

## BAB II

### TINJAUAN PUSTAKA

#### A. Definisi Lansia

Istilah untuk manusia yang berusia lanjut belum ada yang baku<sup>6</sup>.

Ada yang menyebutnya Manusia Usia Lanjut (Manula), Manusia Lanjut Usia (Lansia), ada yang menyebutnya Golongan Lanjut Umur (Glamur), Usia Lanjut (Usila), bahkan di Inggris, orang biasa menyebutnya dengan istilah warga negara senior.

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia, Lanjut Usia adalah tahap masa tua dalam perkembangan individu dengan batas usia 60 tahun keatas<sup>7</sup>. Selanjutnya, menurut WHO 1989, usia lanjut tergantung dari konteks kebutuhan yang tidak dipisah-pisahkan<sup>8</sup>. Sementara menurut Hardywinoto dan Setiabudhi, Lansia adalah kelompok penduduk yang berusia 60 tahun ke atas<sup>9</sup>.

Selain pengertian di atas, ada juga beberapa tokoh yang coba mendefinisikan tentang pengertian lansia baik di pandang sisi negatif maupun dari sisi positifnya. Tokoh yang melihat pengertian lansia dari sisi

---

<sup>6</sup> R.Siti Mariam dkk, *Mengenal usia lanjut dan perawatannya*, (Jakarta: Salemba 2008), 32.

<sup>7</sup> Lihat, *kamus Besar Bahasa Indonesia*, departemen Pendidikan dan Kebudayaan, (Jakarta: Departemen Pendidikan dan Kebudayaan 2003)

<sup>8</sup> B.Mazlan, *Bab 2 Tinjauan Pustaka Lansia*, diakses dari <https://doc.google.com.repository.use.ac.id/bitstream/123456789/24769/.../chapter%201.pdf>, pada tanggal 8 juni 2012 pukul 11.23 wita

<sup>9</sup> Yustinus Semiun,,*Kesehatan Mental*, (Jakarta: Kanisius 2009), 9.

negatif diantaranya: M. Bont-Strom yang mengutip pendapat Andrew W. Blackwood mengatakan bahwa lansia adalah orang yang terkurung, tertahan, yang menurutnya sebagai orang yang diabaikan dalam jemaat.<sup>10</sup> Pendapat ini tidak semata-mata di ungkapkan begitu saja oleh M. Bont-Strom, tapi didasarkan pada alasan, bahwa kondisi lansia mengalami kelemahan secara fisik, sehingga membuat mereka harus ‘terkurung’ dan disingkirkan dari kesibukan dalam masyarakat maupun dalam rumah. Senada dengan W. Blackwood, Alfred Schmid berpendapat bahwa lansia adalah orang-orang yang karena kelemahan badannya tersisih dan tersingkir bahkan tidak dianggap sebagai anggota masyarakat penuh, oleh sebab kurang mampu produktif lagi atau dengan kata lain kurang energik.

Selanjutnya tokoh yang melihat lansia dari sisi positifnya ialah Richard L. Morgan. Ia menganggap masa lansia sebagai masa dimana orang memiliki banyak talenta, keterampilan dan kebijakan.<sup>11</sup> Hal tersebut didasarkan pada alasan bahwa para lansia umumnya telah memiliki pengalaman hidup dalam perjalanan usia yang panjang, sehingga dengan demikian dianggap cukup punya pertimbangan berdasarkan pengalaman dalam bertindak ataupun bersikap. Sehingga menurut Robert J. Wicks masa lansia sebagai masa-masa kebijaksanaan. Karena pada masa-masa ini dapat dijadikan orang untuk lebih menghayati dan mencari serta memeluk Allah sebagai pusat hidup mereka, membina hubungan yang lebih baik dengan orang lain.

---

<sup>10</sup> M. Bons-Storm, *Apakah Penggembalaan Itu*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia 2004), 203.

<sup>11</sup> Richard L. Morgan, *Tetap Ceria Di Usia Senja*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia 2003)

Mengenai lansia Prof. Dr. W.F. Maramis memiliki beberapa pendapat. Menurutnya lansia adalah :

1. Suatu proses faali yang pada akhirnya menuju kematian
2. Suatu proses alami dimana fungsi-fungsi badani dan kejiwaan atau mental mulai berkurang secara perlahan-lahan atau secara lebih cepat tergantung pada faktor-faktor keturunan, gaya hidup dan lingkungan.
3. Berkurangnya kemampuan organisme untuk mempertaruhkan hidup atau suatu proses kemunduran yang terjadi dalam tahap-tahap akhir dari hidup dan akhirnya mengakibatkan kematian<sup>12 13</sup>.

## B. Klasifikasi Lansia

Sama halnya dengan pengertian lansia, dalam mengklasifikasikan tahapan masa para lansia pun ada banyak pendapat yang muncul. Tentunya pengklasifikasian tersebut didasarkan pada pemahaman masing-masing tokoh. Mariam mengklasifikasikan lansia dalam lima tahap. Antara lain:

1. Pra Lansia (prasenilis) / Madya adalah seseorang yang berusia antara 45- 59 tahun.
2. Lansia adalah seseorang yang berusia 60 tahun atau lebih.
3. Berdasarkan depkes RI tahun 2003, lansia Potensi Tinggi adalah seseorang yang berusia 70 tahun atau lebih, atau seseorang yang berusia 60 tahun atau lebih dengan masalah kesehatan tertentu

---

<sup>12</sup> Piet Go. O. Carm, *Siap Menjadi Tua*, ( Malang: Dioma 1996),

<sup>13</sup> R.Siti Mariam dkk, *op. cit*, 32.

4. Lansia Potensial adalah lansia yang masih mampu melakukan pekerjaan dan/atau kegiatan yang dapat menghasilkan barang, jasa.
5. Lansia Tidak Potensial adalah lansia yang tidak berdaya mencari nafkah sehingga hidupnya bergantung pada bantuan orang lain<sup>14</sup>.

Menurut Hurlock<sup>15</sup>, Lansia di klasifikasikan dalam dua periode besar. Yaitu:

1. Usia Lanjut Dini, yang berusia antara 60-70 tahun
2. Usia Lanjut yang dimulai pada usia 70 tahun-akhir kehidupan seseorang yang juga disebut usia tua yang berarti antara sedikit lebih tua atau setelah usia madya/pramursi dan usia lanjut setelah mereka mencapai usia 70 tahun.

Eli Tanya dalam bukunya ‘Gereja dan Pendidikan Agama Kristen’ menyatakan bahwa golongan usia lanjut termasuk dalam golongan orang dewasa yang dikategorikan dalam 3 golongan yaitu :

1. Golongan Dewasa Muda ( Young Adults), usia 18-40 tahun
2. Golongan Setengah Baya ( Middle Adults), usia 35-60 tahun atau antara 40-65 tahun
3. Golongan lanjut Usia (Older Adults), usia antara 60 (atau 55 tahun) keatas.<sup>16</sup>

---

*"ibid*

<sup>15</sup> Elisabet B. Hurlock. *Psikologi Perkembangan*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia 2004)

<sup>16</sup> Lih. Eli Tanya, *Gereja Dan Pendidikan Agama Kristen*, (Cipanas: Sekolah Tinggi Teologi Cipanas, 1999), 132-138.

Menurut Eli Tanya, Golongan usia lanjut dapat disebut juga

“wredatama” yaitu mereka yang berusia antara 60 atau 55 tahun keatas.

17

Pada kenyataannya dalam masa-masa tersebut, mereka yang usianya diatas 60 tahun ternyata di negara Indonesia adalah merupakan masa bersamaan dengan tibanya masa pensiun. Sehingga semakin menampakkan suatu kondisi penurunan dari segi potensi diri pada para lansia.

Bagi Piet Go. O Corm, penggolongan usia dalam usia lanjut menurutnya tidak dapat ditetapkan dengan pasti oleh karena masing-masing individu saat mulai timbulnya gejala dalam proses menjadi tua berbeda antara individu yang satu dengan individu yang lain. Tetapi bagi *World Health Organization* (WHO) manusia lanjut dibagi menjadi empat kelompok yaitu kelompok usia pertengahan ( 45-59 tahun), usia lanjut ( 60-47 tahun), usia tua ( 75-90 tahun) dan kelompok usia sangat tua ( diatas 90 tahun).<sup>17 18</sup>

Berdasarkan beberapa pendapat yang telah dipaparkan di atas mengenai batasan umur lansia, penulis sepakat bahwa yang disebut lansia adalah mereka yang berusia 60 tahun keatas seperti yang ditetapkan di Indonesia.

---

<sup>17</sup>. ZW4hlm. 138

<sup>18</sup> Andar Ismail, *Ajarlah Mereka Melakukan* (Jakarta: BPK Gunung Mulia 2003),



## C. Kondisi Lansia

Situasi dan kondisi orang lanjut usia tidak sama dengan kondisi pada saat mereka masih muda. Begitu banyak perubahan dan masalah yang dialami oleh orang lanjut usia. Secara umum, banyak permasalahan yang dihadapi oleh kelompok lansia, seperti masalah kesehatan, masalah ekonomi, masalah hubungan diantara keluarga dan masalah psikologi. Hal yang sering terjadi berkaitan dengan melemahnya kondisi fisik seseorang yakni

>

### 1. Penyakit

Penyakit pada golongan lansia disebabkan karena menurunnya fungsi berbagai alat tubuh karena proses menjadi tua. Sel-sel banyak diganti, produksi hormon menurun dan produksi zat-zat untuk daya tahan tubuh seorang lansia akan mundur. Karena itu seiring dengan bertambahnya usia manusia maka ketahanan tubuhnya atas penyakit juga mengalami kemunduran. Dengan mudah penyakit masuk kedalam tubuh para lansia yang sudah rapuh.

Penyakit atau keluhan yang umum diderita para lansia adalah penyakit rheumatik, hipertensi, penyakit jantung, penyakit paru, diabetes mellitus, ketidakstabilan (jatuh), lumpuh separuh badan, TBC paru, patah tulang dan kanker dan juga kekurangan gizi.

Menurut SKRT (Depkes 1980, 1986, 1992), penyakit-penyakit yang banyak ditemukan pada golongan lansia dari tahun ke tahun terus meningkat. Misalnya penyakit kardiovaskuler dari 0,1% (1972) meningkat menjadi 0,6% (1980). Demikian juga Penyakit sendi dan rematik meningkat dari 0,1% menjadi 0,3%.

## **2. Fungsi Kerja pancaindera Menurun**

Bila mendengar kata pancaindera, kita dapat langsung memahaminya sebagai kelima indra yang melekat pada tubuh manusia dan memiliki fungsi yang berbeda-beda. Yaitu : Penglihatan, pendengaran, penciuman, perasa, peraba. Pusat-pusat pancaindera terletak di otak. Sedangkan otak sangat peka terhadap kekurangan zat-zat makanan dan oksigen yang dibawa darah kepadanya. Jika aliran darah ini terhambat oleh adanya pembuluh darah yang "menyempit" dan "mengeras", kerusakan jaringan otak dapat tampil dalam bentuk "kemunduran pancaindera". Dalam usia yang sudah lanjut fungsi kejia kelima indera ini kadang mengalami penurunan seperti hilangnya penglihatan, kaburnya pendengaran. Bagaimana pun juga hilangnya penglihatan, kaburnya pendengaran, hilangnya indera perasa dan berkurangnya kemampuan untuk membedakan suhu yang lebih rendah atau yang lebih tinggi bisa menjadi hal yang sangat membatasi usia lanjut menjalani hidupnya.

## **3. Menjadi Pelupa**

Selain menurunnya fungsi kejia pancaindera orang lanjut usia juga mengalami penurunan daya ingat. Orang lanjut usia harus menerima kenyataan bahwa daya untuk mengingat tidak lagi sama sewaktu mereka masih muda. Menurut Dr. Stanford Finkel dari universitas kedokteran North Western yang menyatakan bahwa " menjadi pelupa merupakan gejala umum dimasa lanjut usia". Walaupun demikian

menurutnya masih banyak diantara orang lanjut usia yang takut saat

mereka mendengar/mengetahui bahwa ” ia sudah pikun.”<sup>19</sup>

Banyak orang lanjut usia yang menyadari hal ini berusaha untuk menutupinya dan menanggung semuanya secara diam-diam. Mereka menghindari percakapan yang membutuhkan ingatan dan penafsiran. Mereka menjadi takut akan segala hal dan dicekam oleh perasaan bahwa mereka tidak memiliki masa depan lagi serta tidak meninggalkan sesuatu yang berharga yang dapat diingat atau dikenang.

#### **4. Reproduksi Seksualitas**

Ditinjau dari aspek kesehatan reproduksi, para lansia umumnya mengalami hambatan dalam masalah seksualitasnya. Hal ini dapat difahami, mengingat semakin bertambahnya usia, maka terjadi perubahan dalam organ dan fungsi alat reproduksinya. Hambatan dalam aspek seksualitas seringkali datang dari faktor eksternal dan internal. Dari faktor eksternal biasanya berupa pandangan sosial yang menganggap bahwa aktivitas seksual tidak layak lagi dilakukan oleh para lansia. Selain itu, hambatan internal yakni psikologi sering sulit dipisahkan secara jelas dengan hambatan eksternal. Seorang lansia sering merasa tidak bisa dan tidak pantas berpenampilan untuk bisa menarik pasangannya. Pandangan sosial tentang seksualitas di usia lanjut (terlebih bagi mereka yang sudah menjanda/menduda) menyebabkan keinginan dalam diri mereka ditekan sedemikian sehingga memberikan dampak pada ketidakmampuan fisik, yang pada

<sup>19</sup> Mary Hester Valentine, SSND, *Menapaki Usia Lanjut Di Dalam Tuhan*, (Jakarta: Kanisius 1995), 110-111.

pria dikenal sebagai disfungsi ereksi (DE). Obat-obatan yang sering diberikan pada penderita usia lanjut juga sering menyebabkan berbagai gangguan fungsi seksual pada usia lanjut.

Pada lansia perempuan, proses penuaan berdampak pada siklus haid yang mulai terganggu dan akhirnya menghilang sama sekali, yang diistilahkan dengan Menopause. Menopause adalah haid terakhir yang dialami oleh perempuan yang masih dipengaruhi oleh hormon reproduksi yang terjadi pada usia menjelang atau memasuki usia 50 tahun. Pada perempuan yang telah mengalami menopause, keinginan melakukan hubungan seks cenderung berkurang karena adanya perubahan fisik dan psikologis berkaitan dengan menurunnya kadar estrogen.

Selanjutnya ketika telah memasuki masa tua, para lansia pun secara umum banyak mengalami gangguan mental seperti:

### 1. Tekanan Batin

Gangguan kesehatan mental yang dialami orang lanjut adalah ”tekanan batin” sebagai akibat dari sakit jasmani, juga tidak dapat lagi melakukan berbagai hal yang dulu pernah dinikmati, seperti senang dengan berbincang-bincang, tetapi sekarang terkadang tak seorang pun dapat diajak bicara, bahkan bagi masyarakat berkembang dulu menyenangi suasana pedesaan, tetapi kini terkurung dalam kota.<sup>20</sup>

---

<sup>20</sup> Richard L. Morgan, *Tetap Ceria di Usia Lanjut*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia,

## **2. Depresi**

Tidak jarang para lansia menderita depresi karena ketidaksiapan mental ketika memasuki masa lansia. Dalam Psikoanalisis depresi biasanya diberi artian reaksi terhadap perasaan kehilangan sesuatu yang bernilai bagi individu yang bersangkutan. Antara lain, kehilangan seseorang yang dicintai (anak yang telah dewasa, suami/isti yang tidak lagi sama kasih sayangnya), kehilangan martabat atau *self-esteem-nya*, kehilangan tujuan hidup ( karena peranannya sebagai ayah/ibu dalam keluarga telah berkurang)<sup>21</sup>

## **3. Mengalami Masa Stres**

Stres terjadi yang dialami oleh setiap individu di dalam memasuki masa tua merupakan suatu usaha tubuh dan jiwa untuk mengatasi goncangan keseimbangan yang disebabkan oleh perubahan yang disebut sebagai stresor. Stresor terjadi sebagai akibat dari perubahan kebiasaan atau pekerjaan sebelumnya, tidak mampu menerima kenyataan bahwa keadaan yang dialaminya itu sangat berbeda dengan apa yang dialaminya ketika masih muda. Goncangan keseimbangan jiwa karena stresor sangat berpengaruh terhadap stres mental seperti perasaan cemas, takut, was-was, sedih menjadi pemarah, tegang, sukar tidur, sering terkejut, kosentrasi menurun.<sup>22</sup>

---

<sup>21</sup> Hana Susanto dan Andar Ismail, *Memahami Krisis Usia Lanjut (Uraian Medis dan Psikologis Pastoral)*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia, 2009), 45-56.

<sup>22</sup> Piet Go. O. Carm, *Siap Menjadi Tua*, (Malang: 1996), 28-31.

**a. Meningkatnya Salah Pengertian**

Orang lanjut usia di dalam mengalami masa tuanya mengalami pola dan karakter hidup yang sangat berbeda dari sebelumnya, memiliki sikap kekanak-kanakan, kecurigaan yang cukup tinggi, sering menjadi jengkel dan mudah mempersalahkan orang lain.

**b. Merasa Terasing dan Kesepian**

Faktor lingkungan acap kali menyebabkan para lansia merasa tersisih dari lingkungan keluarga dan masyarakat. Ketakutan untuk menjadi tua sangat ditentukan oleh kekuatan karena tidak dapat lagi hidup sesuai dengan apa yang diharapkan oleh orang lain, apa yang dihasilkannya, apa yang diperoleh, dimiliki dan dipertahankan. Karena itu setiap individu yang masuk dalam masa pensiun dengan demikian harus melepaskan keinginan mereka untuk mengumpulkan harta lebih banyak dan kekuasaan yang lebih besar, merasa diremehkan sebagai orang yang sudah melewati garis batas produktifitasnya merasa dibiarkan tidak diperhitungkan dan merasa tidak dihargai. Bergumul karena merasa diasingkan seringkali dikuatkan oleh bentuk-bentuk pengasingan diri yang mana dalam usia cukup awal maupun dengan pola pikir dan bertindak yang jelas, sehingga menutup diri terhadap kemungkinan cara hidup yang lain, yang menantang, mengandung banyak resiko dan mengubah diri, apa yang sudah

dibangun seperti ini ternyata tidak dapat beijalan lagi seperti sedia kala. Dengan demikian merasa diasinkan sebagai bagian dari pergumulan yang dialami oleh orang lanjut usia merupakan penolakan oleh masyarakat yang dikuatkan oleh penolakan diri sendiri, menjadi salah satu unsur paling kuat yang membuat orang lanjut usia merasa diri sebagai peserta yang tidak dikehendaki.

Dari keterasingan yang mereka alami mengakibatkan orang lanjut usia mengalami perasaan kesepian dalam hidupnya. Kesepian adalah gejala umum yang ada pada manusia dan kemungkinan tidak ada seorang pun yang tidak pernah merasakannya. Namun rasa kesepian dalam diri orang lanjut usia berbeda karena kekosongan ini tumbuh disebabkan adanya sesuatu yang hilang dan dibutuhkan. Kesepian dirasakan sebagai perasaan hati yang sedih karena keterbatasan kontak dengan orang lain, ditinggalkan oleh orang-orang yang selama bertahun-tahun dirasa dekat dan mencintai seperti sahabat, sanak saudara, atau keluarga.

Salah satu pengalaman yang paling menakutkan dalam kehidupan seorang manusia adalah bila ia mengeluh "saya tidak punya seorang pun". Bagi orang lanjut usia, setiap saatnya adalah saat-saat dimana ia berada dalam kesendirian yang tanpa ujung, dan orang-orang terasa sangat jauh terpisah darinya.

#### **4. Perasaan Tidak Berguna dan Kehilangan Jati Diri**

Dengan menurunnya daya tahan tubuh berarti bahwa ruang gerak daripada lanjut usia terbatas sehingga kehilangan kemandirian, kehilangan kebebasan, dan kehilangan kemampuan untuk melakukan sesuatu yang bermanfaat, yang merupakan pukulan yang sangat berat terhadap dirinya sehingga merasa tidak lagi berguna bagi orang lain.

Perasaan tidak berguna, penolakan atau kehilangan diri yang dialami orang lanjut usia adalah suatu pengasingan batin karena para lanjut usia tidak hanya merasa tidak diterima dalam masyarakat yang berlomba untuk mencari keuntungan, juga adanya ketidakmampuan lagi untuk mempertahankan jati diri. Perasaan yang tersisih ditambah dengan tidak adanya suatu pola tatanan hidup yang baru akan menjadikan para lansia mengalami bahaya tersisihkan, yaitu adanya perasaan kehilangan jati diri sehingga akhirnya mereka benar-benar disisihkan.

#### **D. Pandangan Sosiologis Tentang Lansia**

Manusia tidak lepas dari interaksi sosial dimana pun mereka berada. Kehidupan sosial sangat memengaruhi sikap dan tindakan serta perilaku mereka. Tidak hanya pada masa ketika manusia tersebut masih aktif namun hingga memasuki masa lansia pun kehidupan sosial dimana mereka berada masih memengaruhi pegalanan masa tua mereka.

Sosiologis berasal dari bahasa latin yaitu *socius* yang berarti kawan, teman sedangkan *logos* berarti ilmu pengetahuan. Ungkapan ini dipublikasikan dan diungkapkan pertama kalinya dalam buku yang

beijudul "cours de philosophie positive" karangan August comte (1798-1857). Walaupun banyak devinisi tentang sosiologi, namun secara umum sosiologi dikenal sebagai ilmu pengetahuan tentang masyarakat. Sebagai sebuah ilmu pengetahuan kemasyarakatan yang tersusun dari hasil-hasil pemikiran ilmiah dan dapat di kontrol secara kritis oleh orang lain atau umum, yang mencakup keluarga, suku bangsa, negara,dan berbagai organisasi politik, ekonomi dan sosial.

### 1. Teori Disengagemen (Teori Pemutusan Hubungan)

Teori ini menggambarkan proses penarikan diri oleh lansia dari peran masyarakat dan tanggung jawabnya. Menurut ahli teori ini, proses penarikan diri ini dapat di prediksi, secara sistematis tidak dapat di hindari dan penting untuk fungsi yang tepat dari masyarakat yang sedang tumbuh. Lansia akan dikatakan bahagia apabila kontak sosial telah kurang dan tanggung jawab telah di ambil oleh generasi yang lebih muda. Manfaat pengurangan kontak sosial ini bagi lansia adalah agar mereka dapat menyediakan waktu untuk merefleksikan pencapaian hidupnya. Manfaat bagi masyarakat ialah dalam rangka memindahkan kekuasaan generasi tua kepada generasi muda.

Menurut teori penarikan diri ini, usia lanjut merupakan proses yang bergerak secara perlahan dari individu untuk menarik diri dari peran sosial atau konteks sosial. Keadaan ini membuat intaksi sosial

<sup>23</sup><http://id.wikipedia.org/wila7sosiologi>, pada tanggal 26 Agustus 2012 pukul wita

lansia mengalami penurunan baik dari segi kuantitas maupun dari segi kualitas.

## 2. Teori Aktifitas

Havighurst yang pertama kali menulis tentang pentingnya tetap aktif secara sosial sebagai alat untuk penyesuaian diri yang sehat untuk lanjut usia pada tahun 1952. Sejak saat itu berbagai penelitian telah memvalidasi hubungan positif antara mempertahankan interaksi yang penuh arti dengan orang lain, kesejahteraan fisik dan mental mereka. Kesempatan untuk turut berperan dengan cara yang penuh arti bagi kehidupan seseorang yang penting bagi dirinya adalah suatu komponen kesejahteraan yang penting bagi lansia. Penelitian menunjukkan bahwa hilangnya fungsi peran lansia secara negatif memengaruhi kepuasan hidup. Selain itu, penelitian terbaru menunjukkan pentingnya aktivitas mental dan fisik yang berkesinambungan untuk mencegah kehilangan dan pemeliharaan kesehatan sepanjang masa kehidupan.

Peran dan kedudukan lansia dalam keluarga dan masyarakat sangat dipengaruhi oleh pandangan kebudayaan mengenai orang lanjut usia. Perbedaan pandangan terhadap usia lanjut akan membuat sikap dan penghargaan terhadap orang lansia akan berbeda dalam keluarga dan masyarakat.

<sup>24</sup> Momon Sudarma, *Sosiologi Untuk Kesehatan*, (Jakarta: Salemba 2008), hal.8

<sup>25</sup> <http://damandiri.or.id/file/ratnasuhartiniunairbab2.pdf>, pada tanggal 28

tober 2012,

Menurut Swasono, berbagai kehidupan kebudayaan menetapkan usia tua dan peranan serta fungsi sosialnya menuntut nilai-nilai, anggapan dan ukuran yang berbeda-beda. Namun, demikian secara universal terdapat pandangan bahwa seorang lansia dianggap sebagai sumber terkumpulnya kebijaksanaan dan kearifan<sup>26</sup>. Dengan demikian penduduk lansia dianggap memiliki kelebihan, keahlian tertentu dan dengan pengalaman yang demikian luas sehingga mereka harus dihormati.

Di sisi lain, permasalahan sosial di seputar lansia yang sering terjadi ialah bahwa penduduk lansia sering dianggap remeh oleh generasi muda di negara maju maupun berkembang, fenomena ini hasil pantauan International Federation of Hard of Hearing People. Masalah sosial khusus lainnya yang dihadapi penduduk lansia diantaranya kemiskinan, keterlantaran dan kecacatan.

Secara umum, masalah yang dihadapi lansia adalah kekhawatiran melemahnya nilai-nilai kekerabatan dalam kehidupan keluarga besar dan keterbatasan pembinaan kesejahteraan mereka oleh pemerintah termasuk masyarakat. Kekhawatiran yang dihadapi para lansia bukan tidak beralasan hal ini disebabkan sebagian besar penduduk lansia sudah tidak memiliki penghasilan dan mereka sulit bergaul dengan orang banyak. Dengan kondisi ini, umumnya mereka dianggap menjadi beban keluarganya.

---

<sup>26</sup> Priyanti Pakan Suryadarma dan Meutia F. Hatta Swasono, *Antropologi Kesehatan*, (Jakarta: Universitas Indonesia Press, 1986)

## **E. Kesiapan Mental Dalam Memasuki Masa Lansia**

Proses menua (*aging*) adalah proses alami yang dihadapi manusia.

Dalam proses ini , tahap yang paling krusial adalah tahap lansia (lanjut usia). Dalam tahap ini, pada diri manusia secara alami terjadi penurunan atau perubahan kondisi fisik, psikologis maupun sosial yang saling berinteraksi satu sama lain. Keadaan itu cenderung berpotensi menimbulkan masalah kesehatan secara umum (fisik) maupun kesehatan jiwa secara khusus pada individu lanjut usia. Efek-efek tersebut menentukan lansia dalam melakukan penyesuaian diri secara baik atau buruk, akan tetapi ciri-ciri usia lanjut cenderung menuju dan membawa penyesuaian diri yang buruk dari pada yang baik dan kepada kesengsaraan dari pada kebahagiaan, itulah sebabnya mengapa usia lanjut lebih rentan dari pada usia madya.<sup>27 28</sup>

Kecemasan merupakan bagian dari penyakit mental yang bisa menyerang siapa saja. Namun, ada spesifikasi bentuk kecemasan yang didasarkan pada usia individu. Umumnya, kecemasan ini merupakan suatu pikiran yang tidak menyenangkan, yang ditandai dengan kekhawatiran, rasa tidak tenang, dan perasaan yang tidak baik atau tidak enak yang tidak dapat dihindari oleh seseorang. Disamping itu juga, ada beberapa faktor lain yang dapat menimbulkan kecemasan ini, salah satunya adalah situasi. Menuruk Hurlock, setiap situasi yang mengancam keberadaan organisme

---

<sup>27</sup> Elisabeth B. Hurlock, *Psikologi Perkembangan edisi lima*, ( Yogyakarta: BPK Gunung Mulia, 1990), hal. 380

<sup>28</sup> *Ibid* hal. 91

dapat menimbulkan kecemasan. Kecemasan dalam kadar terberat dirasakan sebagai akibat dari perubahan sosial yang sangat cepat.<sup>29</sup>

Hal tersebut sesuai dengan pendapat yang dikemukakan oleh Casanah yang mengemukakan bahwa mungkin saja orang yang sudah lanjut usia seringkah mendapat perlakuan yang sebenarnya tidak mereka inginkan, misalnya selalu disuruh duduk saja. Mungkin para lansia itu akan berfikir, Mentang-mentang sudah tua, disuruh diam saja. Padahal kan aku ingin membantu juga”.<sup>30</sup> Begitulah yang biasanya terjadi, yang muda merasa kasihan, sementara yang tua merasa kalau mereka masih sanggup melakukan sesuatu. Apa yang orang muda lakukan pada mereka yang sudah lansia seperti yang dikemukaan tersebut, sebenarnya suatu kesalahan. Keluhan-keluhan tersebut merupakan suatu cara yang memang seringkah dilakukan dan terjadi dikalangan lansia yang tujuannya adalah untuk mendapatkan perhatian lebih dari orang-orang terdekatnya yang mungkin hal tersebut bagi si orang tua (lansia) terasa sangat jauh dari dirinya apalagi dalam bentuk perhatian terhadap kesehatan dirinya, seperti pola makan yang sangat diatur, dan lain sebagainya adalah merupakan hasil dari adanya kecemasan akan kondisi kesehatan fisiknya (lansia).

Olehnya itu, secara mental kesiapan menjalani masa lansia menjadi sangat penting bagi setiap orang yang dikaruniakan umur panjang. Bebas dalam menjalani masa lansia tanpa tekanan-takanan baik dari keluarga

---

<sup>29</sup> *Ibid* hal. 93

<sup>30</sup> Casanah, *A Life Span Fiew edisi dua*, (Jakarta: Gramedia Pustaka Utama, 2000), hal.27

maupun dari lingkungan di sekitar merupakan salah satu upaya dalam mempersiapkan diri memasuki masa lansia. Pola hidup sehat, teratur sejak dini merupakan salah satu cara yang baik dan keyakinan akan penyertaan Tuhan dalam setiap perjalanan kehidupan.

## F. Pandangan Alkitab Tentang Lansia

### 1. Lansia dalam Perjanjian Lama

Alkitab megagungkan usia lanjut sebagai berkat pemberian Tuhan.<sup>31</sup> Dalam Amsal 10:27 : “Takut akan Tuhan memperpanjang umur, tetapi tahun-tahun orang fasik diperpendek”.

Amsal 16:31 : “Rambut Putih adalah mahkota yang indah, yang didapat pada jalan kebenaran”.

Dari ayat di atas, cukup jelas dikatakan bahwa orang yang takut akan Tuhan akan di anugerahkan umur panjang dan dikatakan pula bahwa rambut putih merupakan mahkota yang di peroleh dari jalan kebenaran. Itu berarti bahwa usia lanjut adalah berkat pemberian Allah yang diberikan kepada umat manusia yang takut akan Allah dan yang berjalan pada jalan kebenaran. Tidak hanya berhenti sampai di sini, selanjutnya alkitab juga memberikan gambaran yang akan di hadapi pada masa lansia. Hal yang paling nyata ialah perubahan fisik yang akan mereka alami seperti: yang dialami oleh Israel (Yakub) dimana

---

<sup>31</sup> Andara Ismail, *Selamat Panjang Umur*, (Jakarta: BPK Gunung Mulia 2008), hal.98

dalam masa tuanya, penglihatannya menjadi kabur (bnd.Kejadian 48:10), yang dialami juga oleh lansia Berzilai yang ikut mengantar raja Daud ke sungai Yordan, panca inderanya melemah (bnd. 2 Samuel 19:35), yang dialami Asa raja Yehuda yang dalam masa Tuanya merasakan sakit pada kedua kakinya (1 Raja-raja 15:23), raja Daud yang dalam masa tuanya merasa badannya selalu kedinginan (I Raja-raja 1:1), pemazmur yang menyadari bahwa dimasa tua kelak kekuatan tubuh berkurang (bnd. Mazmur 71:9).<sup>32</sup> Lalu semakin di peijelas dalam Mazmur 90:10, yang menegaskan masa hidup manusia tujuh puluh tahun, dan jika masih kuat delapan puluh tahun. Namun kebanggaannya hanyalah kesukaran dan penderitaan, sebab berlalunya buru-buru dan melayang lenyap. Kesaksian dalam kitab-kitab yang telah di paparkan di atas, hendak memerlihatkan bahwa apa yang telah dialami dan yang akan dialami oleh manusia di masa lansia, telah dirasakan dan dialami oleh umat Allah sebelumnya. Suatu proses alamiah yang memang akan terjadi jika masanya tiba.

Namun demikian, Allah pun tetap memelihara mereka. Allah peduli kepada lansia ( Mazmur 68:5, Keluaran 22:22-24). Perhatian terhadap lansia merupakan bagian mendasar dari Hukum yang Tuhan berikan kepada Israel. Orang Israel diperintahkan, "Di hadapan orang beruban haruslah engkau bangkit berdiri, dan haruslah engkau memperlihatkan pertimbangan bagi orang yang sudah tua, dan engkau harus takut akan Aliahmu. Akulah Tuhan" (Imamat 19:32). Allah

---

<sup>32</sup> *Ibid hal. 99*

memberi penghormatan kepada lansia. Karena itu di Israel, perhatian kepada lansia erat kaitannya terhadap hubungan seseorang dengan Aliahnya. Dengan begitu, orang tidak dapat mengatakan bahwa ia mengasihi Allah jika ia tidak memperlakukan lansia dengan baik.

## **2. Lansia dalam Perjanjian Baru**

Selama pelayanannya, Yesus sendiri memperlihatkan kepedulian kepada orang lansia. Ia dengan keras mengecam para pemimpin agama yang merasa boleh melalaikan orang tua mereka yang lansia demi tradisi agama mereka. (Matius 15 : 3-9). Yesus juga dengan kasih mengurus ibunya sendiri. Sewaktu sedang menderita rasa sakit yang hebat di tiang siksaan, ia memastikan bahwa ibunya yang lanjut usia akan diurus oleh rasul yang dikasihi Yesus (Yohanes 19:26, 27).

Di bagian kitab Perjanjian baru yang lain, dalam tulisan-tulisannya, paulus ingin mengatakan bahwa Orang Kristen tidak hanya berada di bawah Hukum Musa. Akan tetapi, mereka ada di bawah "hukum Kristus", yang sangat mempengaruhi tingkah laku dan sikap mereka, termasuk memperlihatkan kasih dan kepedulian terhadap orang tua dan lansia (Galatia 6:2; Efesus 6:1-3; 1 Timotius 5:1-3). Dan, orang Kristen memperlihatkan kasih bukan semata-mata karena diperintahkan melainkan karena tergerak hatinya. "Kasihilah satu sama lain dengan sungguh-sungguh dari hati," (1 Petrus 1:22-24).

Melihat semua sumber yang telah dipaparkan di halaman sebelumnya pada bab ini yang memaparkan hal-hal yang berhubungan dengan masa lansia, maka hipotesa yang dapat penulis ambil ialah bahwa

pemahaman dan persiapan secara mental dalam menyambut dan menjalani masa lansia memang diperlukan mengingat kendala dan masalah yang secara alami akan di alami oleh para lansia secara umum.