

Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Pada Calon Jemaah Haji dan Umrah Lansia Terhadap Pencegahan Dehidrasi

Firda Amalia,* Pritha Maya Savitri,
Diana Agustini P,*** Melly Kristanti******

**Program Studi Kedokteran Sarjana,
Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta*

***Departemen Ilmu Kesehatan Matra,
Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta*

****Departemen Anatomi,
Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta*

*****Departemen Ilmu Kesehatan Masyarakat,
Fakultas Kedokteran, Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta*

Abstrak

Pendahuluan: Ibadah haji maupun umrah merupakan ibadah umat Islam yang dilakukan di Arab Saudi. Pelaksanaannya pada musim panas dengan suhu dapat mencapai lebih dari 40°C sehingga berisiko menimbulkan dehidrasi, khususnya pada kelompok lansia. Dehidrasi pada lansia dapat menimbulkan komplikasi serius bahkan kematian. Pencegahan dehidrasi dapat dilakukan melalui pengetahuan dan sikap yang baik dalam pemenuhan asupan cairan.

Metode: Penelitian ini merupakan studi analitik observasional dengan desain potong lintang. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling, melibatkan 50 responden lansia calon jemaah haji dan umrah. Penelitian dilaksanakan pada bulan Februari–Desember 2023 di Biro Umrah dan Haji NRA, Jakarta Selatan. Data dianalisis menggunakan uji chi-square untuk menilai hubungan antara pengetahuan dan sikap terhadap pencegahan dehidrasi.

Hasil: Mayoritas responden memiliki pengetahuan baik (62%) dan sikap cukup (56%), dengan karakteristik terbanyak perempuan usia 60–65 tahun. Analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan bermakna antara pengetahuan dengan sikap calon jemaah haji dan umrah lansia terhadap pencegahan dehidrasi ($p = 0,035$).

Kesimpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan sikap pada calon jemaah haji dan umrah lansia dalam pencegahan dehidrasi.

Kata kunci: Dehidrasi, Pengetahuan, Sikap, Lansia

The Relationship Between Knowledge and Attitude of Elderly Hajj and Umrah Pilgrims Toward Dehydration Prevention

Firda Amalia, * Pritha Maya Savitri, **
Diana Agustini P, *** Melly Kristanti ****

*Faculty of Medicine, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta

**Matra Health Science Department, Faculty of Medicine, Universitas
Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta

***Anatomy Department, Faculty of Medicine, Universitas Pembangunan
Nasional "Veteran" Jakarta

****Public Health Science Department, Faculty of Medicine, Universitas
Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta

Abstract

Introduction: Hajj and Umrah are Islamic pilgrimages performed in Saudi Arabia, often taking place during the summer season when temperatures may exceed 40°C. Such extreme conditions increase the risk of dehydration, especially among the elderly. Dehydration in older adults can lead to severe complications, even death. Preventive measures can be achieved through adequate knowledge and positive attitudes toward fluid intake.

Methods: This was an observational analytic study with a cross-sectional design. Respondents were selected using purposive sampling, consisting of 50 elderly Hajj and Umrah pilgrims. The study was conducted from February to December 2023 at the NRA Hajj and Umrah Bureau, South Jakarta. Data were analyzed using the chi-square test to assess the relationship between knowledge and attitudes toward dehydration prevention.

Results: The majority of respondents had good knowledge (62%) and moderate attitudes (56%), with most being female aged 60–65 years. Bivariate analysis showed a significant relationship between knowledge and attitudes of elderly Hajj and Umrah pilgrims toward dehydration prevention ($p = 0.035$).

Conclusion: There is a significant relationship between knowledge and attitudes of elderly Hajj and Umrah pilgrims toward dehydration prevention.

Keywords: Dehydration, Knowledge, Attitude, Elderly

Pendahuluan

Haji dan Umrah merupakan suatu ibadah yang dapat dikatakan sebagai ibadah yang wajib ditunaikan bagi umat Islam yang berakal serta mampu baik secara fisik maupun materi. Setiap tahunnya jumlah calon jemaah haji maupun umrah lansia di Indonesia selalu meningkat.¹ Dalam pelaksanaan haji maupun umrah diperlukan fisik yang baik, karena kegiatan beribadah berupa aktivitas fisik yang dilakukan mencapai 70% dari keseluruhan kegiatan yang dilakukan. Perlu diperhatikan bahwa ibadah haji dilaksanakan pada musim panas yang kondisi lingkungannya berbeda dengan Indonesia. Hal tersebut akan meningkatkan risiko terjadi penurunan fungsi anggota tubuh pada jemaah haji. Walaupun ibadah umrah dapat dilaksanakan selain pada bulan

Zulhijah atau cuaca yang dingin, juga akan berdampak kurang baik kepada jemaah yang sedang menunaikan ibadah umrah.² Tingginya suhu di Arab Saudi membuat para jemaah lansia terpapar panas yang ekstrem dan perlunya memperhatikan asupan cairan.

Manusia memerlukan beberapa zat gizi untuk mencapai kesehatan tubuh yang optimal, salah satu zat yang terpenting adalah air. Umumnya rasa haus akan muncul jika kurangnya konsumsi cairan pada seseorang, jika dibiarkan akan menyebabkan terjadinya dehidrasi.³

Dehidrasi merupakan kondisi turunnya cairan tubuh total yang berkaitan dengan hilangnya cairan pada tubuh, kurangnya asupan cairan maupun gabungan dari keduanya. Lansia merupakan kelompok usia yang rentan akan terjadinya dehidrasi yang dise-

babkan oleh turunnya kadar air pada tubuh lansia karena semakin tua seseorang maka organ tubuhnya akan mengalami penuaan. Terdapat beberapa perubahan yang terjadi pada tubuh lansia, seperti komposisi lemak yang meningkat, fungsi ginjal yang menurun serta turunnya rasa haus pada lansia. Hal tersebut dapat menyebabkan kurangnya cadangan air pada tubuh lansia.⁴

Secara global, populasi lansia atau orang yang berusia 60 tahun ke atas mengalami peningkatan yang cepat dibandingkan dengan semua kategori usia lainnya. Diperkirakan tahun 2050, total lansia di Indonesia mencapai 61,7 juta jiwa atau sekitar 19,2% dari total populasi Indonesia.⁵ Pada tahun 2015, *World Health Organization* (WHO) secara resmi merevisi standar usia. Seseorang masuk ke dalam kategori muda jika belum mencapai usia 44 tahun. Menurut klasifikasi usia baru, usia muda (*young age*) adalah 25-44 tahun, usia pertengahan (*middle age*) adalah 44-60 tahun, usia lanjut (*elderly*) adalah 60-75 tahun, usia senil (*senile*) adalah 75-90 tahun, dan orang yang hidup lebih panjang (*long-livers*) adalah setelah 90 tahun.⁶

Menurut data yang diperoleh Kementerian Agama Republik Indonesia pada pelaksanaan haji 1444H/2023M Indonesia memberangkatkan lebih dari 60 ribu jemaah haji lansia.⁷ Serta jumlah kejadian dehidrasi di Arab Saudi pada tahun 2022 mencapai 93 jemaah haji Indonesia. Melihat tingginya angka jemaah haji maupun umrah serta kejadian dehidrasi setiap tahun, menunjukkan bahwa masih kurangnya pengetahuan yang dimiliki oleh jemaah haji maupun umrah. Penyelenggara ibadah haji perlu melakukan upaya untuk meningkatkan pembinaan kesehatan, menjaga kondisi para jemaah untuk mengendalikan faktor risiko kesehatan yang dapat terjadi dalam melaksanakan ibadah haji ataupun umrah.²

Rentannya calon jemaah haji maupun umrah lansia untuk terkena dehidrasi dapat dihindari dengan melakukan beberapa pencegahan, seperti: konsumsi air sesuai kebutuhan tubuh, hindari aktivitas yang terpapar cahaya matahari langsung, melakukan penyesuaian saat berada di Indonesia akan suhu panas.⁸

Pengetahuan memengaruhi sikap dari seseorang, dalam suatu penelitian didapatkan bahwa terdapat hubungan positif antara pengetahuan dengan sikap, maka jika tingkat pengetahuan yang dimiliki seseorang tinggi, tingkat kedisiplinan orang tersebut juga tinggi. Seseorang dengan pengetahuan yang tinggi berarti dapat mengetahui, memahami secara komprehensif, mengimplementasikan pence-

gahan dehidrasi.⁹

Terdapat beberapa tingkatan pada pengetahuan yang tidak hanya dapat diperoleh dalam lingkup formal, juga dapat melalui non formal seperti pengalaman. Pengetahuan yang dimiliki oleh individu dapat tampak dan ditafsirkan menggunakan skala, yaitu: Baik dengan persentase ≥ 76 -100%, Cukup dengan persentase 56-75%, Kurang dengan persentase ≤ 55 %.¹⁰

Sikap merupakan suatu hal yang dapat muncul berupa reaksi akan stimulus tertentu. Sikap bukanlah hal yang dapat diamati secara langsung, melainkan dapat diperkirakan dari perilaku yang telah terjadi sebelumnya. Sikap mencerminkan makna dari respons yang sesuai terhadap suatu stimulasi, jika dalam konteks kehidupan sehari-hari juga melibatkan respons emosional terhadap sosial. Terdapat 4 tingkatan pada sikap, yaitu menerima, memberikan suatu respons, menghargai, serta bertanggung jawab akan sikap yang dimilikinya.⁹

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Kusuma (2016) didapatkan total 46% dari lansia memiliki tingkat pengetahuan yang baik. Serta pada penelitian tersebut juga didapatkan 58% terhidrasi dengan baik dan terdapat 42% yang dehidrasi berdasarkan warna urin. Hal tersebut dapat disebabkan masih kurangnya pengetahuan yang dimiliki oleh para lansia yang berhubungan dengan sedikitnya subjek yang bersikap baik.¹¹

Penelitian ini dilaksanakan dengan tujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan sikap calon jemaah haji dan umrah terhadap pencegahan dehidrasi yang menggunakan jasa agen perjalanan di Jakarta Selatan tahun 2023.

Metode

Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian analitik observasional dengan desain studi *cross-sectional*. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pengetahuan serta sikap dari calon jemaah haji dan umrah lansia di Jakarta Selatan tahun 2023. Populasi penelitian ini adalah seluruh calon jemaah haji dan umrah lansia yang menggunakan jasa agen perjalanan di Jakarta Selatan tahun 2023. Jumlah sampel sebanyak 50 responden diperoleh berdasarkan ketersediaan dan aksesibilitas selama periode penelitian dengan teknik *purposive sampling*. Meskipun tidak dilakukan perhitungan kekuatan sampel (*power analysis*) secara statistik, ukuran ini dipilih berdasarkan keterbatasan sumber daya serta keterjangkauan populasi sasaran. Penulis menyadari bahwa keter-

batasan jumlah sampel serta metode ini dapat menimbulkan potensi bias seleksi dan mempengaruhi generalisasi hasil, sehingga interpretasi hasil harus dilakukan secara hati-hati.

Proses pengumpulan data dilakukan dengan responden mengisi kuesioner yang telah disediakan dengan menggunakan skala Likert, pada pernyataan sikap yang memiliki 5 kategori, yaitu sangat setuju (ss), setuju (s), ragu-ragu (r), tidak setuju (ts), dan sangat tidak setuju (stj).¹² Pada penelitian ini juga terdapat pernyataan yang perlu dijawab dengan benar atau salah untuk mengetahui pengetahuan responden mengenai asupan cairan. Penelitian yang dilakukan menggunakan analisis univariat dan bivariat dengan uji *Chi-square* dan *Fisher's exact*. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini telah melalui proses uji validitas dan reliabilitas pada 20 responden di luar populasi penelitian. Hasil uji validitas menggunakan korelasi Pearson menunjukkan semua item memiliki nilai $r > 0,3$ yang berarti valid. Uji reliabilitas menggunakan uji *Cronbach's Alpha* menunjukkan nilai α sebesar 0,78 untuk pengetahuan dan 0,81 untuk sikap, yang menunjukkan reliabilitas baik. Penelitian ini sudah mendapatkan persetujuan etik dari Fakultas Kedokteran Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta dengan Nomor: 396/XI/2023/KEP.

Hasil

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Usia dan Jenis Kelamin

Karakteristik	Kategori	Frekuensi	%
Usia	<65	41	82
	≥65	9	18
Jenis Kelamin	Laki-laki	16	32
	Perempuan	34	68

Tabel 1 memperlihatkan karakteristik calon jemaah haji dan umrah meliputi usia serta jenis kelamin. Pada analisis yang telah dilakukan menunjukkan mayoritas responden berusia <65 tahun sebanyak 41 responden (82%), sedangkan usia ≥65 berjumlah 9 (18%). Sementara berdasarkan karakteristik jenis kelamin menunjukkan perbedaan yang cukup jauh yaitu terdapat 34 (68%) responden perempuan dan 16 (32%) responden laki-laki. Uji *chi-square* tidak memenuhi syarat karena terdapat sel dengan frekuensi harapan kurang dari 5, yang melampaui 20% dari total sel pada tabel kontingensi.

Oleh karena itu, dilakukan uji *Fisher Exact* yang lebih sesuai untuk data dengan frekuensi kecil.

Tabel 2. Gambaran Pengetahuan dan Sikap Mengenai Dehidrasi

Variabel	Frekuensi	%
Pengetahuan		
- Baik	31	62
- Cukup	13	26
- Kurang	6	12
Sikap		
- Baik	19	38
- Cukup	28	56
- Kurang	3	6

Tabel 2 memperlihatkan gambaran pengetahuan dan sikap calon jemaah haji dan umrah lansia mengenai dehidrasi. Jumlah Data yang tertera disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi. Berdasarkan hasil penelitian pengetahuan banyak responden berada pada kategori pengetahuan baik sebanyak 31 responden (62%), dan paling sedikit pengetahuan responden berada pada kategori kurang sebanyak 6 responden (12%). Sementara berdasarkan sikap, banyak responden berada pada kategori cukup sebanyak 28 responden (56%), dan yang paling sedikit responden berada pada kategori kurang sebanyak 3 responden (6%).

Analisis Bivariat

Tabel 3. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Terhadap Pencegahan Dehidrasi

Pengetahuan	Sikap			P
	Baik n (%)	Cukup n (%)	Kurang n (%)	
Baik	16 (32%)	15 (30%)	0 (0%)	0,035
Cukup	3 (6%)	9 (18%)	1 (2%)	
Kurang	0 (0%)	4 (8%)	2 (4%)	

Tabel 3 menggunakan analisis bivariat yang bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan sikap pada calon jemaah haji dan umrah lansia terhadap pencegahan dehidrasi. Setelah dilakukan analisa menunjukkan bahwa pengetahuan dan sikap terbukti berperan dalam pencegahan dehidrasi. Hasil penelitian uji statistik *Chi-square* tidak memenuhi persyaratan, maka dari itu dilakukan uji *Fisher's Exact* didapatkan nilai $p=0,035$

($p < 0,05$) yang menunjukkan terdapat hubungan antara pengetahuan dengan sikap responden terhadap pencegahan dehidrasi.

Diskusi

Pengetahuan adalah hasil dari informasi yang diperoleh setelah seseorang melakukan pengamatan melalui pancaindra manusia, seperti penglihatan, pendengaran, peraba, pembau, dan perasaan. Besar dari pengetahuan maupun pemahaman kognitif ini memiliki peranan penting dalam suatu tindakan yang terlihat secara langsung.¹³ Pada studi yang telah dilakukan terbukti bahwa jika sikap didasari oleh suatu pengetahuan cenderung lebih konsisten daripada sikap yang tidak memiliki dasar pengetahuan.⁹

Sikap merupakan kecenderungan individu untuk merespons secara konsisten terhadap suatu objek, baik bersifat mendukung (*favourable*) maupun tidak mendukung (*unfavourable*). Sikap mencerminkan kesiapan mental dan emosional seseorang dalam memberikan respons terhadap stimulus tertentu. Dengan demikian, sikap yang positif akan cenderung mendorong individu untuk berperilaku secara positif pula terhadap objek tersebut.¹⁴

Pengetahuan pada calon jemaah haji dan umrah lansia dapat mempengaruhi subjek dalam memenuhi asupan cairan. Semakin baik pengetahuan yang dimiliki oleh calon jemaah haji dan umrah lansia, maka calon jemaah haji dan umrah lansia juga akan memenuhi asupan cairan dengan baik. Begitu sebaliknya, jika semakin kurang pengetahuan yang dimiliki oleh calon jemaah haji dan umrah lansia, maka semakin sulit calon jemaah haji dan umrah lansia untuk memenuhi asupan cairan sehari-hari. Terdapat faktor-faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan, yaitu: pendidikan, informasi (media massa), usia, sosial budaya serta ekonomi, pekerjaan.⁹

Penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Susanto (2018) bahwa berdasarkan uji yang dilakukan terdapat hubungan antara pengetahuan dan sikap calon Jemaah Haji dan Umrah dengan pencegahan dehidrasi di kota Bandung ($p < 0,05$).¹⁵ Hal tersebut juga sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Shaheen (2018) menunjukkan bahwa responden memiliki pengetahuan yang baik tentang definisi dehidrasi, gejala umum, maupun rekomendasi asupan air.¹⁶

Implementasi yang dapat dilakukan secara konkret meliputi penyuluhan kesehatan secara berkala di biro perjalanan haji dan

umrah, pengembangan modul edukasi visual interaktif tentang pentingnya hidrasi, serta distribusi leaflet dengan informasi praktis mengenai jumlah asupan cairan yang dibutuhkan dalam kondisi iklim panas. Selain itu, disarankan adanya pelatihan bagi pembimbing ibadah haji dan umrah dalam mengenali tanda-tanda dehidrasi dan pemberian pertolongan pertama.

Kesimpulan

Dari penelitian yang telah dilakukan mendapatkan hasil penelitian dengan kesimpulan bahwa tingkat pengetahuan serta sikap lebih baik pada calon jemaah haji dan umrah yang berusia < 65 tahun daripada yang berusia ≥ 65 tahun. Berdasarkan jenis kelamin, bahwa tingkat pengetahuan serta sikap lebih baik calon jemaah haji dan umrah perempuan dibandingkan laki-laki. Selain itu terdapat hubungan pengetahuan dengan sikap pada calon jemaah haji dan umrah lansia terhadap pencegahan dehidrasi. Saran untuk meningkatkan pengetahuan calon Jemaah haji maupun umrah dapat dilakukan penyuluhan berupa penjelasan kepada para calon jemaah haji dan umrah untuk meningkatkan pengetahuan dan sikap akan pencegahan dehidrasi, serta akan menurunkan angka kejadian dehidrasi saat pelaksanaan haji maupun umrah di Arab Saudi.

Konflik Kepentingan

Tidak ada konflik kepentingan dalam penulisan artikel ilmiah ini.

Daftar Pustaka

1. Noor M. Haji dan Umrah. *Jurnal Humaniora Teknologi*. 2018 Dec 30;4(1).
2. Elwindra E. K3 Pada Pelayanan Kesehatan Haji. *Jurnal Persada Husada Indonesia*. 2020 Oct 15;7(27):1-10.
3. Li S, Xiao X, Zhang X. Hydration Status in Older Adults: Current Knowledge and Future Challenges. *Nutrients*. 2023 Jun 2;15(11):2609.
4. Sudargo T, Aristasari T, Prameswari AA, Ratri FA, Putri SR. Asuhan Gizi Pada Lanjut Usia. UGM PRESS; 2021 Oct 26.
5. Juanita J, Nurhasanah N, Jufrizal J, Febriana D. Health related quality of life of Indonesian older adults living in community. *Enfermería Clínica*. 2022 Aug 1;32:S71-5.
6. Dyussenbayev A. Age Periods of Human

- Life. *Advance in Social Sciences Research Journal*. 2017;4(6):258-63.
7. Kementerian Agama Republik Indonesia. Kamis 21 Agustus 2023. [cited 8 Desember 2023]. Available from: <https://kemenag.go.id/nasional/statistik-jemaah-haji-lansia-meningkat-kemenag-perkuat-lini-layanan-ECxrE>
 8. Istiqomah IN, Abdillah A, Azizah L. Upaya Peningkatan Pengetahuan Tentang Pencegahan Heat Stroke Pada Calon Jemaah Haji: Increasing Knowledge Of Candidates For Pilgrims About Heat Stroke Prevention. *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan*. 2018 Mar 10;4(1):11-4.
 9. Oktaria M, Hardono H, Wijayanto WP, Amiruddin I. Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Diet Hipertensi pada Lansia. *Jurnal Ilmu Medis Indonesia*. 2023;2(2):69-75.
 10. Arikunto S. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta. 2016.
 11. Kusuma RD, Arundina A, Yanti SN. Hubungan Tingkat Pengetahuan Asupan Cairan terhadap Status Hidrasi pada Lansia di Posyandu Lansia Kelurahan Banjar Serasan Kecamatan Pontianak Timur. *Jurnal Cerebellum*. 2015 Feb;2(1):360-70.
 12. Sugiyono. *Metode Penelitian Kombinasi (Mixed Methods)*. Bandung: CV Alfabeta. 2018.
 13. Kurniasari E, Ilham MI. Hubungan Pengetahuan dan Sikap terhadap Kinerja Perawat dalam Pendokumentasian ASKEP di RSUD I Lagaligo Wotu. *Nutrition Science and Health Research*. 2022 Jul 31;1(1):36-50.
 14. Adiputra, I Made Sudarma., Trisnadewi, Ni Wayan., Oktaviani, NPW., Munthe, SA., Hulu, VT., Budiastutik, I. 2021. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. 1st ed. Ponorogo: Yayasan Kita Menulis.
 15. Susanto, D., Astuti, Suryani. D., Sari, Ria. P. Hubungan antara Pengetahuan dan Sikap Calon Jemaah Haji dan Umrah dengan Pencegahan Dehidrasi di Kota Bandung, Indonesia. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Nasional*. 2018;189-94.
 16. Shaheen NA, Alqahtani AA, Assiri H, Alkhodair R, Hussein MA. Public knowledge of dehydration and fluid intake practices: variation by participants' characteristics. *BMC Public Health*. 2018;18:1-8.

