





SEMOGA MABRUR: Sejumlah calon jemaah haji bercengkerama seisi mengikuti acara pamitan haji di Balai Kota Jogjakarta kemarin (3/7).

keluar. Mencegahnya jemaah diimbau selalu menyediakan kantung plastik untuk menyimpan alas kaki atau memasukkannya ke tas yang dibawa. Disarankan tidak meninggalkan masjid meskipun menggunakan kaus kaki apalagi dengan kaki 'telanjang'. "Kaki ini menjadi alat yang sangat penting dalam ibadah haji karena mayoritas kegiatannya ibadah fisik. Jadi jaga kondisi fisiknya," imbuhnya.

Untuk menjaga daya tahan tubuh pada cuaca yang ekstrem saat di tanah suci, yang paling penting juga mereka harus banyak minum. Selain poin alas kaki yang diremehkan oleh calon jemaah haji, minum ini juga sering kali dilupakan. Semestinya, minum satu gelas air harus dilakukan setiap satu jam sekali tanpa menunggu rasa haus. "Biasanya jemaah kalau minum saat haus saja, nah disana karena udara panas kelembaban rendah seringkali haus itu tidak terasa tapi penguapan itu akan selalu terjadi," jelasnya.

Lana juga memberi imbauan kepada

peserta calon jemaah haji lanjut usia (lansia) agar tidak memaksakan diri melakukan ibadah-ibadah *sunnah* yang tidak wajib. Karena puncak haji itu saat proses di Arafah, Musdalifah dan Mina. "Mohon jemaah bisa lebih berkonsentrasi mempersiapkan diri untuk kegiatan selama puncak haji di Arafah, Musdalifah, dan Mina. Apabila kondisi kesehatan dan fisiknya sangat terbatas khususnya bagi lansia jangan melakukan ibadah yang tidak wajib," pesannya.

Pesan itu juga melihat CJH yang akan berangkat tahun ini didominasi lanjut usia (lansia). Di antaranya untuk tambahan kuota 49 orang porsi DII, yang didapatkan itu 50 persennya adalah lansia. Kepala Seksi Penyelenggaraan Haji dan Umrah Kantor Kemenag Kota Jogja, Ahmad Mustafid menuturkan, yang bisa mengajukan percepatan pemberangkatan itu dengan syarat bilamana sudah mendaftarkan haji dua tahun yang lalu dan usia minimal 75 tahun. Maka begitu diranking lanjut

Ahmad, yang mengajukan percepatan pemberangkatan usia termuda yang se-pare ini adalah lansia usia 78 tahun.

CJH tertua dari Kota Jogja, Siswojo Dj-ojowerdojo Sastro Wardjojo mengaku sudah mempersiapkan secara mental dan jasmani. Kakek 87 tahun itu mengaku bersyukur bisa diberangkatan tahun ini, apalagi didampingi oleh sang istri untuk beribadah ke tanah suci. "Dulusaya hanya pasrah mau diberangkatan kapan saja. Setelah menunggu tujuh tahun *alhamdulillah* akhirnya bisa berangkat," ungkapnya.

Dari Kota Jogja, total ada 502 CJH yang akan berangkat. Sedang di Kabupaten Bantul, ada 1.802 CJH. Bupati Bantul Suharsono juga mewarti-wanti agar para peserta haji bisa menjaga kesehatan. Karena ketika melaksanakan haji, 70 persen kegiatan akan mengandalkan fisik. "Kalau mental, selama ada niat pasti ibadah akan dijalani dengan baik," ujarnya saat pamitan CJH Bantul kemarin. (cr15/cr5/pra/er)

Instansi	Nilai Berita	Sifat	Tindak Lanjut
1. Kan. Depag/Kan. Kemenag	Netral	Biasa	Untuk Diketahui

Yogyakarta, 25 Juni 2026
Kepala

Ig. Trihastono, S.Sos. MM
NIP. 19690723 199603 1 005