



**LANJUT USIA
BUKAN
HALANGAN**



Perpustakaan Nasional RI : Data Katalog Dalam Terbitan (KDT)

Nuraini

Lanjut usia bukan halangan/ Nuraini. -- Jakarta : Direktorat Kerjasama Pendidikan Kependudukan BKKBN, 2015
iv, 36 hal.; 21 cm. – (Seri Pendidikan Kependudukan bagi Pramuka Pandega)

ISBN : 978-602-1564-41-7

2. KEPENDUDUKAN – LANJUT USIA - PRAMUKA PANDEGA

II. Judul

II. Seri

LANJUT USIA BUKAN HALANGAN

Pertama kali diterbitkan oleh:
Direktorat Kerjasama Pendidikan Kependudukan (DITPENDUK) –
Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN)

Penanggung Jawab : Dra. Paulina Johana S., MM.
Penulis : Nuraini, S.Pd., M.MPd.
Editor : Bambang Hendroyono, S.Pd., M.M.Pd.
Penyelarasan akhir : Endang Antarwati, SE., M.SE
Sintawaty Sulisetyoningrum, S., Sos., MPH.
Sri Herlin K., S.Si.
Tim Ditpenduk
Desain sampul dan grafis : Sugeng

Cetakan Pertama, 2015
Materi dapat diperbanyak oleh pihak lain atas izin DITPENDUK – BKKBN
Email : ditpenduk@bkkbn.go.id

SERI PENDIDIKAN KEPENDUDUKAN

BAGI PRAMUKA

Penduduk Indonesia berjumlah 237.641.326 jiwa di tahun 2010, diproyeksikan akan menjadi 270 juta di tahun 2025 dan antara 309 juta di tahun 2050 (Proyeksi BPS). United Nations memproyeksikan, Indonesia akan menjadi penyumbang terbesar ke-6 dari jumlah seluruh penduduk dunia, dimulai dari China, India, Nigeria, Amerika, Pakistan, dan akhirnya Indonesia. Terkait dengan hal tersebut, maka buku ini bertujuan memberikan wawasan pengetahuan tentang kependudukan kepada Pramuka, yang diharapkan dapat menjadi contoh bagi lingkungan sekitarnya.

Buku Seri Pendidikan Kependudukan Bagi Pramuka ini terdiri atas 5 isu kependudukan, yaitu : Jumlah dan Pertumbuhan Penduduk, Usia Remaja, Penduduk Usia Produktif, Penduduk Lanjut Usia, dan Urbanisasi. Masing-masing isu kependudukan memiliki buku seri cerita dan bacaan yang dikemas secara menarik dan disesuaikan dengan tingkatan Pramuka, dimulai dari Pramuka Siaga, Penggalang, Penegak dan Pandega.

Jumlah dan Pertumbuhan Penduduk



Saat ini, Indonesia menduduki peringkat ke 4 sebagai negara dengan penduduk terbanyak di dunia dan akan terus bertambah sampai tahun 2050. Keadaan ini akan berdampak meningkatnya kesenjangan sosial, kepadatan pemukiman, berkurangnya lahan untuk tempat bermain anak, pengangguran, tingginya kebutuhan pangan dan energi dan bahkan kriminalitas.

Oleh karena itu, dituntut peran serta dari berbagai pihak termasuk Pramuka untuk dapat membantu pemerintah dalam menekan angka laju pertumbuhan penduduk. Untuk Pramuka siaga dan penggalang dapat membantu dengan menjadi contoh nyata dalam tindakan dan kegiatan sehari-hari. Sedangkan bagi pramuka penegak dan pandega dapat melalui kegiatan penyuluhan kepada masyarakat.

Usia Remaja



Jumlah remaja di Indonesia sebesar 43, 6 juta jiwa (BPS, 2010), jumlah tersebut akan terus mengalami peningkatan sampai dengan tahun 2025 sebesar 47 juta jiwa. Penduduk remaja merupakan modal pembangunan yang sangat potensial, oleh karena itu harus memiliki kualitas yang baik. Karena peran pemuda sangat penting bagi keberlangsungan dan kemajuan sebuah bangsa, maka negara berkepentingan untuk memiliki anak-anak muda yang siap untuk meneruskan kepemimpinan bangsa dan berkontribusi sejak dini dengan prestasi yang diraih dibidangnya masing-masing. Organisasi mana yang memiliki perhatian penuh terhadap pembentukan karakter anak muda? Salah satunya adalah Pramuka. Dimana Pramuka telah terbukti di lebih dari 165 negara sebagai wadah yang efektif dalam pembentukan karakter anak muda. Oleh karena itu, sebagai Pramuka harus memahami dengan baik karakteristik usia remaja karena akan menjadi bekal yang baik untuk pribadi dalam membina diri dan menjadi contoh positif untuk rekan seusianya.

Penduduk Usia Produktif



Jumlah penduduk usia produktif (usia 15-64) di Indonesia pada tahun 2010 berjumlah 157,05 juta jiwa dan akan terus meningkat sampai tahun 2035 mencapai angka 207 jiwa. Semakin meningkatnya jumlah penduduk usia produktif dapat menjadi salah satu faktor pendorong pertumbuhan ekonomi Indonesia. Maka syaratnya mereka harus dibekali dengan pendidikan dan keterampilan yang dibutuhkan oleh pasar kerja. Untuk mempersiapkan generasi penerus yang akan menjadi penduduk usia produktif yang berkualitas khususnya para generasi Pramuka, buku ini bertujuan memberikan pengetahuan tentang berbagai profesi, motivasi untuk memiliki cita-cita yang tinggi dan adanya dunia kewirausahaan. Dimana diharapkan Pramuka dapat menjadi contoh nyata yang baik bagi lingkungan sekitarnya.

Penduduk Usia Lanjut



Saat ini jumlah usia lanjut sekitar 21 juta jiwa dan diperkirakan pada tahun 2050 jumlahnya meningkat mencapai angka 79,8 juta jiwa. Meningkatnya jumlah Lansia akan memberikan dampak dalam berbagai aspek kehidupan, seperti penyediaan fasilitas umum yang ramah lansia dan sikap-sikap positif dari keluarga. Oleh karena itu generasi penerus saat ini khususnya untuk para Pramuka yang akan menjadi contoh bagi lingkungan sekitarnya harus sudah diajarkan untuk menjadi manusia yang produktif dan mandiri sehingga siap menghadapi masa dewasa dari sekarang dengan mulai menghormati, menyayangi, dan peduli kepada kakek dan nenek mereka. Dari sisi lansia, mereka akan senang dan gembira jika mendapat kasih sayang dan perhatian yang besar dari cucunya.

Urbanisasi



Penduduk yang tinggal di wilayah perkotaan sudah mencapai 54% (BPS, 2010) dari total seluruh penduduk di Indonesia. Diperkirakan pada tahun 2050, penduduk yang tinggal di perkotaan akan mencapai 75%. Pesatnya pertumbuhan perkotaan dapat menyebabkan masalah seperti polusi, kemacetan, banjir, pemukiman yang padat serta kerusakan lingkungan. Bagi daerah asal (desa) jika ditinggalkan dapat menyebabkan kekurangan Sumber Daya Manusia potensial yang dapat mengelola dan membangun daerah asalnya.

Oleh karena itu perlu ditanamkan kepada setiap insan Pramuka bahwa tinggal di desa dan kota sama saja dengan kelebihan dan kekurangannya. Setiap Pramuka didorong untuk mencintai dan peduli daerah asalnya, memiliki kesadaran untuk memajukan daerahnya masing-masing dan berkontribusi menciptakan desa maupun kota yang ramah lingkungan dengan menjaga kebersihan lingkungan dan berperilaku hidup sehat. Disamping juga senantiasa selalu merasa bangga menjadi seorang Pramuka Indonesia baik di desa maupun di kota. Salam Pramuka!

GAMBARAN UMUM KEPENDUDUKAN DI INDONESIA

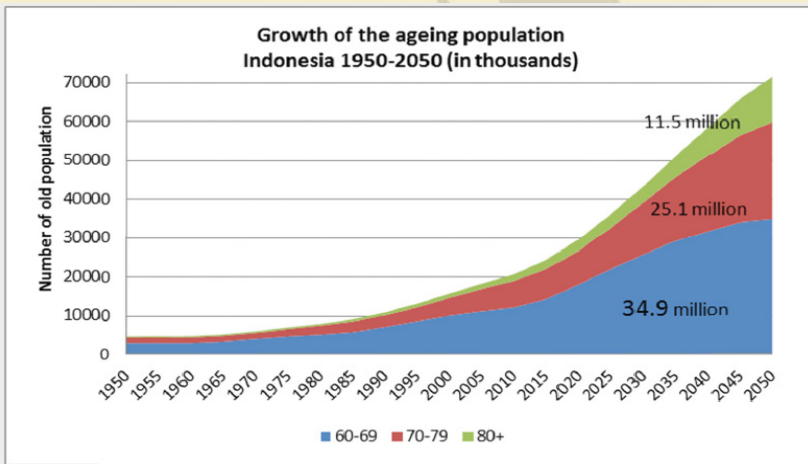
Indonesia telah mengalami transisi demografi yang signifikan sejak tahun 1970-an (Adioetomo, 2006) yang ditandai dengan penurunan angka kelahiran dan angka kematian bayi serta peningkatan angka harapan hidup (*life expectancy*)¹. Jumlah anak per perempuan turun dari 5,5 anak pada awal tahun 1970-an menjadi hanya 2,1 anak pada tahun 2010 (BPS & Macro International, 2008). Penurunan angka kematian bayi dan anak telah mengarah ke banyaknya jumlah anak-anak yang mencapai usia dewasa (BPS, 2006).

Sementara itu, angka harapan hidup meningkat dari 45 tahun di awal 1970-an menjadi 68,9 tahun pada tahun 2010 (HelpAge LD, 2012). Peningkatan rentang hidup juga memengaruhi populasi lanjut usia (lansia). Rerata angka harapan hidup di usia 60 telah meningkat dari 13 tahun pada tahun 1971

¹ Angka harapan hidup (*life expectancy*) adalah perkiraan rata-rata tambahan umur seseorang yang diharapkan dapat terus hidup jika angka kematian tetap sama (Adioetomo & Samosir (ed), 2011)

menjadi 17 tahun pada tahun 2010 (LD & HelpAge, 2012).

Grafik 1. Pertumbuhan Populasi Lansia Indonesia yang Berusia 60 tahun ke atas, 1950-2050



Sumber: Adioetomo dalam Howell & Priebe (2013)

Transisi tersebut menciptakan tantangan demografi baru bagi Indonesia. Populasi lansia akan meningkat dari 18 juta pada tahun 2010 menjadi 36 juta pada tahun 2025 dan lebih dari 71 juta pada tahun 2050. Dengan begitu, seperti yang diperlihatkan pada Grafik 1, proporsi lansia meningkat hingga 23 persen dari total populasi.

Akibat peningkatan ini, Indonesia akan mencapai titik tolak demografi yang terkait dengan masyarakat yang semakin menua (*ageing society*). Indonesia akan mencapai ambang batas ‘penuaan’ pada tahun 2018 ketika proporsi penduduk berusia 60 tahun ke atas mencapai 10 persen dari total populasi. Setelah itu, hanya dalam waktu 20 tahun, Indonesia akan bergeser dari fase ‘menua’ menjadi ‘tua’ ketika penduduk berusia 65 tahun ke atas mencapai 14 persen dari total populasi (Howell & Priebe, 2013).

Oleh karena itu, pemahaman mengenai kondisi lansia Indonesia serta tantangan yang dihadapinya menjadi sangat krusial. Bukan saja sebagai pedoman untuk mempersiapkan diri menghadapi masa tua sejak dini, tetapi juga memberi motivasi untuk meringankan beban lansia di sekitar kita. Dengan begitu, Pramuka Pandega diharapkan dapat berperan aktif dalam melakukan bina masyarakat, terutama kepada lansia, dan juga mempersiapkan diri agar kelak menjadi lansia yang berkualitas dan mandiri.

PENGERTIAN LANJUT USIA & MASYARAKAT YANG MENUA (AGEING SOCIETY)

Menurut Undang-Undang Nomor 13 tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, **lanjut usia** (lansia) didefinisikan sebagai penduduk yang telah mencapai usia 60 tahun ke atas. Untuk kepentingan keilmuan, lansia dapat dibedakan menjadi tiga, yaitu:

1. Lansia muda : usia 60 - 69 tahun
2. Lansia menengah : usia 70 - 79 tahun
3. Lansia tua : usia 80 ke atas

Namun begitu, dalam pembahasan mengenai lansia di dunia internasional, lansia seringkali didefinisikan sebagai penduduk berusia 65 tahun ke atas. Oleh sebab itu, dalam pembahasan mengenai lansia, terutama untuk kepentingan kebijakan, perlu dipahami definisi mana yang digunakan.

Selain istilah lansia, ada pula istilah yang sering disebut dengan **masyarakat yang menua**

(*ageing society*). Meskipun tidak ada definisi absolut untuk struktur populasi yang ‘menua’ dan ‘tua’, akan tetapi laporan-laporan internasional dan nasional mengategorikan tingkat ‘menua’ dan ‘tua’ berdasarkan proporsi populasi lansia berusia 60 tahun ke atas dan populasi lansia berusia 65 tahun ke atas. Jika lansia didefinisikan sebagai kelompok usia 60 tahun ke atas, masyarakat ‘menua’ terjadi ketika proporsi penduduk berusia 60 tahun ke atas mencapai 10 persen dan ‘tua’ ketika proporsi penduduk berusia 65 tahun ke atas mencapai 20 persen. Akan tetapi, jika lansia didefinisikan sebagai kelompok berusia 65 tahun ke atas, masyarakat ‘menua’ terjadi ketika proporsi penduduk berusia 65 tahun ke atas sebesar 7 persen dan ‘tua’ ketika proporsinya mencapai 14 persen (Howell & Priebe, 2013).

Sebagaimana penduduk kelompok umur lainnya, lansia juga memiliki kebutuhan yang harus dipenuhi. Kebutuhan lansia dapat diidentifikasi berdasarkan teori kebutuhan manusia dari Maslow yang menyebutkan bahwa pada dasarnya kebutuhan manusia dapat dibagi menjadi 5, yaitu

kebutuhan fisik, keamanan, sosial, penghargaan dan aktualisasi diri.

Grafik 2. Teori Hierarki Kebutuhan Manusia Menurut Maslow



Kebutuhan utama lansia adalah pemenuhan kebutuhan fisik atau kebutuhan dasar yang berupa makan, minum dan tempat tinggal. Kebutuhan ini diperlukan untuk bertahan hidup dan sekaligus menjaga kesehatan. Kebutuhan kedua adalah

keamanan dan perlindungan. Kebutuhan ketiga adalah kebutuhan sosial, yaitu perasaan diterima sebagai anggota kelompok dan dicintai. Kebutuhan keempat adalah penghargaan yaitu pengakuan dan harga diri. Kebutuhan kelima adalah aktualisasi diri yaitu kebutuhan untuk pemahaman dan pengembangan diri.

Dengan segala persoalan yang dihadapi oleh lansia sesuai dengan karakteristiknya, maka kebutuhan lansia dapat dibagi menjadi dua, yaitu kebutuhan fisik dan nonfisik. Kebutuhan fisik adalah kebutuhan yang terkait dengan kebutuhan dasar yaitu makan, minum, tempat tinggal serta kesehatan. Sementara itu kebutuhan nonfisik merupakan akumulasi dari kebutuhan sosial dan psikologis.

Lansia termasuk dalam kategori penduduk rentan dilihat dari kemunduran pada segi fisik, psikologis, sosial, ekonomi dan kesehatan sehingga mereka terlindung oleh jaminan sosial, sebagaimana tercantum dalam UU No. 11 tahun 2009 tentang Kesejahteraan Sosial yang memberikan lansia

asuransi kesejahteraan sosial dan bantuan langsung berkelanjutan. Selain itu, kebijakan mengenai lansia harus dibuat dengan mempertimbangkan klasifikasi kebutuhan yang diuraikan di atas.

PENYEBAB MENINGKATNYA JUMLAH PENDUDUK LANJUT USIA

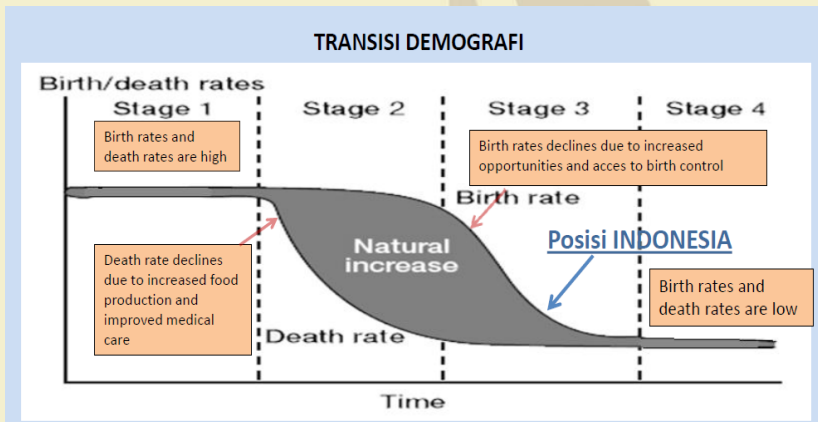
Seperti yang sempat diuraikan sebelumnya, peningkatan jumlah penduduk lansia dari tahun ke tahun disebabkan karena adanya transisi demografi. Transisi demografi ditandai dengan penurunan angka kematian (mortalitas) yang kemudian disusul dengan penurunan angka kelahiran (fertilitas). Penurunan angka kelahiran menyebabkan menurunnya proporsi penduduk usia muda. Sementara itu, penurunan angka kematian menyebabkan meningkatnya angka harapan hidup, proporsi penduduk usia produktif dan penduduk lansia (lihat Grafik 3).

1. ***Penurunan Angka Kelahiran (Fertilitas)***

Penurunan angka kelahiran menjadi faktor yang menyebabkan meningkatnya jumlah penduduk lanjut usia. Angka kelahiran tersebut dapat dilihat dari angka fertilitas total (*Total Fertility Rate/TFR*).

Rata-rata TFR negara maju sejak abad kedua puluh telah mengalami penurunan secara terus menerus. Pada tahun 1950-1955 angka TFR telah mencapai angka 2,8 anak per wanita.

Grafik 3. Transisi Demografi



Angka yang sudah rendah ini terus mengalami penurunan hingga pada tahun 2000-2005 mencapai angka yang sangat rendah yaitu 1,5 anak per wanita. Kini, semua negara maju telah mencapai TFR di bawah 2,1 (*replacement level*²). Bahkan di beberapa negara mencapai angka 1,3 anak per wanita. Di Indonesia, TFR mengalami penurunan dari angka 5,5 pada periode 1950-1955 menjadi 2,3 pada

² *Replacement level* menunjukkan berapa banyak perempuan melahirkan anak perempuan yang kelak akan menggantikan fungsi reproduksinya.

periode 2000-2005. Di tahun-tahun berikutnya, TFR diproyeksikan akan mencapai 2,1 dan stagnan hingga 2050.

Grafik 4. TFR dan Angka Harapan Hidup Indonesia, Tahun 1950-2050



2. ***Penurunan Angka Kematian (Mortalitas)***

Penurunan angka mortalitas khususnya pada kelompok usia tua menyebabkan terjadinya penuaan penduduk atau peningkatan jumlah penduduk lanjut usia. Kondisi tersebut sangat nampak terutama di negara-negara maju yang lebih dulu berhasil menurunkan angka kelahiran.

Angka harapan hidup saat lahir semakin mengalami peningkatan seiring menurunnya angka kematian penduduk. Angka harapan hidup penduduk di Indonesia usia 60 tahun ke atas diprediksi mengalami peningkatan pada kurun waktu 2000-2050. Pada tahun 2050, angka harapan hidup penduduk Indonesia usia 60 tahun diprediksi akan meningkat sebesar 3,8 tahun, sedangkan angka harapan hidup penduduk usia 65 tahun meningkat sebesar 3,3 tahun. Dalam kurun waktu 50 tahun mendatang angka harapan hidup penduduk usia 80 diproyeksi meningkat 1,7 tahun.

LANSIA DI INDONESIA

Transisi demografi telah mengubah komposisi jenis kelamin pada setiap kelompok umur. Pada lansia, kecenderungan jumlah lansia perempuan melebihi jumlah lansia laki-laki akan terus bertahan sebagai konsekuensi dari kondisi perempuan yang memiliki rentang hidup yang lebih panjang dibandingkan dengan laki-laki. Hal ini yang disebut fenomena 'feminisasi penuaan'. Ketidakseimbangan ini akan sedikit menurun dari rasio perempuan terhadap laki-laki di kelompok usia 75 tahun ke atas, yaitu 130 perempuan berbanding 100 laki-laki (2010) menjadi 126 perempuan berbanding 100 laki-laki pada tahun 2025 (Bappenas, BPS & UNFPA, 2005).

Tabel 1. Rasio Perempuan terhadap Laki-Laki pada Lansia di Indonesia Berdasarkan Kelompok Umur

Usia	2010	2015	2020	2025
60-64	98	96	100	105
65-69	106	102	100	105
70-74	115	111	107	106
75+	130	130	127	126

Sumber: Bappenas, BPS & UNFPA (2005)

Status kesehatan merupakan indikator yang sangat penting dalam mengukur kesejahteraan lansia. Angka harapan hidup sehat pada usia 60 tahun diestimasi sebesar 11 tahun. Ini mengindikasikan bahwa lansia akan menjalani masa tuanya dengan kondisi kesehatan yang buruk.

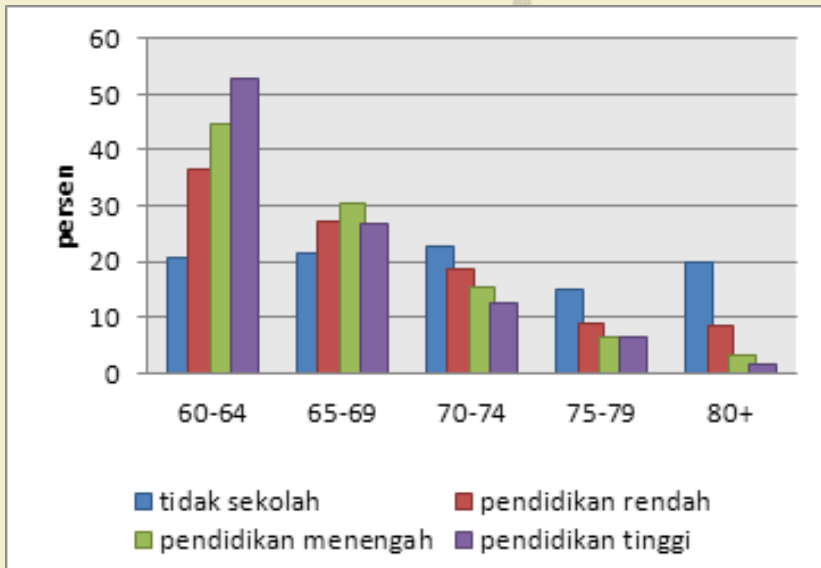
Penyakit yang paling sering dilaporkan terjadi pada lansia adalah penyakit jantung, hipertensi dan reumatik. Insiden disabilitas di kalangan lansia mencapai 27 persen. Status kesehatan ini diduga dapat memengaruhi kesejahteraan dan menjadikan status kemiskinan menjadi semakin buruk. Oleh karena itu, biaya kesehatan untuk lansia diperkirakan cukup besar dan seringkali membutuhkan dukungan finansial tambahan.

Dilihat dari sisi ekonomi, pada tahun 2011, 12 persen lansia berada di bawah garis kemiskinan. Terutama lansia berumur 70 tahun ke atas dan 80 tahun ke atas adalah kelompok lansia yang angka kemiskinannya tertinggi, masing-masing sebesar 13,3 persen dan 16 persen³. Pada saat yang sama, terdapat 27,5 persen lansia yang berada di bawah garis 'hampir miskin' BPS (1,2 kali garis kemiskinan resmi) pada tahun 2009.

Dilihat dari sisi pendidikan, ternyata tingkat kemampuan membaca yang lebih rendah dibandingkan penduduk kelompok umur lainnya, terutama pada lansia perempuan yang tinggal di perdesaan. Hanya sekitar 30 persen perempuan di usia 70 tahunan dan 35 persen lansia di perdesaan dalam rentang usia yang sama yang memiliki kemampuan membaca. Hal ini terjadi sebagai konsekuensi dari pendidikan yang relatif rendah di masa kanak-kanak mereka. Data Survei Sosial Ekonomi Nasional (Susenas) tahun 2012 triwulan 3 juga menegaskan betapa rendahnya pendidikan lansia Indonesia (lihat Grafik 5).

³ Perhitungan dilakukan oleh HelpAge International dan Lembaga Demografi Universitas Indonesia dari data SUSENAS 2005-2010 (ronde Juli/Agustus) dan SUSENAS 2011 (kuartal Maret dan Juni).

*Grafik 5. Distribusi Lansia Menurut Pendidikan,
Indonesia 2012*

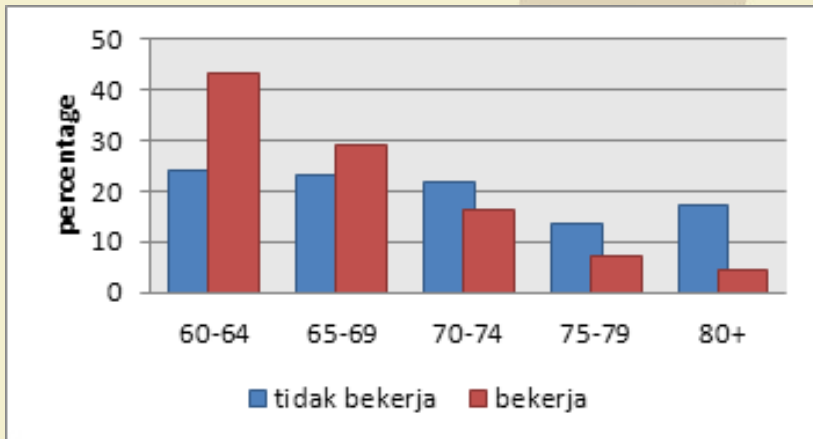


Sumber: Diolah dari data Susenas 2012 TW III

Pengaturan hidup (*living arrangement*) juga memengaruhi kualitas hidup lansia secara signifikan. Lansia yang hidup di dalam rumah tangga multigenerasi tercatat memiliki angka kemiskinan tertinggi. Meskipun begitu, angka kemiskinan yang dilaporkan untuk lansia yang tinggal sendiri dan lansia yang tinggal di rumah tangga kecil seringkali kurang dari keadaan aslinya. Penelitian kualitatif

menunjukkan bahwa lansia yang hidup sendiri, terutama dalam kondisi fisik yang baik, diduga sebagai simbol kemandirian dan otonomi, sementara tinggal dengan orang lain mungkin merupakan pilihan terakhir bagi lansia yang tidak mampu lagi menghidupi dirinya sendiri.

Grafik 6. Distribusi Lansia Menurut Status Bekerja, Indonesia 2012



Sumber: Diolah dari data Susenas 2012 TW III

Seperti yang diperlihatkan Grafik 6 di atas, sebagian lansia masih aktif melakukan kegiatan ekonomis. Ini juga diduga sebagai simbol kemandirian dan otonomi serta kemungkinan besar karena lansia masih memiliki kondisi fisik yang

sehat. Di antara lansia yang masih aktif bekerja, sebagian besar bekerja adalah mereka yang berusia 60-64 tahun dan 65-69 tahun.

Lansia bergantung pada berbagai sumber pendapatan. Ada yang bersumber dari pekerjaannya sendiri. Ada pula yang bersumber dari pemberian atau transfer dari orang lain. Menurut hasil perhitungan HelpAge dan Lembaga Demografi Universitas Indonesia dengan menggunakan data Survei Angkatan Kerja Nasional (Sakernas) tahun 2011, lebih dari 60 persen lansia memperoleh pendapatan dengan bekerja secara mandiri akan tetapi umumnya menerima bayaran yang rendah.

Meskipun ada pendapatan yang bersumber dari pekerjaan, transfer pribadi merupakan sumber dukungan utama untuk rumah tangga yang di dalamnya terdapat lansia. Sekitar 57 persen lansia melaporkan menerima uang transfer yang berasal dari anggota keluarga maupun tetangga. Hal ini menunjukkan fakta bahwa lansia cukup banyak mengandalkan jejaring sosial untuk mendukung hidupnya. (Howell & Priebe, 2013).

PERAN PRAMUKA PANDEGA

Apa Peran Pramuka Pandega dalam permasalahan Lansia ini? Pramuka Pandega yang berada pada rentang usia 21—25 tahun merupakan individu yang mendekati masa dewasa. Pada masa tersebut terjadi proses perkembangan meliputi perubahan yang berhubungan dengan perkembangan psikoseksual, dan juga terjadi perubahan dalam hubungan dengan orang tua dan cita-cita mereka sebagai proses pembentukan orientasi masa depan. Dengan begitu, kegiatan Pramuka hendaknya diarahkan pada penguatan gagasan, pemahaman realitas kehidupan, dan pencapaian cita-cita dalam mengisi masa depan.

Pramuka Pandega dapat dipandang sebagai orang dewasa muda. Pada usia tersebut, Pramuka Pandega telah mengarah kepada kematangan dan kemantapan berpikir, sikap serta tindakan yang realistis, kritis dan analitis. Masa usia yang terpengaruh jiwa petualangan (*avonturier*) dan keinginan untuk merombak hal-hal yang dinilai tidak sesuai dengan dirinya.

Dalam rangka mengembangkan kemampuan Pramuka Pandega dalam penyelenggaraan pembangunan sumber daya manusia Indonesia, khususnya di bidang lanjut usia diperlukan peran sertanya yang dapat dilakukan dengan melaksanakan **catur bina**, yaitu:

1. **Bina Diri**

Pandega perlu membina diri sendiri agar terbentuk karakter manusia yang unggul dan siap terjun ke masyarakat. Dalam upaya menumbuhkan kemandirian, mendewasakan mental, dan spiritual, Pramuka Pandega perlu meningkatkan keterampilan dan pengembangan bakat, dan peningkatan pengetahuan di berbagai bidang khususnya terkait dengan hal ini tentang pengetahuan kependudukan dan Lansia.

Dalam bina diri, Pramuka Pandega harus menguatkan jiwa kepemimpinan, sikap yang mantap, dan penguasaan pengetahuan dan teknologi. Penguasaan itulah yang akan

memberikan warna lebih pada diri seorang Pandega terhadap kemandiriannya.

Terkait masalah lansia, kemandirian seorang Pandega dapat diwujudkan dengan mempersiapkan diri sejak usia muda, baik pengetahuan, keterampilan hingga kesiapan finansial/tabungan menghadapi masa lansia nanti.

Sedangkan dari segi perilaku hidup sehat, Pandega hendaknya dapat berperilaku hidup sehat, yaitu dengan olah raga, makan makanan bergizi, dan menerapkan pola hidup sehat sehingga saat usia lanjut tiba akan menjadi lansia mandiri yang sehat.

2. Bina satuan

Pandega sudah saatnya berani untuk mulai mengelola organisasi reka, racana, kelompok kerja, sangga kerja, dan dewan kerja. Prinsip *dari, oleh, dan untuk Pandega dengan kemitraan pembina* Pandega perlu dijalankan dengan baik.

Pandega yang berani dan kuat dalam bina satuan akan mempunyai kemampuan baik dalam merencanakan, melaksanakan, dan mengadakan evaluasi kegiatan yang sesuai dengan aspirasi jiwa mudanya.

Pandega juga harus mengembangkan pengetahuan dan keterampilan kepada Pramuka Siaga, Penggalang, Penegak dan sebagai instruktur yang membantu para Pembina Pramuka dan Pamong Saka. Pandega harus berkesempatan mengikuti kursus instruktur, kursus Pembina Pramuka, dan berbagai kursus keterampilan.

Terkait lansia, para pandega harus mulai mengajak pramuka siaga, penggalang dan penegak untuk memperhatikan dan menghargai lansia, misalnya dengan cara:

- a. Memperhatikan kesehatan fisiknya dengan mengingatkan lansia untuk menjaga makanan dan kondisi kesehatannya.

- b. Memperhatikan kesehatan jiwa dan emosinya dengan menghibur dan membangkitkan semangat hidupnya.
- c. Membangkitkan daya dan kemampuannya. Jangan membuat lansia merasa tidak berdaya sama sekali. Biarkan mereka tetap melakukan apapun yang dapat mereka lakukan sendiri dengan aman. Jangan biarkan mereka kehilangan kemandiriannya selagi masih bisa.
- d. Perlakukan lansia dengan lembut. Jangan menarik dan melukai tubuhnya yang rentan karena mudah terluka dan dapat mengakibatkan infeksi dan sakit berkepanjangan.
- e. Membantu gerak dan mentalnya agar tetap lincah dengan cara mengajak mereka mengobrol, berpikir, bergerak, berjalan-jalan, menonton dan melakukan permainan sederhana bersama.

- f. Membantu menyesuaikan diri dengan teknologi agar lansia dapat mengikuti kemajuan dan tidak merasa ditinggalkan serta terisolasi.

3. **Bina Masyarakat**

Dalam rangka pengembangan kesadaran bermasyarakat, bentuk kegiatan pengabdian masyarakat perlu ditingkatkan dan dikembangkan, sehingga Pramuka Pandega dapat berperan dalam kehidupan bermasyarakat sekaligus dapat meletakkan landasan bagi masa depannya.

Para Pandega diarahkan untuk berperan dalam masyarakat sebagai peneliti, penyuluh, penggerak, pelopor dan pemimpin masyarakat, sehingga di kemudian hari dapat berperan sebagai pemimpin bangsa dan negara.

Pengabdian Pramuka Pandega kepada masyarakat meliputi segala bidang kehidupan manusia, seperti bidang ekonomi, sosial,

budaya, agama, kesejahteraan hidup, keluarga berencana, lingkungan hidup, keamanan dan pertahanan dan lain-lain.

Sebagai wujud pengabdian kepada masyarakat khususnya dalam menangani masalah kependudukan dan lansia, maka Pramuka Pandega perlu melakukan kegiatan sebagai berikut:

a. **Memberikan penyuluhan kepada para lansia tentang kebijakan pemerintah**

Banyak lansia yang tidak tahu tentang program yang dibuat oleh pemerintah tentang Jaminan Sosial Lanjut Usia (JSLU). Program pemerintah tersebut dilakukan dengan program subsidi langsung tunai kepada lansia tidak produktif untuk meningkatkan kesejahteraannya atau sekedar mencukupi kebutuhan hidupnya.

Kebijakan lainnya yang juga jarang diketahui oleh masyarakat yaitu program Usaha

Ekonomi Produktif yang dilakukan kepada lansia produktif yang potensial dan mampu bekerja untuk meningkatkan kesejahteraan hidupnya. Program ini memberikan bantuan modal usaha berupa kredit lunak untuk membantu lansia agar terus bekerja dan bertujuan agar lansia tidak menggantungkan pada anak atau keluarganya yang masih muda.

Maka dari itu, Pramuka Pandega sebaiknya membantu pemerintah dalam pemberian penyuluhan terhadap para lansia agar mereka mendapatkan bantuan dana yang diberikan pemerintah serta dapat membantu mensejahterakan kehidupan dari para lansia tersebut.

b. Membantu mendirikan pendampingan dan perawatan lansia

Pendampingan dan perawatan lansia dapat juga disebut sebagai panti jompo, yang bertugas untuk membantu para lansia yang

tidak memiliki rumah ataupun yang tidak memiliki sanak keluarga yang merawatnya. Sudah sepatutnya pramuka pandega dapat membantu para lansia yang berada di panti jompo tersebut dengan memberikan kasih sayang, pengertian dan rasa nyaman. Hal tersebut dilakukan agar para lansia tidak merasa terasingi dan sendirian. Dengan mendirikan panti jompo juga dapat mendampingi mereka dalam melakukan kegiatan-kegiatan yang bersifat produktif.

c. **Mendirikan posyandu lansia**

Posyandu lansia tidak jauh berbeda dengan posyandu lainnya, hanya saja pesertanya adalah para lansia. Kegiatannya meliputi pemeriksaan kesehatan lansia, penyuluhan lansia dan penimbangan berat badan. Pemeriksaannya dilakukan dengan memaksimalkan peran dokter dari puskesmas setempat.

4. **Bina Masa Depan**

Bagaimanapun, Pandega lambat atau cepat akan memasuki masa depannya dalam bentuk bekerja sesuai dengan bakat dan minatnya. Masa depan Pandega harus baik dan berguna. Jika mereka kelak bekerja di sebuah perusahaan atau lembaga, pekerjaan yang ditunjukkan Pandega akan memberikan apresiasi yang positif bagi yang melihatnya. Pandega di masa depan harus menjadi teladan dalam bekerja di perusahaan atau lembaganya. Jika kelak Pandega berwirausaha secara mandiri, keberhasilan akan muncul dan diakui oleh masyarakat.

Untuk itu, Pandega harus diberikan kesempatan untuk melatih diri melalui *Job Creation* atau kreasi dalam bekerja dalam berbagai kesempatan. Berilah Pandega kesempatan seluas-luasnya untuk berkreasi. Lalu, berilah Pandega dorongan untuk mengembangkan masa depannya melalui satuan karya, kursus-kursus, magang, telaah pekerjaan dan keahlian, seminar, diskusi mendalam, berkonsultasi dengan ahli, dan seterusnya.

STUDI KASUS

Ratna adalah seorang mahasiswa salah satu universitas yang sedang menjalani praktek kerja lapangan di salah satu perusahaan BUMN yang berada di daerah Tangerang. Selama ia melakukan praktek kerja, Ratna mendapatkan seorang pembimbing lapangan yang usianya sudah 69 tahun namun tetap giat bekerja. Ratna pun memberanikan diri untuk bertanya kepada pak Tomo nama bapak tersebut mengapa ia masih tetap bekerja, padahal seharusnya ia sudah beristirahat di rumah karena usianya yang tidak muda lagi.

Pak Tomo menjelaskan, bahwa memang beliau sudah pensiun, namun ketika beliau masih aktif bekerja di perusahaan, beliau selalu bersyukur kepada tuhan, selalu rajin bekerja, disiplin, jujur, dan selalu menjaga kesehatannya dengan berolahraga. Oleh karena itu setelah pensiun, perusahaannya tetap mempekerjakannya sebagai tenaga kerja lepas. Bukan berarti produktivitas beliau menurun,

justru karena keahlian dan pengalaman yang dimilikinya, Beliau tetap diminta untuk bekerja sebagai pengawas. Baginya, lanjut usia bukan halangan untuk tetap berkarya dan mendapatkan rezeki hingga dapat mencukupi kebutuhan.

Selama praktek lapangan, Ratna tinggal di sebuah rumah kos-kosan. Pemiliknya adalah seorang pensiunan pegawai. Kos-kosan tersebut sangat nyaman. Terdapat empat kamar di lantai bawah dan enam kamar di lantai atas. Fasilitasnya pun sangat memadai, ada dapur lengkap dengan wastafel, kompor, pemanas nasi, dispenser, kulkas dan peralatan makan. Di bagian tengahnya disediakan ruang keluarga yang besar, tempat penghuni kos lain saling mengenal satu sama lain. Halamannya juga sangat luas, cukup untuk kendaraan yang dibawa oleh penghuni kos dan memiliki kantin agar penghuni kos tidak perlu repot keluar mencari makan.

Tak terasa sebulan penuh sudah Ratna menjalani praktek lapangan, tiba waktunya untuk membuat laporan hasil praktek lapangan. Pada

saat ia hendak mengumpulkan laporan ke kampus, Ratna melihat seorang nenek membawa karung. Bajunya kotor dengan rambut putihnya acak-acakan, Beliau hanya beralaskan sandal jepit murah sambil berjalan dengan lemah. Ratna yang saat itu mengendarai motor langsung menghentikannya dan menghampiri nenek tersebut. Kemudian Ratna bertanya kepada nenek tersebut, “nenek dari mana? Mau kemana?”

Sang nenek menjawab “mau pulang”, setelah mengumpulkan barang-barang bekas. Barang yang dikumpulkan di antaranya adalah kertas kardus, plastik, dan gelas plastik untuk dijual kepada pengepul barang-barang bekas dan hasilnya digunakan untuk kebutuhan makan sehari-hari.

Sambil berjalan menuntun motornya, Ratna dengan penuh perhatian mendengarkan cerita nenek yang ternyata nenek mempunyai lima orang anak yang hanya sekolah sampai Sekolah Dasar. Kondisi ekonominya juga kurang baik, sehingga nenek tidak mau menjadi beban anaknya.

Tidak terasa Ratna sudah sampai di depan rumah nenek yang ternyata tidak jauh dari tempat Ratna berhenti ketika menghampiri nenek.

Sungguh miris Ratna melihat nenek tersebut, tidak ada yang mempedulikannya dan berbaik hati padanya. Sesampainya Ratna di rumah nenek tersebut, ia melihat sekitar. Rumahnya terbuat dari kayu, lebih mirip gubuk daripada rumah. Jika hujan bagian dalamnya akan kebasahan, dan saat siang pun cahaya matahari masih dapat masuk melewati celah atapnya. Ratna merenung, apa yang harus aku lakukan ?

1. Dari cerita di atas, sebagai Pramuka Pandega, “Bagaimana kehidupan pak Tomo di masa lansianya?”

“Bagaimana kehidupan nenek di masa lansianya?”

2. Menurut anda sebagai Pramuka Pandega, membaca kisah nenek yang kehidupan di masa tuanya tidak seperti pak Tomo, apa yang sebaiknya dilakukan ?

Referensi

- Adioetomo, S. M. 2006. "Age Structural Transition and Their Implication: The Case of Indonesia over a Century" dalam Pool, Wong & Vilquin (eds). 2006. *Age Structural Transitions: Challenges for Development*. Paris: CICRED.
- Adioetomo, S. M. & Samosir, Omas Bulan (ed). 2011. *Dasar-Dasar Demografi*. Jakarta: Salemba Empat.
- Badan Pusat Statistik (BPS) & Macro International. 2008. *Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia 2007*. USA: BPS & Macro International.
- Bappenas, BPS & UNFPA. 2005. *Indonesia Population Projection 2000-2025*. Jakarta: Bappenas, BPS & UNFPA.
- Lembaga Demografi & HelpAge International. 2012. "Findings of a Household Survey of Jaminan



Sosial Lanjut Usia (JSLU) Beneficiaries and non-Beneficiaries.” Working Paper, HelpAge/LD.

Howell, Fiona & Priebe, Jan. 2013. *Asistensi Sosial untuk Usia Lanjut di Indonesia*. Jakarta: TNP2K & AusAID.

www.voanews.com



