



Pemeriksaan Kesehatan dan Peningkatan Pengetahuan tentang Menjaga Kesehatan serta Gizi saat Ibadah Haji dan Umroh

Riskiyah¹, Ermin Rachmawati¹, Larasati Sekar Kinasih¹, Shirley Sanyya Azamy¹, Althof Taqiyyudin¹, Alodia Maulina¹, Salman Rofiuddin¹

¹Program Studi Pendidikan Dokter, Universitas Islam Negeri Maulana Malik Ibrahim Malang, Jln. Locari, Tlelung, Kecamatan Junrejo, Kota Batu, Indonesia, 65151

*Email koresponden: riskiyah@kedokteran.uin-malang.ac.id

ARTICLE INFO

Article history

Received: 18 Aug 2025

Accepted: 14 Oct 2025

Published: 30 Nov 2025

Kata kunci:

Kesehatan;
Penyuluhan Kesehatan;
Haji;
Umrah

Keywords:

Haji;
Health Checkup;
Health Counseling;
Umrah

ABSTRAK

Background: Jemaah haji serta umrah rentan menderita gangguan kesehatan, terutama lansia dengan penyakit kronis seperti hipertensi, diabetes mellitus, dan hiperurisemia. Kegiatan pengabdian ini bertujuan untuk melakukan pemeriksaan kesehatan dan meningkatkan pengetahuan jemaah melalui penyuluhan tentang menjaga kesehatan dan gizi saat ibadah haji dan umrah. **Metode:** Kegiatan dilakukan kepada 54 peserta Majelis Taklim Assalam di Kota Malang melalui pemeriksaan kesehatan, penyuluhan berbasis ceramah, serta evaluasi pretest dan posttest dengan *Wilcoxon rank test*. **Hasil:** Mayoritas peserta adalah lansia (57,4%) dengan pendidikan S1 (55,6%). Hasil pemeriksaan menunjukkan 35,2% peserta mengalami hipertensi tingkat 1, 5,6% kadar gula darah >200 mg/dL, dan 42,6% mengalami hiperurisemia. *Uji Wilcoxon rank test* memperlihatkan peningkatan pengetahuan secara signifikan ($p < 0,05$) sesudah penyuluhan. **Kesimpulan:** Pemeriksaan dan penyuluhan kesehatan efektif sebagai upaya promotif dan preventif untuk mendukung kesehatan jemaah saat menjalankan ibadah haji dan umrah.

ABSTRACT

Background: Hajj and Umrah pilgrims are vulnerable to health disorders, especially the elderly with chronic conditions such as hypertension, diabetes mellitus, and hyperuricemia. This community service aimed to conduct health screening and improve knowledge through health education regarding health and nutrition during the Hajj and Umrah pilgrimages. **Methods:** The activity involved 54 participants from Majelis Taklim Assalam in Malang City through health assessments (blood pressure, blood glucose, and uric acid), lecture-based counseling, and pretest-posttest evaluations. **Results:** Most participants were elderly (57.4%) and university graduates (55.6%). The findings revealed that 35.2% had stage 1 hypertension, 5.6% had blood glucose levels >200 mg/dL, and 42.6% had hyperuricemia. The Wilcoxon rank test showed a significant increase in knowledge ($p < 0.05$) after the health education session. **Conclusion:** Health assessments and counseling are effective strategies to promote and prevent illness, supporting pilgrims in maintaining well-being during Hajj and Umrah.



© 2025 by authors. Lisensi Jurnal Solma, UHAMKA, Jakarta. Artikel ini bersifat open access yang didistribusikan di bawah syarat dan ketentuan Creative Commons Attribution (CC-BY) license.

PENDAHULUAN

Ibadah haji serta umrah tahunan adalah salah satu pertemuan keagamaan terbesar yang diadakan secara berkala di seluruh dunia dan menarik para jemaah lebih dari 185 negara. Musim haji jatuh pada waktu yang ditentukan setiap tahunnya sedangkan musim umrah jatuh sepanjang tahun dan lebih padat pada bulan Ramadhan (bulan puasa). Hukum Haji bagi umat Islam adalah wajib bagi yang sanggup serta sekali seumur hidup sedangkan umrah tidak wajib (Tawfiq et al., 2017). Kedua ibadah ini merupakan ibadah yang berat, membutuhkan biaya yang tidak sedikit serta memerlukan fisik yang kuat karena biasanya jemaah berjalan jauh (rata-rata 5-15km/hari, berpotensi total 63 km selama periode haji) (Idawati, 2017; Alshehri et al., 2021). Aktivitas fisik ini sering melebihi tingkat aktivitas fisik biasa kebanyakan individu (Alshehri et al., 2021). Selain itu, ibadah haji dan umrah ini juga menghadirkan berbagai risiko kesehatan terutama bagi jemaah yang berusia lanjut dan yang mempunyai kondisi medis tertentu serta menderita penyakit degeneratif. Perjalanan haji dan umrah umumnya berlangsung dalam cuaca panas dan lembab dengan kepadatan jemaah yang tinggi. Masalah ini bisa mengakibatkan berbagai kondisi kesehatan misalkan dehidrasi, kelelahan, sengatan panas serta penyakit infeksi. Para jemaah haji dan umrah juga rentan terhadap penyakit menular, penyakit pernafasan dan pencernaan terutama mereka yang memiliki sistem imun yang lemah (Mustaqim, 2024; Yezli et al., 2016).

Penyakit hipertensi dan diabetes mellitus merupakan dua kondisi penyakit kronis dengan prevalensi yang cukup tinggi di kalangan jemaah haji dan umrah sehingga menjadi perhatian serius dalam kesehatan masyarakat di dunia. Penelitian menunjukkan bahwa sekitar 12,2% jemaah haji menderita hipertensi dan sekitar 5,0% menderita diabetes mellitus. Stres fisik dan lingkungan yang dialami para jemaah selain perubahan pola tidur dan nutrisi bisa menyebabkan eksaserbasi penyakit ini apalagi jika jemaah lalai untuk minum obat secara rutin (Yezli et al., 2021). Selain karena penyakit diabetes mellitus, jemaah haji ataupun umrah bisa mengalami disabilitas fisik disebabkan penyakit lain yang berdampak signifikan terhadap sistem gerak tubuh yaitu pengapuran, asam urat maupun stroke yang dapat mengganggu kenyamanan selama menjalankan ibadah (Faizah et al., 2025). Kesehatan yaitu modal ketika bepergian ibadah haji maupun umrah, tanpa keadaan kesehatan yang bagus maka aktivitas ibadah haji ataupun umrah tidak bisa berjalan secara maksimal. Untuk mempertahankan kesehatan, usaha penting yang butuh dilakukan yaitu pemeriksaan kesehatan. Pemeriksaan kesehatan adalah usaha identifikasi status kesehatan sebagai landasan karakteristik, perkiraan serta penentuan metode untuk menyingkirkan faktor risiko kesehatan (Jayanti, 2017).

Calon jemaah haji ataupun umrah diharapkan ketika menjalankan ibadah di Arab Saudi bisa menjalankan ibadah secara baik dengan tetap menjaga kesehatan mereka. Maka perlu dilakukan pendidikan kesehatan kepada jemaah tentang menjaga kesehatan saat ibadah haji atau umrah. Pendidikan kesehatan berupa pemberian edukasi kesehatan merupakan salah satu layanan utama yang bisa diberikan kepada jemaah haji dan umrah dengan tujuan untuk membantu mereka meningkatkan status kesehatannya baik melalui peningkatan pengetahuan, perubahan sikap maupun penyediaan kesempatan untuk membuat keputusan dan mengubah perilaku kesehatan. Pendidikan kesehatan disampaikan dalam berbagai bentuk misalkan ceramah, diskusi, simposium, poster dan media lainnya (Alamri et al., 2018). Edukasi terkait pencegahan penyakit infeksi, khususnya infeksi saluran pernafasan, diare serta *heat stroke* umumnya muncul pada jemaah, sehingga butuh diberikan juga secara komprehensif. Penekanan juga perlu diberikan pada pentingnya menjaga kesehatan diri misalkan membersihkan tangan serta memakai masker, memastikan kecukupan hidrasi serta kemampuan mengenali gejala awal sakit. Pemberian edukasi terkait pola makan sehat dan gizi seimbang selama ibadah haji dan umrah juga menjadi aspek yang penting untuk diperhatikan. Jemaah perlu dibekali pemahaman mengenai pentingnya konsumsi makanan bergizi dalam menunjang sistem imun, serta kemampuan dalam memilah

menu yang sehat serta cocok dengan keadaan kesehatan masing-masing jemaah (Kastella et al., 2025).

Majelis Taklim Assalam merupakan perkumpulan jemaah masjid Assalam Kota Malang yang anggotanya mayoritas adalah lansia dan semua berjenis kelamin perempuan. Tahun 2025 ini, beberapa anggota dari Majelis Taklim Assalam akan melakukan ibadah haji furoda dan mayoritas juga akan melaksanakan ibadah umrah secara mandiri. Selama ini, program edukasi kesehatan haji yang dilaksanakan oleh puskesmas maupun rumah sakit masih terbatas pada jemaah haji reguler sebagai sasaran utama, sedangkan jemaah haji furoda, haji khusus, serta jemaah umrah mandiri relatif belum memperoleh perhatian yang memadai. Sementara itu, kelompok Majelis Taklim Assalam yang mengkoordinir keberangkatan jemaahnya untuk umrah secara mandiri belum pernah menjadi sasaran pemeriksaan dan penyuluhan kesehatan terkait saat ibadah haji ataupun umrah. Hal ini menjadi kesenjangan dalam persiapan kesehatan calon jemaah secara mandiri, terutama lansia perempuan dengan risiko penyakit degeneratif. Maka perlu dilakukan pemeriksaan dan penyuluhan kesehatan kepada majelis taklim ini. Sebagai komunitas keagamaan dengan keterikatan sosial yang kuat, maka Majelis Taklim Assalam menjadi tempat yang ideal untuk menyelenggarakan kegiatan pengabdian masyarakat ini.

Kegiatan pengabdian ini mempunyai kebaruan karena memadukan pemeriksaan kesehatan berbasis *point of care testing* (POCT) disertai penyuluhan terkait menjaga kesehatan dan makanan bergizi pada saat menjalankan ibadah haji dan umrah. Salah satu pematik juga pernah menjadi petugas haji sehingga bisa memberikan gambaran secara nyata kondisi saat melakukan ibadah haji ataupun umrah kepada jemaah. Selain itu, belum banyak laporan pengabdian masyarakat yang secara khusus menargetkan majelis taklim sebagai komunitas religius yang akan melaksanakan ibadah haji ataupun umrah secara mandiri untuk dilakukan pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan, padahal mereka sering menjadi basis keberangkatan ibadah umrah secara mandiri. Tujuan kegiatan pengabdian ini adalah (1) melakukan pemeriksaan kesehatan pada calon jemaah haji dan umrah Majelis Taklim As-Salam, dan (2) meningkatkan pengetahuan mereka melalui penyuluhan kesehatan terkait gizi dan menjaga kesehatan selama ibadah haji ataupun umroh.

MASALAH

Semua calon jemaah haji dan umroh Majelis Taklim Assalam adalah wanita, mayoritas lansia dengan keterbatasan fisik, baru pertama kali akan berangkat ibadah, serta memiliki potensi penyakit kronis degeneratif yang dapat mengganggu kelancaran ibadah. Dari survei pendahuluan didapatkan bahwa jemaah Majelis Taklim Assalam belum pernah mendapatkan edukasi kesehatan mengenai gizi seimbang dan pengelolaan kesehatan saat beribadah haji ataupun umrah. Kurangnya pemeriksaan kesehatan pra-haji ataupun edukasi kesehatan di kelompok majelis taklim menjadikan mereka lebih rentan terhadap komplikasi medis selama pelaksanaan ibadah haji atau umrah.

METODE PELAKSANAAN

Kegiatan pengabdian ini dilaksanakan di Masjid Assalam Jl. Bend. Riam Kanan No.13, Sumbersari, Kec. Lowokwaru, Kota Malang pada Tanggal 23 April 2025 dari pukul 07.00-11.30 WIB. Sasaran peserta pengabdian ini adalah jemaah Majelis Taklim Assalam yang bersedia hadir dan ikut kegiatan ini. Jumlah peserta yang hadir berjumlah 54 orang dan semuanya berjenis kelamin perempuan. Penyuluhan tentang menjaga kesehatan dan gizi selama haji dan umrah kepada peserta dilakukan menggunakan metode ceramah disertai diskusi interaktif dengan media berupa power point. Pemeriksaan kesehatan mencakup pemeriksaan tekanan darah menggunakan alat tensimeter, pemeriksaan gula darah serta asam urat memakai alat POCT (*Point of Care Testing*). Selain itu, desain kegiatan pengabdian ini menggunakan *community service* dengan rancangan

pretest-posttest design. Seluruh peserta yang hadir sejumlah 54 orang dijadikan responden sehingga pengambilan *sample* pada kegiatan ini menggunakan teknik *total sampling*. Setiap peserta diminta mengisi kuesioner *pretest* sebelum kegiatan penyuluhan kemudian setelah penyuluhan mereka kembali diminta mengisi kuesioner *posttest* untuk mengevaluasi adanya peningkatan pengetahuan atau tidak setelah penyuluhan. Kuesioner yang digunakan terdiri dari 10 soal untuk setiap topik dengan pilihan jawaban benar atau salah. Instrumen tersebut telah dilakukan uji validitas dan reabilitas. Sebelum dilakukan pemeriksaan kesehatan dan pengisian kuesioner *pretest* dan *posttest*, seluruh peserta di jelaskan maksud kegiatan pengabdian ini dan diminta mengisi lembar *informed consent* terkait kesediaan untuk dilakukan pemeriksaan kesehatan dan mengisi kuesioner. Data hasil *pretest* dan *posttest* akan dianalisis menggunakan uji *paired t-test*. Sebelum dilakukan uji *paired t-test*, data terlebih dahulu di uji normalitasnya dengan Shapiro-Wilk. Apabila hasil uji menunjukkan bahwa data tidak terdistribusi normal, maka prasyarat penggunaan uji *paired t-test* tidak terpenuhi sehingga analisis dilanjutkan dengan uji alternatif yaitu *Wilcoxon rank test*. Nilai signifikansi ditetapkan pada $p < 0,05$ sehingga apabila diperoleh hasil lebih kecil dari nilai tersebut maka hipotesis penelitian dinyatakan diterima. Berikut beberapa tahapan dari kegiatan pengabdian ini:

Tahap persiapan

- Melaksanakan koordinasi dengan koordinator serta ketua dari Majelis Taklim Assalam terkait pelaksanaan kegiatan serta sarana maupun prasarana apa saja yang dibutuhkan dan perlu untuk disiapkan yang dilakukan H-3 acara
- Menyiapkan alat dan bahan pemeriksaan meliputi stetoskop, tensimeter, POCT, alkohol swab, *blood lancet*, *gluco stick* dan asam urat stik
- Menyiapkan daftar hadir, kertas hasil pemeriksaan kesehatan, lembar *informed consent*, lembar *pretest* maupun *post test*

Tahap pelaksanaan

- Peserta melakukan pendaftaran
- Mengisi *informed consent* dan data pribadi dilanjutkan melakukan pemeriksaan kesehatan berupa tensi, gula darah serta asam urat yang dikerjakan oleh mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter (PSPD) angkatan 2023
- Mengerjakan *pre test* secara bersama-sama kurang lebih selama 20 menit
- Pembukaan dan penyampaian materi. Materi pertama berisi menjaga kesehatan selama ibadah haji dan umrah yang berisi tips menjaga kesehatan saat haji dan umrah, masalah terkait kondisi kesehatan yang akan dialami jemaah haji dan umrah termasuk cara mengatasinya, menjaga kebugaran, PHBS meliputi cuci tangan, menggunakan APD. Selanjutnya materi kedua yaitu tentang gizi selama ibadah haji dan umrah yang berisi tentang tips untuk memenuhi gizi seimbang selama ibadah haji dan umrah. Pemberian materi masing-masing selama 45 menit kemudian dilanjutkan dengan tanya jawab, dilanjutkan dengan mengerjakan soal *post test*, penutupan, dan evaluasi hasil *pretest* dan *post test*.



Gambar 1. Pemeriksaan Tensi



Gambar 2. Pemeriksaan POCT



Gambar 3. Mengerjakan Soal Pretest



Gambar 4. Pemberian Materi Pertama



Gambar 5. Pemberian Materi Kedua



Gambar 6. Peserta, Narasumber dan tim mahasiswa

HASIL DAN PEMBAHASAN

Kegiatan penyuluhan ini dihadiri oleh 54 peserta Majelis Taklim Assalam. Berikut ini data sosiodemografi peserta yang terdiri dari usia, pendidikan, pekerjaan. Sebagian besar responden adalah lansia berjumlah 31 orang (57.4%) ([Tabel 1](#)). Kehadiran banyak jemaah haji yang berusia diatas 60 tahun saat ibadah haji ataupun umrah meningkatkan risiko terkena penyakit saluran pernapasan (ISPA). Selain itu risiko tertular penyakit infeksi pernafasan ini bisa semakin meningkat akibat kondisi kelelahan fisik, terganggunya tidur dan perbedaan suhu yang dialami oleh jemaah ([Cakmak & Inkaya, 2022](#)). Selain itu, makin berusia lanjut serta mempunyai riwayat penyakit komorbid maka para jemaah haji atau umrah ini semakin rentan dan berisiko tinggi terhadap kesehatannya karena keadaan tubuh para lansia dengan aktivitas fisik yang berat saat ibadah haji ataupun umrah dapat memperburuk penyakit yang diderita hingga bisa meninggal dunia ([Widodo et al., 2024](#)). Oleh karena itu, penting bagi calon jemaah haji ataupun umrah memiliki pengetahuan terkait bagaimana menjaga kesehatan saat ibadah haji atau umrah.

Tabel 1. Data Sociodemografi Peserta Majelis Taklim Assalam

Variabel	Total	
	n	%
Usia		
Dewasa	23	42.6
Lansia	31	57.4
Pendidikan		
SD	1	1.8
SMP	1	1.8
SMA	17	31.5
Diploma	3	5.6
S1	30	55.6
S2	2	3.7
Pekerjaan		
Tidak bekerja	45	83.3
Bekerja	9	16.7

Responden Majelis Ta'lim Assalam mayoritas berpendidikan tinggi (S1) sebanyak 30 orang (55.6%). Semakin meningkat pendidikan formal seseorang maka makin besar pengetahuan yang mereka punya tentang kesehatan. Mereka juga akan lebih memahami kesehatan dan tahu menjaga kesehatan termasuk menerapkan gaya hidup sehat (Febryani et al., 2021). Berbeda dengan seseorang yang mempunyai pendidikan rendah maka akan mempunyai pengetahuan sedikit dibandingkan dengan orang yang berpendidikan tinggi. Pendidikan yang kurang bisa menimbulkan kurangnya pengetahuan serta kesadaran kesehatan terkait tentang cara menjalani gaya hidup sehat (Riskiyah et al., 2024).

Sebagian besar responden tidak bekerja sebanyak 45 orang (83.3%). Mayoritas majelis Ta'lim Assalam adalah para ibu rumah tangga. Aktivitas yang dikerjakan ibu rumah tangga membuat mereka tidak ada waktu untuk melakukan olahraga sehingga meningkatkan risiko hipertensi dan obesitas. Selain itu saat ibu rumah tangga mengerjakan lebih banyak pekerjaan rumah tangga, mereka butuh persiapan fisik dan mental. Stres serta beban harian yang berat bisa menaikkan tekanan darah seseorang (Riskiyah et al., 2024). Padahal saat melakukan ibadah haji atau umrah, jemaah membutuhkan fisik yang kuat untuk menjalankan serangkaian ibadah haji dan umrah.

Perolehan pemeriksaan tekanan darah pada responden dibagi menjadi 5 kategori yaitu normal, prahipertensi, hipertensi tingkat 1, 2 dan 3.

Tabel 2. Pengukuran Tekanan Darah

Klasifikasi	Total	
	n	%
Normal	13	24.1
Prahipertensi	16	29.6
Hipertensi tingkat 1	19	35.2
Hipertensi tingkat 2	4	7.4
Hipertensi tingkat 3	2	3.7

Mayoritas responden Majelis Ta'lim Assalam menderita hipertensi sebanyak 25 orang (Tabel 2). Penyakit yang bersifat degeneratif, metabolik dan kronis tetap menjadi masalah yang dihadapi oleh jemaah haji, khususnya mereka yang berusia lanjut. Setiap tahun sebagian besar calon jemaah haji terdiagnosis mengalami tekanan darah tinggi. Pada jemaah haji Embarkasi

Makassar tahun 2017 penderita hipertensi sebanyak 3.942 orang (28,2%) (Magfirah, 2020). Penelitian oleh Yezli et al. (2021) didapatkan bahwa prevalensi hipertensi jemaah haji internasional sekitar 12,2%. Tahun 2017 dilaporkan 49% jemaah haji yang meninggal dikarenakan penyakit kardiovaskuler. Mayoritas jemaah yang meninggal karena penyakit ini berusia lebih dari 60 tahun dan sebagian besar mempunyai faktor risiko kardiovaskuler misalkan hipertensi sebesar 53.4% dan obesitas sebanyak 37.3% (Pratiwi & Helda, 2024). Jemaah yang menderita penyakit hipertensi harus rutin periksa ke dokter, minum obat rutin, cukup dalam istirahat sekitar 6-8 jam serta membatasi makanan asin, menghindari stres dan perbanyak makan sayur dan buah (Mardiah et al., 2021). Pemeriksaan gula darah sewaktu (GDS) responden dibagi menjadi 2 kategori yaitu GDS <200 dan >200 mg/dL. Berikut ini hasil dari pemeriksaan gula darah sewaktu disajikan pada tabel ini.

Tabel 3. Pemeriksaan GDS

Kadar GDS	Total	
	n	%
<200 mg/dL	51	94.4
>200 mg/dL	3	5.6

Mayoritas responden mempunyai GDS dibawah 200mg/dL sejumlah 51 orang (94.4%), akan tetapi yang mempunyai GDS >200 mg/dL sebanyak 3 orang (5.6%) (Tabel 3). Pemeriksaan gula darah sewaktu adalah uji kadar glukosa yang bisa dikerjakan kapan saja tanpa harus puasa terlebih dahulu. Tes ini umumnya dipakai sebagai tes skrining untuk penyakit diabetes mellitus (Alydrus & Fauzan, 2022). Masih adanya responden yang GDS >200 mg/dL menandakan hiperglikemia. Kematian jemaah haji di Arab Saudi dalam empat tahun terakhir yaitu tahun 2014-2018 karena penyakit kardiovaskuler sebesar 45% dengan diagnosa penyebabnya yaitu hipertensi (22,89%) serta diabetes mellitus (13,25%). Diabetes mellitus adalah penyakit tidak menular yang mana pankreas tidak bisa memproduksi insulin secara maksimal. Diabetes banyak diderita oleh masyarakat serta menjadi persoalan kesehatan masyarakat yang mendunia (Huda et al., 2022). Oleh karena itu jemaah majelis Ta'lim harus terus menjaga kesehatan mereka agar terhindar dari penyakit ini dengan rajin berolahraga dan menghindari makan makanan yang manis-manis serta yang kadar gula darahnya tinggi bisa menurunkan kadar gulanya hingga normal.

Hasil pemeriksaan responden terkait asam urat dibagi menjadi dua kategori yaitu normal dan hiperuricemia. Berikut hasil pemeriksaan asam urat responden.

Tabel 4. Pemeriksaan Asam Urat

Kadar Asam Urat	Total	
	n	%
Normal	31	57.4
Hiperuricemia	23	42.6

Dari tabel 4 diperoleh kebanyakan responden tidak memiliki asam urat karena kadar asam uratnya normal sebanyak 31 orang (57.4%), namun masih ada 23 orang yang hiperuricemia yaitu sebanyak 23 orang (42.6%). Hiperuricemia adalah fase awal dari artritis gout yang ditunjukkan dengan kadar asam urat >6,8 mg/dL. Selain dapat berkembang menjadi artritis gout, hiperuricemia juga sering dihubungkan dengan risiko timbulnya penyakit kardiovaskuler dampak dari keadaan penyakit komorbid misalkan hipertensi, sindrom metabolik serta penyakit ginjal. Untuk menurunkan hiperurisemia, seseorang perlu memodifikasi gaya hidup dengan menjaga berat badan, mengurangi konsumsi tinggi purin serta mengerjakan aktivitas fisik secara rutin (Chris et

al., 2025). Dalam temuan hasil pemeriksaan kesehatan diatas, masih adanya jemaah Majelis Taklim Assalam yang merupakan calon jemaah haji dan umrah mandiri yang menderita hipertensi, diabetes dan hiperurisemia sehingga perlu skrining medis pra haji dan umrah yang lebih komprehensif kepada mereka.

Evaluasi Pemberian edukasi terkait materi pertama yaitu menjaga kesehatan saat ibadah haji dan umrah dan materi kedua tentang gizi saat ibadah haji dan umrah dilakukan dengan cara pemberian kuesioner *pretest* maupun *post test* serta hasilnya diuji memakai uji parametrik *paired t-test*. Akan tetapi saat dilakukan uji *paired t-test* didapatkan data tidak terdistribusi normal, sehingga dilakukan uji nonparametrik *Wilcoxon rank test* untuk mengukur efek penyuluhan sebelum dan sesudah terhadap pengetahuan jemaah.

Tabel 5. Uji *Wilcoxon Rank Test*

Variabel	Mean	Standard Deviasi	p-value
pre1 - post1	82.4074	15.28783	.001*
(Materi 1)	90.5556	8.10699	
pre2 - post2	80.1852	13.10203	.000*
(Materi 2)	90.5556	8.10699	

* $p < 0,05$

Dari hasil *mean pretest* dan *post test* materi 1 dan 2 terdapat peningkatan pengetahuan para jemaah Majelis Taklim, selain itu ditemukan perbedaan signifikan pada hasil pre serta post test baik materi 1 dan materi 2 dengan nilai $p=0,001$ dan $0,000$ dimana $p < 0,05$, maka bisa ditarik kesimpulan pemberian penyuluhan berhubungan dengan tingkat pengetahuan dimana penyuluhan dengan ceramah berasosiasi dengan peningkatan pengetahuan mengenai materi 1 dan materi 2. Penelitian ini berkorelasi dengan penelitian Karini et al (2022) bahwa pemberian penyuluhan kesehatan memberi pengaruh peningkatan pengetahuan kepada responden. Penyuluhan kesehatan merupakan sarana untuk menyampaikan informasi kesehatan agar mudah dipahami guna mendorong perilaku hidup sehat. Kegiatan ini dapat diterapkan di berbagai kelompok masyarakat untuk menciptakan lingkungan dan keluarga yang sehat. Edukasi kesehatan bertujuan mendorong berubahnya perilaku individu, keluarga, dan masyarakat agar mampu menerapkan pola hidup sehat secara fisik, mental, sosial, serta mengurangi angka kesakitan serta kematian (Amir et al., 2024). Peningkatan pengetahuan melalui penyuluhan dapat membantu jemaah mengenali gejala awal penyakit dan mengatur pola makan serta aktifitas fisik sebagai bagian dari persiapan fisik dan mental jemaah sebelum melaksanakan ibadah haji atau umrah mandiri. Model kegiatan ini dapat diterapkan pada kelompok majelis taklim lain, dengan penyesuaian materi sesuai karakteristik dan kebutuhan dari jemaah. Kegiatan ini memiliki kekhasan karena dilakukan di komunitas religius yaitu Majelis Taklim Assalam yang sebagian besar anggotanya adalah lansia dan perempuan yang merupakan calon jemaah haji /umrah mandiri. Dengan demikian, efektifitas penyuluhan pada majelis taklim ini menunjukkan potensi yang unik yaitu adanya ikatan sosial serta religius yang kuat sehingga materi lebih mudah diterima dan dipraktikkan bersama.

KESIMPULAN

Pada pemeriksaan kesehatan pada Majelis Taklim Assalam didapatkan mayoritas jemaah menderita hipertensi tingkat 1, ada beberapa juga jemaah yang menderita hiperuricemia dan kadar gulanya $>200\text{mg/dL}$. Pemeriksaan kesehatan ini penting untuk skrining kesehatan bagi jemaah majelis Ta'lim agar dapat menjaga kesehatannya sebelum melakukan ibadah haji ataupun umrah. Selain itu pemberian penyuluhan kesehatan tentang menjaga kesehatan dan gizi saat

ibadah haji maupun umrah berhubungan dengan peningkatan pengetahuan para jemaah. Kedepan disarankan kegiatan serupa dilakukan secara berkala ditambah dengan pemeriksaan kadar kolesterol dan tes kebugaran. Kegiatan ini memberikan dampak praktis bagi calon jemaah yakni membantu deteksi dini risiko kesehatan dan meningkatkan kesiapan fisik mereka sebelum berangkat haji maupun umrah. Bagi tenaga kesehatan, kegiatan ini bisa menjadi model untuk intervensi berbasis komunitas khususnya pada majelis taklim yang efektif untuk deteksi dini penyakit kronis. Hasil pengabdian ini juga dapat membuka peluang untuk melakukan penelitian lanjutan terkait membandingkan efektifitas pemeriksaan kesehatan dan penyuluhan kesehatan antara kelompok majelis taklim dengan kelompok KBIH serta sebagai strategi promotif maupun preventif untuk mendukung kesehatan jemaah menjelang ibadah haji atau umrah.

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih untuk segenap pengurus serta anggota Majelis Taklim Assalam Kota Malang yang telah berpartisipasi aktif dalam kegiatan pemeriksaan dan edukasi Kesehatan ini. Terima kasih juga kepada para mahasiswa PSPD UIN Malang Angkatan 2023 yang telah membantu dalam pelaksanaan ini secara profesional dan penuh dedikasi. Semoga kegiatan ini memberikan manfaat berkelanjutan bagi seluruh pihak yang terlibat.

DAFTAR PUSTAKA

- Alamri, F. A., Amer, S. A., & Alhraiwil, N. J. (2018). Knowledge and Practice after Health Education Program among Hajj 1438 H (2017) Pilgrims, in Saudi Arabia. *Journal of Epidemiology & Health Care*, 1(1), 1–7. <https://www.avensonline.org/wp-content/uploads/JEHC-01-0003.pdf>
- Alshehri, M. A., Alzaidi, J., Alasmari, S., Alfaqeh, A., Arif, M., Alotaiby, S. F., & Alzahrani, H. (2021). The Prevalence and Factors Associated with Musculoskeletal Pain among Pilgrims during The Hajj. *Journal of Pain Research*, 14, 369–380. <https://doi.org/10.2147/JPR.S293338>
- Alydrus, N. L., & Fauzan, A. (2022). Pemeriksaan Interpretasi Hasil Gula Darah. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Teknologi Kesehatan LPPM Universitas Megarezky*, 3(2), 16–21. <https://jurnal.unimerz.ac.id/index.php/JPMTK/article/view/39>
- Amir, E. E. S., Patonengan, G. S., Sarman, Mokoagow, S. T. A., Masuara, R., & Daun, N. B. Y. (2024). Penyuluhan Kesehatan untuk Meningkatkan Pengetahuan dan Sikap Remaja Terhadap Penyakit Menular Seksual di SMK N 1 Kotamobagu. *Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat Nusantara (JPkMN)*, 5(3), 3794–3803. <http://doi.org/10.55338/jpkmn.v5i3.3511>
- Cakmak, B., & Inkaya, B. (2022). Examining the Awareness of Turkish Pilgrims on Protection from Respiratory Tract Infections Before the Hajj Visit: A Descriptive Study. *European Journal of Geriatrics and Gerontology*, 4(2), 85–90. <https://doi.org/10.4274/ejgg.galenos.2022.2021-5-3>
- Chris, A., Saputera, M. D., & Lina. (2025). Edukasi hiperurisemia bagi jemaat GKI Terate di Jakarta Barat. *SELAPARANG: Jurnal Pengabdian Masyarakat Berkemajuan*, 9(3), 1181–1189. <https://doi.org/10.31764/jpmb.v9i3.30436>
- Faizah, A., Muhajarah, K., Affandi, Y., Anasom, Rozaq, A., & Sattar, A. (2025). Manajemen Strategi Pelayanan SERVQUAL Ibadah Umrah pada Jemaah Disabilitas Fisik PT. Harum Bina Wisata, Indramayu. *Kamaya: Jurnal Ilmu Agama*, 8(2), 135–150. <https://doi.org/10.37329/kamaya.v8i2.4145>
- Febryani, D., Rosalina, E. S., & Susilo, W. H. S. (2021). Hubungan antara Pengetahuan, Usia, Tingkat Pendidikan dan Pendapatan Kepala keluarga dengan Perilaku Hidup Bersih dan Sehat Pada Tatanan Rumah Tangga di Kecamatan Kalideres Jakarta Barat. *Carolus Journal of Nursing*, 3(2), 170–180. <https://doi.org/10.37480/cjon.v3i2.74>

- Huda, M., Bustan, M. N., & Gobel, F. A. (2022). Diabetes Melitus dan Hiperkolesterol sebagai Faktor Kematian Jemaah Haji pada Embarkasi Sultan Hasanuddin Makassar. *Journal of Muslim Community Health (JMCH)* 2022, 3(3), 155–161. <https://doi.org/10.52103/jmch.v3i3.997>
- Idawati. (2017). Persoalan-Persoalan Kontemporer yang Terjadi dalam Pelaksanaan Ibadah Haji. *Jurnal Warta*, 51, 1–7. <https://doi.org/10.46576/wdw.v0i51.242>
- Jayanti, K. D. (2017). Pelaksanaan Sistem Surveilans Kesehatan Haji di Dinas Kesehatan Kota Surabaya. *Jurnal IKESMA*, 13(2), 103–116. <https://doi.org/10.19184/ikesma.v13i2.7031>
- Karini, T. A., Syahrir, S., Rezki W, S. S., Lestari, N. K., Mardiah, A., Nuriyah, I., Jannah, M., Nur, S. A., Baharuddin, N. A., Ariyani, F., & Ayudia, I. (2022). Penyuluhan sebagai Upaya Peningkatan Pengetahuan Masyarakat tentang Hipertensi. *Sociality: Journal of Public Health Service*, 1(1), 72–79. <https://journal.uinalauddin.ac.id/index.php/sjphs/index.html>
- Kastella, F., Nurlina, W. O., Kombong, R., Masri, L., & Rohmah, K. (2025). Bimbingan Kesehatan untuk Pencegahan dan Pengendalian Penyakit selama Berhaji pada Calon Jemaah Haji Kecamatan Nusaniwe Kota Ambon. *Idea Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 267–273. <https://doi.org/https://doi.org/10.53690/ipm.v5i02.402>
- Magfirah, N. (2020). Analisis Faktor Risiko Hipertensi pada Jemaah Haji Embarkasi Makassar Tahun 1439 H/2018 M. *Jurnal Forum Kesehatan: Media Publikasi Kesehatan Ilmiah*, 10(1), 24–27. <https://poltekkes-palangkaraya.ac.id/e-journal-sub/jfk/article/view/142/>
- Mardiah, A. G., Sahabuddin, L., & Putri, A. D. E. (2021). Profil Penderita Tekanan Darah Tinggi pada Jamaah Calon Haji di Kota Palu Tahun 2017-2020. *MEDIKA ALKHAIRAAT: Jurnal Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan*, 3(1), 34–44. <https://doi.org/10.31970/ma.v3i1.71>
- Mustaqim, D. Al. (2024). Improving Health Management for Hajj and Umrah Pilgrims in Indonesia: Implementation of Minister of Religious Affairs Decree No. 1456/2022. *Multazam: Jurnal Management Haji Dan Umrah*, 4(2), 172–183. <https://doi.org/10.32332/multazam.v4i2.9362>
- Pratiwi, E. D., & Helda. (2024). Faktor Risiko Hipertensi Jamaah Haji DKI Jakarta Tahun 2024, Studi Potong Lintang. *PREPOTIF: Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 8(3), 5505–5514. <https://doi.org/10.31004/prepotif.v8i3.36236>
- Riskiyah, Rachmawati, E., & Aisa Nur, A. (2024). The Association Between Knowledge of Hypertension and Compliance with Antihypertensive Medication on Prospective Hajj Pilgrims. *Jurnal Ilmiah Kedokteran Wijaya Kusuma*, 13(2), 143–152. <https://doi.org/10.30742/jikw.v13i>
- Tawfiq, J. A. Al., Gautret, P., & Memish, Z. A. (2017). Expected Immunizations and Health Protection for Hajj and Umrah 2018 — An overview. In *Travel Medicine and Infectious Disease* (Vol. 19, pp. 2–7). Elsevier USA. <https://doi.org/10.1016/j.tmaid.2017.10.005>
- Widodo, G., Hendarsih, E., Ornadi, A. B., Hakiki, N., & Dyah, S. (2024). Analisis Faktor Risiko Kematian Jemaah Haji Embarkasi Surabaya Tahun 2023. *CoMPHI Journal: Community Medicine and Public Health of Indonesia Journal*, 5(1), 25–31. <https://comphi.sinergis.org/comphi/article/view/215>
- Yezli, S., Assiri, A. M., Alhakeem, R. F., Turkistani, A. M., & Alotaibi, B. (2016). Meningococcal Disease during The Hajj and Umrah Mass Gatherings. *International Journal of Infectious Diseases*, 47, 60–64. <https://doi.org/10.1016/j.ijid.2016.04.007>
- Yezli, S., Mushi, A., Almuzaini, Y., Balkhi, B., Yassin, Y., & Khan, A. (2021). Prevalence of Diabetes and Hypertension among Hajj Pilgrims: A Systematic Review. In *International Journal of Environmental Research and Public Health* (Vol. 18, Issue 3, pp. 1–16). MDPI AG. <https://doi.org/10.3390/ijerph1803115>

