dan sikap mental yang positif serta motivasi untuk tetap dalam kondisi sehat.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan yang diperoleh pada penelitian ini ada korelasi antara kesehatan mental dengan istithaah jamaah haji lansia di Kabupaten Boyolali nilai r sebesar 0,813 dan nilai p sebesar 0,000, artinya terdapat hubungan positif antara kesehatan mental dengan istithaah jamaah haji lansia dengan kekuatan tinggi, dan terdapat hubungan yang signifikan antara kesehatan mental dengan istithaah jamaah haji lansia di Kabupaten Boyolali, kesehatan mental jamaah haji lansia Kabupaten Boyolali sehat mentalnya 98,1%, dan istithaah dengan pendampingan 97,1%. Dinas Kesehatan meningkatkan program-program pelayanan kesehatan haji terutama terkait deteksi dini mandiri kesehatan mental pada calon jamaah yang memiliki risiko tinggi sakit. Pada Calon Jamaah haji menjaga kesehatan mental dengan konseling pra haji.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul Aziz Azari, & Ishana Balaputra. (2023). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Stress Pada Lansia di Kecamatan Suboh Situbondo. *Medical Jurnal of Al-Qodiri*, 8(1), 44–48.
https://doi.org/10.52264/jurnal_stikesalqodiri.v8i1.231
- Agustianti, R., Nussifera, L., Angelianawati, L., dkk. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif Dan Kualitatif*. Makasar: Tohar Media.
- Althaf, N. A. (2022). *Efektivitas Pelayanan Kesehatan dalam Memberikan Kelayakan Berangkat Jamaah Haji Pada Dinas Kesehatan Kota Tangerang Selatan Tahun 2022*. (Skripsi). Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta, Jakarta.
- Anjani, A. D., Aulia, D. L. N., dan Suryanti, S. (2021). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Banyumas: Pena Persada.

- Ardani, T. A., Yusuf, A. Y., dan Irawan, A. R. (2020). *Psikoreligiusitas dalam peningkatan kesehatan mental calon jamaah haji dan umroh di kota Malang*. Paper presented at the Seminar Nasional Psikologi dan Ilmu Humaniora (SENAPIH).
- Ariadi, P. (2019). *Kesehatan mental dalam perspektif Islam*. Syifa'MEDIKA: Jurnal Kedokteran dan Kesehatan, 3(2), 118-127.
- Damayanti, R., Irawan, E., Tania, M., Rahmayati, R., dan Khasanah, U. (2020). *Hubungan Activity Of Daily Living (ADL) Dengan Tingkat Depresi Pada Lansia*. Jurnal Keperawatan BSI, 8(2), 247-255.
- Dewi, K. S. (2012). Buku ajar kesehatan mental. In: LPPMP Universitas Diponegoro.
- Galderisi, S., Heinz, A., Kastrup, M., Beezhold, J., dan Sartorius, N. (2015). *Toward a new definition of mental health*. World psychiatry, 14(2), 231.
- Istiqomah, I. (2021). *Gambaran Pola Penyakit Dan Ketahanan Jamaah Haji Pulau Jawa Dengan Gangguan Mental Memenuhi Istithaah Selama Di Arab Saudi Tahun Haji 1440 H/2019 M*. (Skripsi). Fakultas Kedokteran UIN Syarif Hidayatullah Jakarta, Jakarta.
- Kartikasari, M. N. D., Fitria, Y., Damayanti, F. E., dkk. (2022). *Kesehatan mental: Global Eksekutif Teknologi*.
- Kementerian Agama RI. (2023). *Tuntunan Manasik Haji dan Umroh*. Jakarta: Direktorat Jenderal Penyelenggaraan Haji dan Umroh Kementerian Agama RI.
- Khairiyah, L. (2022). *Penetapan Standar Istitha'ah Kesehatan Calon Jamaah Haji Lansia Perspektif Dinas Kesehatan Kota Salatiga*.
- Khoirudin, M. (2020). *Pengaruh Bimbingan Manasik Haji terhadap Kesiapan Mental Jamaah Haji pada KBIHU Al-Azhar Jakarta Selatan*. Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syarif ...,
- Lestari, A. D. (2021). *Pengawasan Istitha'ah Kesehatan Jemaah Haji Pra Keberangkatan Haji Melalui Siskohatkes Di Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta Tahun 2020*. SUNAN KALIJAGA YOGYAKARTA,
- Mailangkay, C. I. J. L. (2021). *Strategi Pelayanan Dalam Meningkatkan Kesadaran Istitha'ah Kesehatan Jamaah Haji Pada Dinas Kesehatan Kota Tangerang Selatan*. Fakultas Dakwah dan Ilmu Komunikasi Universitas Islam Negeri Syarif ...,
- Peraturan Menteri Agama Nomor 13 Tahun 2021. (2021). *Peraturan Menteri Agama Nomor 13 Tahun 2021 tentang Penyelenggaraan Ibadah Haji Reguler*. Jakarta: Kementrian Agama RI
- Ramadhan, M. (2021). *Metode Penelitian*. Surabaya: Cipta Media Nusantara.
- Rubiyanto, A. (2022). *Faktor-Faktor Yang Memengaruhi Kesehatan Mental Emosional Pada Lansia: Literature Review*. (Skripsi). Universitas Hasanudin, Makasar.
- Sari, T. M., & Muhajarah, K. (2024). *Karakteristik Jemaah Haji dan Peran Dinas Kesehatan Kota Semarang dalam Penguatan Istithaah Kesehatan*. 5(3), 224–232.
- Sarwat, A. (2019). *Ibadah Haji Rukun Islam Kelima*. Jakarta: Rumah Fiqih Publishing.

- Sholichah, N. M., dan Khotimah, K. (2023). *Strategi Pemberian Manasik Kesehatan Haji Dan Tata Caranya*. Multazam: Jurnal Manajemen Haji dan Umrah, 3(2), 1-14.
- Siregar, M. H., Susanti, R., Indriawati, R., dkk. (2022). *Metodologi penelitian kesehatan*. Pidie: Yayasan Penerbit Muhammad Zaini.
- Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D* (kedua ed.). Bandung: ALFABETA.
- Taufik, M. F. (2020). *Penetapan istithaah kesehatan bagi jemaah haji oleh Dinas Kesehatan Kota Malang perspektif masalah mursalah: Studi di Dinas Kesehatan Kota Malang*. Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim,
- Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023. (2023). *Undang-Undang Nomor 17 Tahun 2023 tentang Kesehatan*. Jakarta: DPR RI