

## Pascaarmuzna, Menag Minta Jemaah Jaga Kesehatan dan Tidak Memforsir Diri

Ditulis oleh Redaksi pada Saturday, 16 July 2022



Jemaah cenderung mengalami kelelahan setelah menjalani prosesi puncak haji di Arafah, Muzdalifah, dan Mina (Armuzna). Menteri Agama Yaqut Cholil Qoumas mengimbau jemaah untuk tetap menjaga kesehatan dan tidak memforsir diri.

“Kita semua lelah setelah menjalani puncak ibadah haji. Sebab, haji memang ibadah fisik. Untuk itu, pascaarmuzna, saya harap jemaah fokus menjaga kesehatan dan tidak memforsir diri,” pesan Menag di Jeddah, Sabtu (16/7/2022).

Menurut Menag, sebagian jemaah ada yang baru akan melaksanakan Thawaf Ifadlah setelah mabit di Mina. Menag mengingatkan bahwa waktu pelaksanaan Thawaf Ifadlah cukup panjang, kecuali bagi jemaah gelombang awal yang akan segera kembali ke Tanah Air.

“Untuk jemaah yang masih lama di Makkah, diimbau untuk memulihkan kesehatan dan kondisi fisiknya terlebih dahulu dan tidak memaksakan untuk bergegas melakukan Thawaf Ifadlah,” pesan Menag.

Menag berharap jemaah yang berangkat pada gelombang pertama dapat mengatur aktivitasnya selama menunggu jadwal kepulangan, baik kegiatan yang sifatnya ibadah, belanja oleh-oleh, atau lainnya. Demikian juga bagi jemaah gelombang kedua yang masih harus menuju Madinah untuk menjalani Arbain (salat wajib empat puluh waktu di Masjid Nabawi). “Perjalanan masih cukup panjang dan itu membutuhkan kondisi fisik yang prima,” pesannya.

“Cuaca di Arab Saudi juga sangat panas. Jangan tunggu haus untuk minum,” sambungnya.

Baca juga: Alhamdulillah, Jemaah Haji yang Tertinggal di Dubai Akhirnya Tiba di Tanah Suci

Ditambahkan Menag, angka kematian dalam satu pekan terakhir cukup meningkat. Dalam tiga hari terakhir, jumlah jemaah wafat mencapai sembilan orang. Sementara kalau dihitung sejak awal kedatangan hingga hari ini, total ada 54 jemaah yang wafat.

Menurut Menag, angka kematian tahun ini memang jauh lebih kecil dibanding lima tahun penyelenggaraan haji sebelumnya. Tahun ini, dengan total jemaah haji 100.051, sampai dengan hari ke-43 operasional haji, ada 54 jemaah yang wafat. Sementara hingga hari operasional yang sama pada tahun 2015 misalnya, ada 463 jemaah wafat. Pada 2016, ada 224 jemaah wafat. Tiga tahun berikutnya, angka kematian hingga hari ke-43 pada angka 390 (2017), 206 (2018), dan 241 (2019).

Meski angka kematian menurun signifikan, Menag meminta jemaah untuk terus memperhatikan kondisi kesehatannya. Faktor kelelahan ditengarai dapat memicu jemaah jatuh sakit. Sehingga, perlu upaya jemaah untuk menyesuaikan aktivitas sesuai kondisi fisiknya masing-masing.

“Mari bersama menjaga fisik kita agar tidak terlalu kelelahan. Sesuaikan aktivitas dengan kemampuan fisik jemaah masing-masing,” pesannya.