

# Suhu Madinah 40 Derajat Celsius saat Musim Haji 2023

Category: Internasional

written by Maulya | 27/05/2023



[Orinews.id](https://orinews.id) | Jakarta – Calon Jamaah Haji (CJH) dihimbau untuk menyiapkan kondisi fisik dan kesehatan, lantaran suhu tinggi di Madinah mencapai 40 derajat Celsius.

Dilansir New Straits Times, suhu harian di Madinah rata-rata melebihi 40 derajat Celsius di siang hari, dan 26 derajat Celsius pada malam hari.

Menurut pakar kesehatan masyarakat, Asraf Qamruddin, cuaca panas dan kering bisa menyebabkan peningkatan suhu tubuh dan dehidrasi.

Untuk itu, CJH diminta mewaspadaai gejala sengatan panas atau heatstroke seperti kulit kering dan kemerahan, lidah dan bibir kering, pusing, kram otot dan pingsan.

Asraf mengatakan CJH lansia terutama di atas usia 60 tahun dengan masalah kesehatan seperti diabates atau ginjal,

berisiko terkena serangan panas atau heatstroke.

“Pastikan selalu menghidrasi diri dengan minum air putih minimal dua liter, menggunakan payung atau losion tabir surya, dan mengenakan pakaian longgar,” ujarnya.

Pekan ini, 7.510 jamaah haji Indonesia mulai diberangkatkan ke Arab Saudi. Pemerintah Indonesia juga sudah mengimbau jamaah agar menjaga kesehatan, menghadapi suhu panas di Madinah.

Pada 2023, Indonesia awalnya mendapatkan 221.000 kuota jamaah haji. Jumlah itu terdiri atas 203.320 jamaah reguler dan 17.680 jamaah haji khusus.

Kemudian, pemerintah Arab Saudi mengumumkan Indonesia kembali mendapatkan tambahan kuota sebesar 8 ribu jamaah. Sebanyak 8 ribu kuota tambahan ini terdiri dari 7.360 jamaah haji reguler dan 640 jamaah haji khusus.

**|Sumber:** CNNIndonesia