

MASA USIA LANJUT

Menurut UU No. 13 Th.1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia yang dimaksud Lanjut Usia adalah seseorang yang berusia 60 tahun ke atas.

Oleh:

Prof.Dr. Siti Partini Suardiman

Drs. Hiryanto, M.Si

Yulia Ayriza, M.Si, Ph.D

Dra. Purwandari, M.Si

Dr. Rita Eka Izzaty, M.Si

Rosita Endang Kusmaryani, M.Si

(yulia_ayriza@uny.ac.id)

MENGAPA JUMLAH PENDUDUK USIA LANJUT MENINGKAT ?

- Meningkatnya kondisi sosial ekonomi, pelayanan kesehatan, perbaikan kesehatan → meningkat rata2 umur harapan hidup dari tahun ketahun.
- Misalnya : Bila pada masa lalu rata-rata penduduk meninggal pada usia 60 tahun kini usia 65-70 tahun.

Tugas2 Perkemb. Usia Lanjut (Havighurst):

- 1. Menyesuaikan diri dg menurunnya kekuatan fisik/kesehatan scr bertahap.
- 2. Menyesuaikan diri dg masa kmunduran/ pensiun & berkurangnya pendapatan.
- 3. Menyesuaikan diri atas kematian pasangan hidup.

- 4. Menjadi anggota kelompok sebaya.
- 5. Mengikuti pertemuan2 sosial dan kewajiban2 sbg warga negara.
- 6. Membentuk pengaturan kehidupan yang memuaskan.
- 7. Menyesuaikan diri dengan peran sosial secara fleksibel.

Perhatian thd Usia Lanjut

- Awalnya menjadi garapan ilmu kedokteran yg sangat besar peranannya menjaga kesehatan dg mempengaruhi proses fisiologis → umur panjang.
- Geriatri → cabang ilmu kedokteran yg memusatkan pd proses penuaan & hub, antara usia dg kondisi kesehatan.
- Gerontologi → suatu pendekatan ilmiah dari berbagai aspek proses ketuaan yaitu kesehatan, sosial, ekonomi, perilaku, lingkungan, dll.

KONDISI FISIK

- Proses menjadi tua → melalui 3 fase :
- (1) Fase progresif
- (2) Fase stabil
- (3) Fase regresif.

Scr biologis proses penuaan → menurunnya daya tahan fisik → semakin rentan thd serangan berbagai penyakit → kematian.

Meski kemampuan fisik menurun, sebagian besar lanjut usia sehat dan aktif → kemajuan playanan kesehatan kesehatan, berbusana → lebih muda.

Dep. Kes RI 1998 → Gejala kemunduran fisik ditandai :

- 1. Kulit mengendur, wajah berkeriput.
- 2. rabut beruban/putih
- 3. Gigi mulai tanggal
- 4. Penglihatan & pendengaran berkurang
- 5. Mudah lelah
- 6. Gerakan lamban, kurang lincah
- 7. Kerampingan tubuh menghilang, timbunan lemak dibag. Perut & pinggul.

FUNGSI KOGNITIF

- Menurunnya respon neurologist → menurun kemamp. belajar & mengingat.
- Meningkatkan usia → penurunan respon
- Fungsi fisik dan kognitif berpengaruh pada kondisi psikososial.

Dep. Kesehatan RI (1998), kemunduran kognitif a.l. :

- 1. Mudah lupa, ingatan tdk berfungsi dg baik.
- 2. Ingatan kpd hal-hal masa muda lebih baik dp kpd hal2 yg baru terjadi, nama mudah lupa.
- 3. Orientasi umum & persepsi thd waktu & ruang/tempat mundur, daya ingat penglihatan mundur.
- 4. Meski telah banyak pengalaman, skor IQ lebih rendah.
- 5. Tidak mudah menerima hal-hal /ide-ide baru.

Perk. Sosioemosional

- 1. T. Sosial Usia Lanjut (Lafrancois, 1984)
 - a. Teori Disengagement : semakin tua diikuti scr berangsur-angsur semakin mundurnya interaksi sosial, fisik dan emosi dg kehid. Dunia.
 - b. Teori Activity → bertolak belakang → semakin tua semakin memelihara hubungan sosial, fisik & emosionalnya.

Keluarga & Hub. Sosial

- Penyesuaian dlm Keluarga :
- (1). Hubungan dg pasangan hidup
- (2). Perubahan perilaku seksual
- (3). Hubungan dengan anak
- (4). Ketergantungan orang tua
- (5). Hubungan dg para cucu.

Ciri2 Kepuasan Hidup Lanjut Usia :

- a. Semangat, energi utk berpartisipasi dlm berbagai wil. Kehid, suka mengerjakan sesuatu, antusias.
- b. Resolusi dan keteguhan, mnrm tanggung jwb sbg milik kehid. Pribadinya.
- c. Keselarasn antar keinginan & tujuan yg dicapai.
- d. Konsep diri positif, berfikir ttg dirinya sbg seseorang yang berharga.
- e. Suasana hati, menunjukkan kebahagiaan, optimis, senang dg hidupnya.

Usia Lanjut Berhasil :

- *Successful Aging* atau *Optimal Aging*
- Kriteria :
- (1). Fungsi jantung, kemampuan kognitif, kesehatan mental yg tercermin dari kondisi akhir usia lanjut.
- (2). Produktivitas, kondisi ekonomik → kondisi kesehatan.
- (3) Panjang umur sbg tanda kes. Fisik & mental seseorang.

Faktor2 sbg prediktor bagi umur panjang:

- 1. Mobilitas fisik : aktif → umur panjang.
- 2. Pendidikan ; lbh tinggi → lebih panjang
- 3. Pekerjaan : profesional/membutuhkan aktivitas fisik relatif kecil → umur panjang.
- 4. Aktivitas : aktif bekerja → lebih panjang.

Implikasi dlm Pendidikan :

- 1. Pentahapan (*pacing*)
- 2. Memotivasi & kecemasan
- 3. Lelah
- 4. Kesulitan
- 5. Kesalahan
- 6. Praktek
- 7. Umpanbalik
- 8. Kesesuaian materi
- 9. Organisasi
- 10. Relevansi & pnglman