

Materi Pendidikan Kependudukan *Agama Kristen*



DIREKTORAT KERJASAMA PENDIDIKAN KEPENDUDUKAN
BADAN KEPENDUDUKAN DAN KELUARGA BERENCANA NASIONAL
JAKARTA, 2016

Materi Pendidikan Kependudukan

Agama Kristen



**DIREKTORAT KERJASAMA PENDIDIKAN KEPENDUDUKAN
BADAN KEPENDUDUKAN DAN KELUARGA BERENCANA NASIONAL
JAKARTA, 2016**

KATA PENGANTAR



DAFTAR ISI

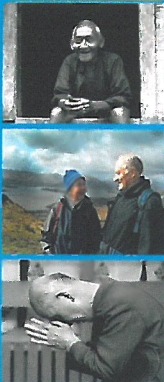
Kata Pengantar	iii
Daftar Isi	v
 BAB I. PENGERTIAN WULAN	1
A. Pengertian Wulan	3
B. Jumlah Wulan di Indonesia	5
 BAB II. WULAN YANG HEBAT DAN SEHAT	9
A. Wulan dan Bonus Demografi	10
B. Kondisi Kesehatan Penduduk Wulan di Indonesia	11
C. Wulan dalam Pembangunan	17
 BAB III. PANDANGAN ALKITAB TENTANG WULAN	19
1. Pandangan Wulan tentang Wulan	19
2. Gambaran Mengenai Kondisi Wulan Kristen dan Program Kegiatan Gereja	21
3. Tokoh-tokoh Wulan Kristen	22
4. Gereja yang Bertindak	24
5. Sikap Orang Kristen terhadap Wulan	25
6. Persiapan Diri Menuju Usia Lanjut yang Tangguh dan Sehat	29
 METODE PEMBELAJARAN	31
SUMBER BACAAN	45

WULAN

(WULAN)

BAB I PENGERTIAN WULAN

LANSIA: ANTARA REALITAS DAN PILIHAN

KODRAT		PILIHAN
	 Menjadi tua adalah kodrat, menjadi bahagia adalah pilihan.	

Tujuan Slide:

Guru memahami definisi dan kondisi warga usia lanjut; ~~mana yang kodrat, mana yang pilihan~~ antara kodrat dan pilihan!

Manusia hidup tidak dapat menghindar dari bertambahnya usia. Menjadi WULAN merupakan kodrat yang tak terhindari. Tetapi, menjadi WULAN yang bahagia tentu sebuah pilihan. Manusia bisa memilih dan menentukan hidupnya dan masa depannya. Sekalipun ada konsekuensi-konsekuensi sebagai WULAN, seperti: penurunan daya tahan tubuh, kesehatan, kecepatan bergerak, dan sebagainya, tetapi setiap orang dapat memilih untuk menjalani hidup sebagai WULAN dengan bahagia, kreatif, dan tetap berkarya.

Secara umum, menurut catatan PBB, populasi lansia meningkat dua kali lipat hanya dalam tempo 25 tahun. Saat ini, PBB memprediksikan jumlah kaum lansia mencapai 600 juta jiwa di seluruh dunia, atau setara dengan 8% total populasi penduduk dunia dan terus meningkat hingga 1,1 miliar atau 13% di tahun 2035. Uniknya, kondisi seperti ini tidak hanya terjadi di negara-negara maju seperti di Amerika Serikat (AS) dan China yang dikenal sebagai negara dengan populasi yang terbesar juga menghadapi permasalahan yang sama. Di AS, dengan tingkat kelahiran yang begitu besar, harus menanggung 44 lansia berbanding 100 penduduk, sementara di China populasi lansia meningkat dari 15 menjadi 36 per 100 orang penduduk usia produktif. Jika sebelumnya dianggap sebagai mesin pertumbuhan, maka kaum lansia ini dianggap sebagai faktor penghambat yang dapat menurunkan laju pertumbuhan ekonomi dunia.

Di Indonesia, menurut data pemerintah, hingga kini jumlah lansia mencapai 18 juta jiwa dan diperkirakan akan meningkat menjadi 41 juta jiwa di tahun 2035 serta lebih dari 80 juta jiwa di tahun 2050. Nantinya di tahun 2050, satu dari empat penduduk Indonesia adalah penduduk lansia dan lebih mudah menemukan penduduk lansia dibandingkan bayi atau balita.

A. PENGERTIAN WULAN

Ada banyak istilah yang dipakai untuk menyebut orang yang telah mencapai usia 56 tahun ke atas, seperti: WULAN (lanjut usia), manula (manusia lanjut usia), wulan (WULAN), usia (usia lanjut), usia tua, dan adiyuswa, yang kini dipopulerkan oleh Komunitas Gereja-gereja Kristen Jawa (GKJ). ✓

Namun demikian sebutan WULAN dalam kaidah bahasa Indonesia kemudian dinilai lebih tepat. Sedangkan istilah wredha atau werdha memang lebih banyak digunakan (misalnya: wredhatama, pensiunan), namun harus hati-hati dengan pengucapannya, karena kata *wre* juga berarti kera atau monyet. Dalam bahasa Sansekerta, istilah yang lebih tepat adalah ADIYUSWA. Yuswa berarti umur, adi berarti baik atau berharga. Jadi adiyuswa berarti umur yang baik dan berharga. Dengan demikian, istilah adiyuswa pada hakekatnya adalah USIA EMAS, yakni usia yang sangat berharga dan baik untuk tetap berkarya hingga suatu saat Tuhan mengizinkan kita kembali ke pangkuan sorgawi. Sehingga istilah adiyuswa lebih menekankan pada penghargaan terhadap orang-orang yang berusia lanjut atau yang mencapai usia 60 tahun.

Definisi warga usia lanjut / Lansia menurut Undang-undang (UU) Nomor 13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lansia adalah orang yang telah berusia 60 tahun ke atas atau sering disebut sebagai penduduk dengan usia non-produktif. Namun ada beberapa UU yang juga menjelaskan pengertian Lansia.

- a) UU no 4 tahun 1965 adalah seseorang yang mencapai umur 55 tahun, tidak berdaya mencari nafkah sendiri untuk keperluan hidupnya sehari-hari dan menerima nafkah dari orang lain (Wahyudi, 2000)
- b) UU no.13 tahun 1998 tentang kesejahteraan WULAN (lanjut usia) adalah seseorang yang telah mencapai usia diatas 60 tahun (Depsos, 1999).

- c) Selain itu Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) juga menggolongkan WULAN menjadi 4, yaitu; (1) Usia pertengahan (middle age) 45 -59 tahun; (2) Lanjut usia (elderly) 60 -74 tahun;(3) Lanjut usia tua (old) 75 – 90 tahun ; {4} WULAN sangat tua (very old) diatas 90 tahun.

Departemen Kesehatan RI membuat penggolongan WULAN menjadi tiga kelompok, yaitu :

- a) Kelompok WULAN dini (55 – 64 tahun)
- b) Kelompok WULAN menengah (65 tahun ke atas)
- c) Kelompok WULAN resiko tinggi, yaitu WULAN yang berusia lebih dari 70 tahun.

Selain batasan-batasan tersebut sebetulnya masih banyak batasan lain yang dikemukakan oleh para pakar lainnya. Tetapi yang menjadi acuan adalah sumber dari UN 2002 yaitu:

- 1. WULAN muda, penduduk yang berusia 60-69 tahun
- 2. WULAN menengah, penduduk berusia 70-79 tahun
- 3. WULAN tua, penduduk berusia 80 tahun ke atas.

Menurut UU No.13 Tahun 1998 tentang Kesejahteraan Lanjut Usia, jumlah WULAN di Indonesia ini semakin tahun semakin bertambah, bila diperhatikan dari hasil sensus tahun 2006. Jumlah WULAN di Indonesia sekitar 19 juta jiwa. Sedangkan Pada tahun 2010 jumlah WULAN sudah menjadi sekitar 23,9 juta jiwa. Bertambahnya jumlah WULAN ini disebabkan karena meningkatnya Angka Harapan Hidup (AHH) di Indonesia dari 66,2 pada hasil sensus tahun 2006, menjadi 67,4 pada tahun 2010.

Makna dari angka harapan hidup adalah kebanyakan penduduk akan meninggal tidak jauh dari usia-usia tersebut. pengertian angka harapan hidup adalah angka yang

menunjukkan perkiraan usia seseorang dihitung sejak ia dilahirkan.¹

Ada beberapa pengecualian yang bisa hidup sampai usia 100 tahun seperti halnya meninggal sebelum usia 70 tahun. Karena pengecualian maka jumlahnya tak banyak.

B. JUMLAH WULAN DI INDONESIA.

Makna dari angka harapan hidup adalah kebanyakan penduduk akan meninggal tidak jauh dari usia-usia tersebut. Ada beberapa pengecualian yang bisa hidup sampai usia 100 tahun seperti halnya meninggal sebelum usia 70 tahun. Tetapi namanya pengecualian jumlahnya tak banyak.

Usia harapan hidup adalah indikator kemampuan menjaga kesehatan rakyat. Semakin tinggi semakin baik pula penyediaan fasilitas kesehatan, kecukupan gizi, dan sehatnya lingkungan. Bagi kita adalah perencanaan dan evaluasi diri, sampai kapan kira-kira kita akan hidup, berapa lama kita pensiun, berapa dana yang dibutuhkan selama pensiun, dan lain-lain.

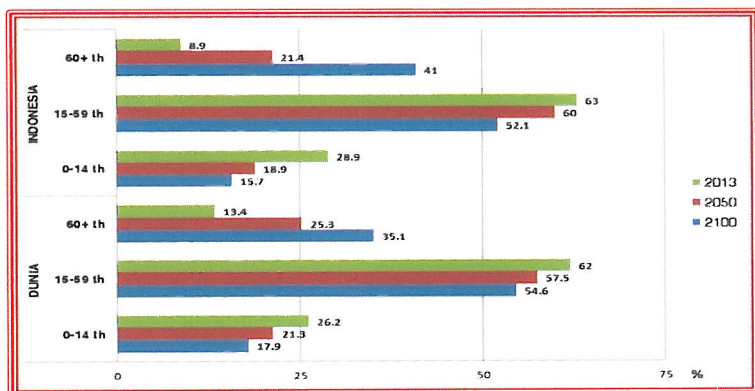
➤ 5 Provinsi / daerah dengan angka harapan hidup tertinggi

1. Daerah Istimewa Yogyakarta = 73.62 tahun
2. Daerah Khusus Ibukota Jakarta = 73.56 tahun
3. Sulawesi Utara = 72.62 tahun
4. Jawa Tengah = 71.97 tahun
5. Kalimantan Timur = 71.78 tahun

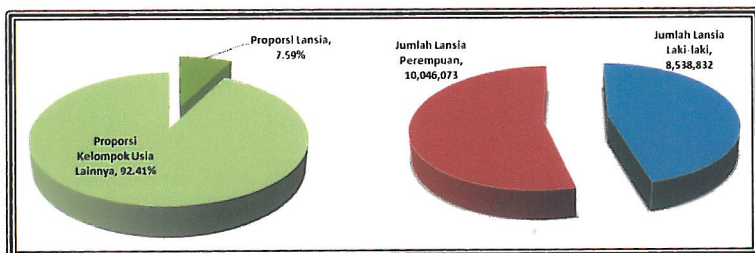
Jumlah WULAN di Indonesia, semakin tahun semakin meningkat proporsinya. Prediksi jumlah penduduk WULAN di Indonesia hingga tahun 2100 yang akan datang menunjukkan

¹ Eko Sujatmiko, Kamus IPS, Surakarta: Aksara Sinergi Media Cetakan I, 2014 hal.

angka kelipatan yang luar biasa, 5 kali lebih tinggi dibanding tahun 2013 (dari 8,9 % menjadi 41%), bahkan melebihi prediksi jumlah WULAN Dunia yang hanya 35,1 %.²



Sumber Profil Kesehatan Indonesia tahun 2012, memberikan gambaran yang tidak jauh berbeda dengan UN, yaitu proporsi WULAN di Indonesia 7,6 % atau sekitar 18,5 juta orang. Seperti yang terlihat dalam diagram bawah.³



Gambaran di atas pada tahun 2013 jumlah Lansia di Indonesia dibandingkan jumlah Lansia Dunia masih lebih rendah 4,5 %, demikian pula di tahun 2050 prediksi Lansia di Indonesia masih 3,9 % lebih rendah di bandingkan Lansia di Dunia. Namun prediksi tahun 2100, jumlah lansia di Indonesia melejit 5,9 % melebihi jumlah Lansia di Dunia.

² Sumber: UN, *World Population Prospects*, tahun 2012 Revision

³ Sumber: Kementerian Kesehatan RI, *Profil Kesehatan Indonesia*, 2012

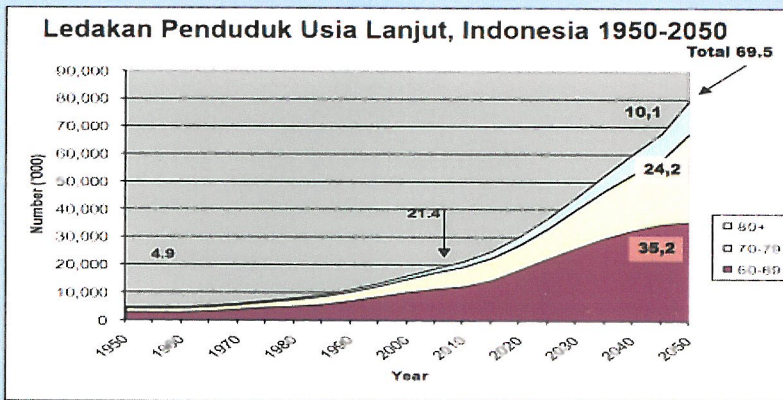
Jumlah penduduk WULAN yang cukup besar ini dapat memberikan banyak keuntungan bagi Negara, masyarakat dan gereja, jika didukung dengan kondisi WULAN yang tangguh, sehat dan tetap produktif.

Namun demikian, menjadikan penduduk WULAN tetap sehat, tangguh dan produktif tentu membutuhkan banyak persiapan serta dukungan dari semua pihak. Persoalan kualitas gizi, sanitasi serta dukungan lingkungan yang sehat kemudian menjadi beberapa hal prioritas yang wajib diwujudkan, sama halnya dengan penyiapan kualitas penduduk usia produktif.

BAB II

WULAN YANG HEBAT DAN SEHAT

Jika di masa lalu banyak masyarakat yang ketika memasuki usia Lansia menjadi kurang produktif, hal ini karena anggapan lama yang menyatakan bahwa penduduk lansia harus dipensiunkan, tinggal di rumah menunggu panggilan Ilahi, atau dikumpulkan di Panti Asuhan untuk lanjut usia atau biasa disebut Panti Wreda. Namun di jaman sekarang, dengan segala kematangan dan pengalamannya, justru semakin banyak Lansia yang lebih produktif.

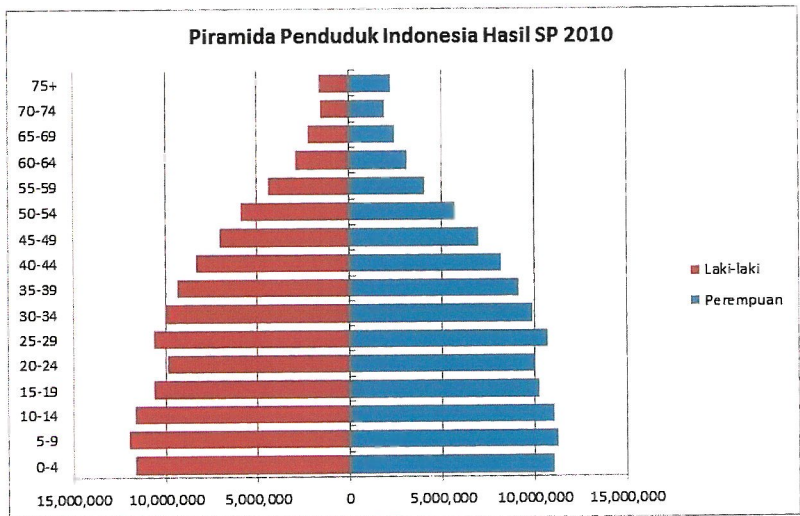


Calculated by SM Adioetomo based on UN Population Projection rev 2002.

Menurut data pemerintah, hingga kini jumlah lansia mencapai 18 juta jiwa dan diperkirakan akan meningkat menjadi 41 juta jiwa di tahun 2035 serta lebih dari 80 juta jiwa di tahun 2050. Nantinya di tahun 2050, satu dari empat penduduk Indonesia adalah penduduk lansia dan lebih mudah menemukan penduduk lansia dibandingkan bayi atau balita.

A. WULAN dan Bonus Demografi

Oleh banyak pihak, Indonesia disebut sedang menikmati bonus demografi ketika jumlah penduduk dengan usia produktif sangat besar, sementara penduduk usia mudanya semakin mengecil dan WULANnya (WULAN) belum membesar. Pemerintah sendiri mengklaim bonus demografi ini sudah dinikmati sejak 2012 di mana rasio ketergantungan penduduk di bawah 50% per 100 penduduk usia produktif. Dengan kekuatan tenaga kerja produktifnya, ke depannya bangsa Indonesia diharapkan mampu menguasai ekonomi dunia. Puncak bonus demografi yang dinikmati Indonesia, diperkirakan terjadi tahun 2028-2031. Setelah itu, jumlah penduduk WULANnya akan membesar.



Puncak bonus demografi pertama yang ditandai banyaknya jumlah penduduk usia produktif terjadi tahun 2028-2031. Setelah itu, jumlah penduduk lanjut usia melonjak. Jumlah lansia yang besar itu bisa memberi keuntungan bagi Indonesia jika mereka tangguh, sehat, dan produktif di hari tua.

Untuk menjadikan lansia tetap produktif, dibutuhkan persiapan panjang. Kurang gizi pada ibu hamil dan janin meningkatkan risiko penyakit degeneratif saat tua. Lansia yang tangguh juga butuh lingkungan sehat selama masa produktif sehingga usia harapan hidup terus meningkat. Ketersediaan layanan, fasilitas, dan asuransi kesehatan mutlak diperlukan agar kesehatan mereka terjaga. Jika persiapan mewujudkan lansia tangguh itu tak segera dilakukan, Indonesia akan memanen lansia dengan banyak penyakit. Lansia yang tidak mampu mengurus dirinya akan membebani ekonomi keluarga dan bangsa. Dampakbaliknya, negara akan sulit menjamin kehidupan lansia yang layak dan bermartabat.⁴

Harapan untuk dapat menikmati Bonus Demografi itu tentu harus diimbangi dengan kualitas penduduk, baik kualitas kesehatannya, pendidikannya, ketrampilannya, dan produktivitasnya. Apabila masyarakat Indonesia ingin mendapatkan manfaat Bonus Demografi ini, maka kehidupan dan kondisi WULAN nya harus diperhatikan, termasuk kondisi kesehatannya.

B. Kondisi Kesehatan Penduduk WULAN di Indonesia



⁴ <http://cpps.ugm.ac.id/content/penduduk-lanjut-usia-peluang-bonus-demografi-kedua#sthash.tZ5jKe51.dpuf>

Kondisi kesehatan WULAN di Indonesia masih memprihatinkan. Bayangkan saja! Jumlah penduduk WULAN di Indonesia menduduki peringkat ketiga teratas setelah India yang berjumlah 100 juta orang dan China 200 juta orang. Tingginya jumlah WULAN kerap kali menjadi beban, karena orang WULAN, meskipun jumlahnya banyak, tetapi dalam keadaan sakit dan kemampuan fisiknya menurun. Jadi, hanya 50% jumlah penduduk WULAN yang sehat.

Gambaran kesehatan WULAN di bawah merupakan perbandingan hasil Riset Kesehatan Dasar tahun 2007 dan tahun 2013. Gangguan kesehatan yang kerap menyerang WULAN adalah penyakit menular, penyakit tidak menular, perilaku bersih dan sehat yang dilakukan oleh WULAN.

- **Penyakit Infeksi Menular**

1. Penyakit ISPA
2. Penyakit Hepatitis
3. Penyakit Malaria

- **Penyakit Tidak Menular**

1. Penyakit Asma
2. Penyakit Diabetes Mellitus
3. Penyakit Hipertensi
4. Penyakit Sendi
5. Penyakit Stroke
6. Disabilitas
7. Gangguan Mental Emosional

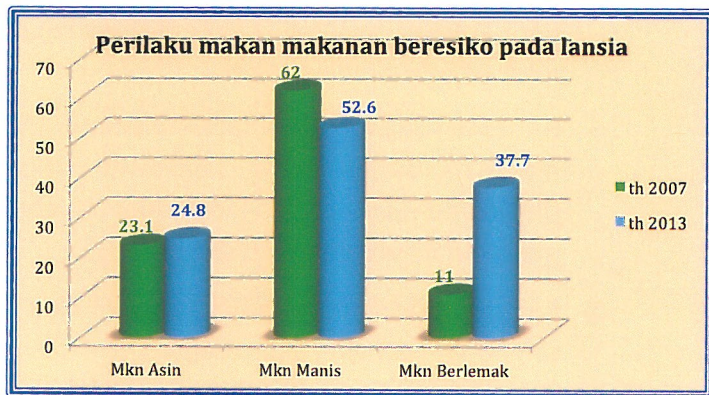
Penyakit-penyakit yang sering dialami WULAN di latarbelakangi dengan pola makan yang kurang diperhatikan dan menjadi pemicu penurunan kondisi kesehatan pada WULAN. Agar WULAN hidup sehat dan bersih, maka WULAN harus membiasakan diri memiliki perilaku hidup sehat.

WULAN yang menjalani perilaku makan yang kurang sehat pada masa mudanya, akan mengalami masalah kesehatan di masa tuanya lebih besar, dibandingkan WULAN yang memiliki kebiasaan perilaku mengkonsumsi makanan yang sehat di usia muda mereka. Maka, bagi kaum WULAN, sangat dianjurkan untuk memperhatikan jenis-jenis makanan yang dikonsumsi untuk menjaga kesehatan mereka.

WULAN dapat menjaga kesehatan dan kebersihan, antara lain dengan cara:

1. Tidak merokok.
2. Menjaga kebersihan dengan cuci tangan, mandi dan berpakaian bersih.
3. Konsumsi makanan sehat.

Bagan dibawah ini menunjukkan jenis makanan yang beresiko pada WULAN: makanan asin lebih beresiko tinggi bagi orang-orang yang berusia 60 tahun ke atas.



Berikut ini adalah beberapa hal yang perlu diperhatikan dalam menu makanan bagi WULAN:

- a) Hindari membuat masakan dengan bumbu yang merangsang, seperti pedas atau asam, karena ini

dapat mengganggu kesehatan lambung dan alat pencernaan.

- b) Kurangi pemakaian garam, yakni tidak lebih dari 4 gram per hari, untuk mengurangi risiko tekanan darah tinggi.
- c) Kurangi santan, daging yang berlemak, dan minyak agar kolesterol darah tidak tinggi. Sebaliknya, perbanyak makanan yang berkalsium tinggi, seperti susu dan ikan. Pada orang lanjut usia, sangat perlu mengonsumsi kalsium untuk mengurangi risiko keropos tulang.
- d) Perbanyak makanan berserat, seperti sayuran mentah, agar pencernaan lancar dan tidak sembelit.
- e) Kurangi konsumsi gula dan makanan yang mengandung karbohidrat tinggi agar gula darah normal, khususnya bagi penderita kencing manis agar tidak terjadi komplikasi lain.
- f) Gunakan sedikit minyak untuk menumis dan kurangi makanan yang digoreng. Perbanyak makanan yang diolah dengan dipanggang atau direbus karena makanan tersebut mudah dicerna.
- g) Buat masakan yang lunak dan mudah dikunyah sehingga kesehatan gigi terjaga.

Dengan menjaga kesehatan melalui makanan yang dikonsumsi setiap harinya, WULAN akan memiliki harapan hidup yang lebih besar.

4. Berolah raga secara teratur sesuai dengan usia WULAN.



Olah raga yang tepat bagi WULAN adalah jenis olah raga yang tidak terlalu berat dan disesuaikan dengan kondisi fisik WULAN. Misalnya, senam, yoga, jalan kaki, waitangkung (Krida Prana) dan sebagainya.

5. Rekreasi.



Rekreasi yang dimaksudkan disini adalah melakukan berbagai aktivitas yang menyenangkan dan menghilangkan ketegangan atau stress. Rekreasi memang dapat dilakukan di luar ruangan, misalnya dengan berjalan-jalan di taman, mengunjungi tempat-tempat

wisata, dan sebagainya. Tetapi rekreasi juga dapat dilakukan di dalam ruangan, misalnya dengan melakukan permainan ringan dengan rekan-rekan WULAN yang lain, bercerita, menonton film, dan sebagainya.

5. Beribadah

Beribadah merupakan sumber kesehatan rohani seseorang. Melalui aktivitas peribadatan, setiap orang mendapat kekuatan, penghiburan, dan pengarapan. Seperti janji Tuhan, "AKU akan menjagamu hingga masa tuamu".⁵



⁵ <http://stmonicaahkyt.blogspot.co.id/2012/06/seminar-peduli-lansia.html>

D. WULAN dalam Pembangunan.

Usia lanjut bukanlah penghalang bagi mereka yang tetap aktif berkarya, baik di tengah masyarakat, bangsa, dan Negara. Pada kenyataannya, banyak WULAN masih mampu menyumbangkan pemikiran mereka bagi pembangunan bangsa. Contoh: ibu Menteri Kesehatan, meski beliau sudah usia lanjut, namun terlihat enerjik dan lebih produktif. Bapak JK (Jusuf Kalla), meski sudah menginjak usia kepala tujuh, namun masih enerjik mampu dan menjadi wakil presiden, atau Bapak Dr. Hapsara, yang meskipun telah pensiun lama, namun masih produktif menulis buku-buku yang bermanfaat sebagai referensi pembangunan kesehatan di Indonesia.

Sebagai wujud dari penghargaan terhadap lanjut usia, pemerintah membentuk Komnas WULAN (Komisi Nasional Perlindungan Penduduk Lanjut Usia), dan merancang Rencana Aksi Nasional Lanjut Usia di bawah koordinasi kantor Menko Kesra. Komnas WULAN di bentuk berdasarkan Keppres Nomor 52 tahun 2004 dan bertugas sebagai koordinator usaha peningkatan kesejahteraan sosial orang lanjut usia di Indonesia. Di Indonesia, setiap tanggal 29 Mei 2014 diperingati Hari Lanjut Usia Nasional. Tujuannya adalah untuk mewujudkan kepedulian dan penghargaan terhadap orang lanjut usia.

Upaya untuk meningkatkan kesejahteraan lansia antara lain, dengan meningkatkan kualitas hidup lansia baik dari aspek ekonomi, maupun mental, agama, aktualisasi dan kualitas diri lansia agar dapat hidup mandiri, terhormat dan bermakna. Dalam pembinaan peningkatan kesejahteraan lansia, kita dapat belajar dari Kab. Sleman yang melakukan pembinaan dan pendampingan bagi WULAN secara terpadu dari sektor maupun lintas program. Peningkatan peran serta aktif masyarakat dan partisipasi lansia sendiri diarahkan dan

dilakukan atas dasar kekeluargaan serta kegotong-royongan. Dengan keaktifan lansia dalam berorganisasi maupun usaha ekonomi produktif lainnya, maka para lansia tersebut dapat menemukan dunia baru yang mampu memberi semangat hidup.



USAHA-USAHA YANG DAPAT DILAKUKAN OLEH LANSIA



Sumber:

<http://kemiskinan.go.id/kemiskinan.go.id/2014/12/lansia-yang-penting-cegah-ekonomi-produktif.html>
<http://www.djember.go.id/64812/berita-masyarakat-lansia-produktif-di-usia-senja.htm>

BAB III

PANDANGAN ALKITAB TENTANG WULAN

1. Pandangan Alkitab Tentang WULAN

Pada musim panas tahun 2003, ribuan orang meninggal di seantero Eropa akibat salah satu gelombang panas terburuk yang melanda Benua itu dalam kurun waktu 60 tahun. Kebanyakan korbannya sudah tua. Beberapa ditinggalkan seorang diri oleh sanak saudara yang sedang berlibur. Menurut laporan, ada juga yang ditelantarkan atau diabaikan oleh staf rumah sakit dan panti werda yang kewalahan. Surat kabar Le Parisien melaporkan bahwa di Paris saja, ada 450 jenazah yang tidak diurus keluarga mereka. "Dunia macam apa ini sampai-sampai kita bisa melupakan ayah, ibu, kakek dan nenek kita?" tanya surat kabar ini tentang situasi orang-orang yang mati seorang diri dan ditelantarkan.

Menilik dari kutipan di atas, perlu digarisbawahi bahwa Wulan (warga lanjut usia) perlu mendapatkan perhatian dan Tuhanpun telah mewahyukan dalam alkitab banyak ayat-ayat yang menyinggung tentang Lansia. Banyak tokoh-tokoh dalam Alkitab yang usianya sudah lanjut namun tetap dipakai oleh Tuhan menjadi utusan-Nya. Di bawah ini contoh beberapa nabi yang sudah memasuki usia lanjut.

Metusalah	900 tahun
Abraham	175 tahun
Yakub	147 tahun
Musa	120 tahun
Daud	70 tahun

Catatan angka usia manusia itu sangat berarti sebagai anugerah pemberian tanda kemurahan hati Allah. Pengarang Amsal bersaksi: "Takut akan Tuhan memperpanjang umur, tetapi tahun-tahun orang fasik diperpendek" (Ams.10:27). Tetapi penulis Alkitab juga realistis. Mereka menyadari bahwa keadaan usia lanjut juga bisa menimbulkan keadaan yang kurang menyenangkan.

Contoh yang dicatat Alkitab tentang keadaan yang kurang menyenangkan itu adalah:

rambut menjadi putih	1 Sam. 12:2; Mzr.71:18
penglihatan menjadi kabur	Kej.48:10
semua indera lain juga menjadi lemah	2 Sam. 19:35
kekuatan tubuh menurun	Mzr. 71:9
sendi-sendi kaki pegal dan nyeri	1 Raj.15:23
tubuh mudah kedinginan	1 Raj.1:1

Oleh karena itu penulis kitab Pengkhotbah menggambarkan keadaan usia lanjut sebagai "hari-hari yang *"malang"* dan *"tahun-tahun yang penuh kemalangan"* (Pkh.12:1). Kemudian pemazmur menulis, *"Masa hidup kami tujuh puluh tahun dan jika kami kuat, delapan puluh tahun, dan kebanggaannya adalah kesukaran dan penderitaan..."* (Mzr. 90:10).

Tampak bahwa para penulis Alkitab tidak berat sebelah. Mereka bersikap realistis. Mereka mensyukuri usia panjang sebagai anugerah Tuhan, namun mereka menerima kenyataan bahwa usia lanjut disertai dengan berbagai keterbatasan gerak, kelemahan fisik serta mental, dan rupa-rupa penyakit.

2. Gambaran mengenai Kondisi WULAN Kristen dan program kegiatan Gereja

Rasul Paulus menerapkan prinsip 'bangkit berdiri di hadapan orang beruban' kepada sidang Kristen. Ia memberi tahu pengawas Kristen yang masih muda, Timotius, *"Janganlah mengkritik orang yang lebih tua dengan keras. Sebaliknya, tegurlah dia seperti seorang bapak, ... wanita-wanita yang lebih tua seperti ibu"* (1 Timotius 5:1, 2). Meskipun Timotius yang masih muda memiliki wewenang sampai taraf tertentu atas orang-orang Kristen yang lanjut usia, ia diberi tahu untuk tidak meremehkan pria yang lebih tua. Sebaliknya, ia harus memperlakukannya dengan penuh menghormati seperti kepada seorang ayah. Dan, ia harus memperlihatkan hormat yang sama kepada wanita yang lebih tua di dalam sidang. Jadi, sebenarnya rasul Paulus menasihati Timotius—dan semua anggota sidang Kristen—untuk 'bangkit berdiri di hadapan orang beruban'.

Tentu saja, orang yang saleh memperlakukan para WULAN dengan martabat dan menghormati, meskipun tidak ada hukum yang mengharuskannya. Perhatikan contoh Yusuf dalam Alkitab, yang bersedia mengeluarkan banyak biaya untuk menjemput ayahnya yang lanjut usia ke Mesir, dengan demikian ia menyelamatkan Yakub yang berusia 130 tahun dari bala kelaparan. Sewaktu ia melihat ayahnya untuk pertama kali setelah lebih dari dua puluh tahun, Yusuf *"langsung memeluk lehernya dan berulang-ulang menangis di lehernya"* (Kejadian 46:29). Lama sebelum cara memperlakukan para WULAN dengan keibaan hati dan menghormati menjadi hukum bagi bangsa Israel, Yusuf mencerminkan pandangan Allah dengan melakukannya.

Selama pelayanannya, Yesus sendiri memperlihatkan kepedulian kepada orang WULAN. Ia dengan keras mengecam para pemimpin agama yang merasa boleh melalaikan orang tua mereka yang merupakan WULAN demi tradisi agama mereka (Matius 15:3-9). Yesus juga dengan

pengasih mengurus ibunya sendiri. Sewaktu sedang menderita rasa sakit yang hebat di tiang Salib, ia memastikan bahwa ibunya yang lanjut usia akan diurus oleh rasul yang dikasihi Yesus, Yohanes.—Yohanes 19:26, 27.

3. Tokoh-tokoh WULAN Kristen

Banyak tokoh-tokoh usia lanjut Kristen yang juga masih aktif dalam kegiatan-kegiatan yang lebih luas. Ketika usia sudah lebih dari 50 tahun, rasanya sulit untuk melakukan banyak hal yang ingin kita lakukan, mengingat kelemahan fisik yang dialami. Namun karena kasih, maka kekuatan itu datang. Kasih dari Tuhan telah menguatkan anak-anak-Nya yang tetap ingin melayani meskipun usia tidak lagi mendukung. Tokoh-tokoh WULAN Kristen adalah sebagai berikut.

a. John G. Paton (24 May 1824 – 28 January 1907)

John Gibson Paton, adalah seorang misionaris Protestan di Pasifik Selatan. Dia mengajari orang-orang New Hebrides pendidikan dan kekristenan. Dia membangun sebuah perusahaan kecil bagi mereka supaya masyarakat dapat bekerja dan menghidupi keluarga mereka. Sekalipun hidup dan bekerja di New Hebrides sangat sulit dan berbahaya, Paton tetap mengajar, berkotbah, membangun keluarga dan mendukung rakyat Scotlandia untuk menjadi misionaris. Paton menjadi inspirasi dan teladan bagi pekerjaan misi hingga saat ini.

b. Thomas Obadiah Chisholm (July 29, 1866 – February 29, 1960)

Thomas Obadiah Chisholm lahir di sebuah rumah kayu di Franklin, Kentucky, pada 29 Juli 1866. Keluarganya sangat miskin dan ia tidak mampu mendapatkan pendidikan yang sangat baik. Dia bersekolah di sebuah desa kecil dan tidak pernah lulus dari pendidikan sekolah dasar. Dia adalah seorang penulis lagu yang sangat terkenal dan

hingga kini lagu-lagunya dinyanyikan oleh seluruh gereja di dunia.

c. Mother Teresa (26 Agustus 1910 – 5 September 1997)

Mother Teresa adalah seorang suster Katolik yang menghabiskan hidupnya untuk melayani orang-orang miskin, sakit, dan terlantar di Kalkuta, India. Tuhan memang tidak pernah membiarkan anak-anak-Nya berjuang sendirian. Inilah yang dirasakan oleh Bunda Teresa tatkala perjuangannya mulai mendapat perhatian, tidak hanya individu-individu, melainkan juga dari berbagai organisasi gereja. Mother Teresa melayani lebih dari 4,500 orang suster dan aktif di 133 negara. Mereka melayani orang-orang yang sakit dan memberi tempa bagi penderita HIV/AIDS, lepra, TBC, dan sarana kesehatan.

d. George Muller (27 September 1805 – 10 Maret 1898)

Pada hari-hari tuanya, ia berjalan hampir 200.000 mil di 42 negeri, dengan memberitakan Injil kepada 3.000.000 pendengar. Sesudah melayani Tuhan semasa hidupnya, maka seperti Musa, rohnya diambil Tuhan, pagi-pagi sekali, pada tanggal 10 Maret 1898, tatkala dia berada sendirian saja dalam kamarnya. Waktu itu ia sudah mencapai umur 93 tahun. Muller melayani di dunia pendidikan bagi anak-anak yang miskin, yatim piatu, dan kurang gizi. Muller telah membangun 117 sekolah Kristen dan memiliki murid sekitar 120.000 anak yang sebagian besar adalah anak-anak yatim piatu.

e. Paus Fransiscus (17 Desember 1936)

Fransiscus lahir dengan nama Jorge Mario Bergoglio di Buenos Aires, Argentina, umur 79 tahun. Beliau adalah Paus ke-266. Beliau adalah pemimpin Gereja Katolik dan sekaligus kepala negara dari Negara Kota Vatikan. Bergoglio dikenal sebagai sosok yang rendah hati,

konservatif, dan memiliki komitmen kuat terhadap keadilan sosial. Gaya hidup sederhana menguatkan kerendahhatiannya. Ia memilih tinggal di apartemen kecil ketimbang menempati kediaman resmi Keuskupan. Bergoglio diketahui juga menolak menggunakan sopir dan limosin. Paus Fransiscus adalah sosok yang dihormati oleh seluruh umat Katolik di seluruh dunia, tetapi beliau tetap rendah hati dan setia melayani sekalipun usianya sudah lanjut.

4. Gereja yang Bertindak.

Dalam kehidupannya di tengah masyarakat, bangsa dan Negara, gereja hadir bukan hanya sebagai gedung tempat orang-orang berkumpul dan beribadah. Gereja juga bukan hanya berkata-kata melalui pengajaran dan kotbah-kotbah. Gereja hadir dalam tindakan nyata untuk menghadirkan kasih Allah bagi umat-Nya.

Kehadiran Gereja bagi WULAN dapat diwujudkan dengan melibatkan mereka dalam berbagai kegiatan pelayanan, seperti:

- a) Menjadi guru bagi berbagai kegiatan yang bermuara pada peningkatan spiritualitas kristiani WULAN. Misalnya dengan mengadakan sarasehan, retreat, rekoleksi, bible study, latihan paduan suara, dan sebagainya.
- b) Aktif menjalin komunikasi antar WULAN yang satu dengan yang lain, misalnya dengan mendirikan Komunitas WULAN. Di dalam komunitas WULAN ada berbagai aktivitas, seperti: berdiskusi, sharing pengalaman, menonton film, mengunjungi tempat-tempat bersejarah dan sebagainya.
- c) Mengisi waktu luang dengan melakukan kerajinan tangan dan ketrampilan lain, misalnya: berkebun, beternak, menjahit, pertukangan, dan sebagainya.

- d) Menjadi pelayan kesehatan dengan mendirikan Posyandu WULAN. Didalam posyandu itu ada berbagai kegiatan, seperti: senam sehat WULAN, ceramah tentang kesehatan, dan sebagainya.
- e) Mempersiapkan WULAN menjalani masa-masa "kehilangan" dan "kedukaan".
- f) Memberi kesempatan bagi WULAN yang berpotensi untuk menjadi guru dalam acara seminar dan pelatihan-pelatihan atau menjadi Guru Private.
- g) Memilih WULAN yang layak diteguhkan menjadi Majelis Jemaat.
- h) Mendorong WULAN untuk menabung sebagai biaya hidup saat sudah tidak bekerja lagi.

5. Sikap Orang Kristen Terhadap WULAN

SIKAP KITA TERHADAP PENDUDUK LANSIA

- MENYEMBUHKAN
- MENOPANG
- MEMBIMBING
- MENDAMAIKAN
- MEMELIHARA

AYO LAKUKAN...

5 M



Sikap kita sebagai kaum muda terhadap WULAN adalah dengan bersedia memberikan pertolongan, perawatan dan pemeliharaan yang penuh seperti Kristus. Ada 5 fungsi yang dapat kita lakukan kepada WULAN, yaitu:

a) Menyembuhkan (*Healing*).

WULAN yang mengalami sakit secara fisik maupun psikis. Biasanya akan mengalami penurunan kesehatan dan daya tahan tubuh. Mereka mudah sakit. Tugas kita adalah mengajak para WULAN menjaga kesehatannya dengan cara menjaga pola hidup sehat dengan rajin berolahraga, mengkonsumsi makanan bergizi, tidak merokok, dan berpikir positif. Rasul Paulus juga memiliki tubuh yang lemah dan memiliki penyakit dalam tubuhnya. Tetapi ia tetap semangat dalam melaksanakan tugas panggilan sebagai rasul (2 Kor 12 : 7 – 10). Kondisi yang dialami penduduk WULAN itu tentu saja ada yang tidak bisa diubah. Itulah kodratnya sebagai orang lanjut usia.

b) Menopang (*Sustaining*).

Menghibur WULAN yang mengalami keduakaan karena ditinggalkan pasangan dan anggota keluarga yang lain, jauh dari anak-anak, bahkan keduakaan yang disebabkan karena kehilangan teman dan pekerjaan, biasanya hal ini terjadi pada mereka yang baru memasuki masa pensiun. Tugas kita adalah menguatkan mereka bahwa mereka tidak sendirian. Kehadiran kita, sapaan dan keterbukaan kita akan menolong mereka untuk tetap tabah dalam menjalani kehidupan. Tetapi ada kondisi yang dapat diubah untuk menolong para WULAN menjalani hari-harinya agar semangat, bahagia dan tetap merasa berharga. Mereka dapat diajak untuk menentukan pilihan-pilihan yang terbaik bagi diri mereka, misalnya: memilih untuk bahagia, hidup sehat, menikmati hari-hari mereka dengan melakukan aktifitas (membaca, membuat kerajinan tangan, olah raga, kursus dansa, membaca, melakukan perjalanan dan menikmati pemandangan, dan sebagainya). Dalam I Korintus 12 : 12 dituliskan: " Karena sama seperti tubuh itu satu dan anggota-anggotanya banyak, dan segala anggota itu, sekalipun

banyak, merupakan satu tubuh, demikian pula Kristus. " Ayat 14 "Karena tubuh juga tidak terdiri dari satu anggota, tetapi atas banyak anggota. Andaikata kaki berkata: "Karena aku bukan tangan, aku tidak termasuk tubuh," jadi benarkah ia tidak termasuk tubuh ?". Jadi, WULAN juga merupakan bagian dari tubuh Kristus yang perlu mendapat perhatian dan perlakuan yang sama dengan yang lainnya.

c) Membimbing (*Guiding*).

Saat mereka menghadapi persoalan yang rumit dan sulit membuat pilihan. Maka, tugas kita adalah menolong mereka untuk membuat pilihannya sendiri. Ajaklah mereka untuk berkarya dan melakukan hal-hal yang menyenangkan sehingga mereka tidak terus menerus berada didalam persoalan mereka. Seperti Allah yang selalu setia membimbing umat-Nya. Alkitab menceritakan dalam pengalaman umat Israel saat keluar dari tanah Mesir, yaitu seluruh pengalaman orang-orang Israel di padang gurun ketika menuju tanah perjanjian. Ketika berada dibawah perbudakan Mesir, mereka berseru mohon pertolongan kepada Allah, dan Ia mendengar keluhan mereka. Dengan berbagai mukjizat dan tanda heran yang penuh kuat-kuasa, Allah menyelamatkan mereka dan membimbing mereka kepada keselamatan. Allah memberi mereka makan roti dari surga dan air dari batu karang, sementara Dia memimpin mereka melalui padang gurun. Allah sungguh berada dekat dengan mereka dalam setiap langkah sepanjang perjalanan mereka menuju tanah perjanjian (Ul. 8:1-10). Demikian juga dengan tugas gereja untuk membimbing dan mendampingi kaum WULAN ini sampai akhir hayat mereka.

d) Mendamaikan (*Reconciling*).

Misalnya, saat mereka mengalami gangguan relasi dengan orang-orang di sekitarnya. Ingat, orang yang sudah memasuki masa WULAN akan mengalami *post power syndrome*, yaitu keadaan dimana mereka merasa masih memiliki kuasa dan pengalaman yang paling hebat, seperti saat mereka masih muda. Biasanya, para WULAN akan merasa sulit mengikuti gaya hidup dan budaya anak-anak muda. Coba diingat, waktu ibadah di Gereja saja, tidak sedikit yang mengalami benturan dan perbedaan pendapat antara anak-anak muda dengan kalangan tua. Hanya karena perbedaan jenis musik atau lagu-lagu yang digunakan dalam ibadah. *Nah*, tugas kita adalah mendamaikan situasi yang berbeda itu, supaya baik generasi muda maupun WULAN dapat menjalani hidup dan ibadahnya dalam damai dan kerjasama yang baik. Allah sendiri telah mendamaikan diri-Nya dengan manusia tanpa memperhitungkan kesalahan-kesalahan kita (2 Korintus 5:18-19). Fakta bahwa kita membutuhkan pendamaian menunjukkan bahwa hubungan kita dengan Allah terputus. Karena Allah itu suci, maka pastilah kita yang salah. Dosa telah memisahkan kita dari Dia. Maka, gerejapun seharusnya memberikan damai kepada semua orang, termasuk WULAN, agar dimasa-masa tua mereka batin mereka juga penuh kedamaian.

e) Memelihara (*Nurturing*).

Misalnya, orang yang mengalami proses penuaan, akan mengalami perubahan secara biologis, psikis maupun sosial. Orang yang secara mental belum siap menjadi tua akan mengalami pergolakan batin, depresi, stress dan sebagainya. Banyak orang tua yang belum siap kehilangan pekerjaan karena sudah pensiun. Banyak orangtua yang belum siap dipanggil oma-opa, kakek-nenek, mbah putri-mbah kakung. Tugas kita adalah memelihara batin mereka agar mereka siap menerima

kenyataan dan menjalani hidup dengan bahagia. Dalam perjalanan hidup ini, manusia diibaratkan berada dalam arena pertandingan, seperti yang disampaikan oleh Rasul Paulus: "Aku telah mengakhiri pertandingan yang baik, aku telah mencapai garis akhir dan aku telah memelihara iman." (2 Timotius 4:7). Maka, tugas gereja adalah tetap menjaga iman para WULAN ini, supaya mereka pun dapat mengakhiri pertandingan dalam hidup ini sebagai pemenang sejati.

6. Persiapan Diri Menuju Usia Lanjut Yang Tangguh dan Sehat.

Mempersiapkan diri untuk menuju fase WULAN sebaiknya sudah dimulai sejak masih muda, itu berarti bahwa segala langkah dan perilaku harus sesuai dan seimbang dengan kondisi dan usia yang ada saat itu. Upaya yang dapat dilakukan dalam rangka mempersiapkan diri untuk menuju fase WULAN yang mandiri, berdaya dan bermartabat antara lain:

- 1) Menghindari hal-hal berikut:
 - a. Say No To Drug! Jauhi Narkoba yang dapat membunuh siapapun yang menggunakannya.
 - b. Seks bebas supaya terhindar dari penularan HIV/Aids
 - c. Tindakan yang mengarah kepada penyimpangan seksual. Misalnya menghindari pergaulan yang dapat mempengaruhi terjadinya penyimpangan-penyimpangan seksual yang tidak sesuai dengan kodrat sebagai laki-laki dan perempuan.
 - d. Merokok. Karena rokok dapat menyebabkan berbagai penyakit yang mematikan dan merugikan diri sendiri maupun orang lain di sekitarnya.

- e. Berjudi. Karena berjudi dapat berdampak buruk bagi masa depan dan perekonomian.
- 2) Melakukan hal-hal berikut:
- a. Berolah raga
 - b. Makan makanan sehat dan bergizi
 - c. Rajin bersosialisasi sehingga punya banyak teman dan memperluas jaringan
 - d. Meningkatkan keterampilan dan memiliki tabungan hari tua

Pasti masih banyak hal hal yang bisa dipersiapkan, untuk berbekal diri menuju menjadi WULAN yang mandiri, berdaya dan bermartabat. Pada Intinya “Bersiap untuk menjadi WULAN adalah bentuk rasa syukur pada kehidupan yang telah kita terima”

METODE PEMBELAJARAN

TEMA POKOK : “ WULAN TANGGUH DAN SEHAT”

Tema pembelajaran : “PENGERTIAN ”

I. LANDASAN TEOLOGIS

Bacaan Alkitab : 1 Timotius 5:1,2

Rasul Paulus menerapkan prinsip ‘bangkit berdiri di hadapan orang beruban’ kepada sidang Kristen. Ia memberi tahu pengawas Kristen yang masih muda, Timotius, *“Janganlah mengkritik orang yang lebih tua dengan keras. Sebaliknya, tegurlah dia seperti seorang bapak, . . . wanita-wanita yang lebih tua seperti ibu”* (1 Timotius 5:1,2). Meskipun Timotius yang masih muda memiliki wewenang sampai taraf tertentu atas orang-orang Kristen yang lanjut usia, ia diberi tahu untuk tidak meremehkan pria yang lebih tua. Sebaliknya, ia harus memperlakukannya dengan penuh menghormati seperti kepada seorang ayah. Dan, ia harus memperlihatkan hormat yang sama kepada wanita yang lebih tua di dalam sidang. Jadi, sebenarnya rasul Paulus menasihati Timotius—dan semua anggota sidang Kristen—untuk ‘bangkit berdiri di hadapan orang beruban’.

II. TUJUAN PEMBELAJARAN :

1. Peserta dapat mengetahui pengertian WULAN secara umum.

2. Peserta dapat mengerti dan memahami pandangan Alkitab tentang WULAN.
3. Peserta dapat mengetahui jumlah WULAN yang akan meningkat di 2030-2050

III. NILAI-NILAI

Nilai yang perlu ditekankan disini yaitu :

- a. Pemahaman
- b. Penghargaan

IV. URAIAN PEMBELAJARAN : Waktu 90 menit

1. Doa pembukaan (diawali dengan menyanyi) : 5 menit
2. Percakapan singkat diawal pertemuan : 10 menit
3. Penyampaian Materi (menggunakan slide)
 - a) Penjelasan pengertian WULAN: 15 menit
 - b) Membaca Alkitab dan menjelaskan analisis teologis terkait WULAN: 15 menit
 - c) Menjelaskan nilai-nilai yang perlu ditekankan : 15 menit
 - d) Tanya Jawab : 15 menit
4. Menyanyi dan doa penutup: oleh salah seorang katekisan

V. METODE PENYAMPAIAN :

Metode penyampaian dalam bentuk ceramah, membaca cerita dan diskusi kelompok.

VI. PERTANYAAN DISKUSI:

- 1) Sebutkan beberapa istilah yang digunakan untuk menyebut orang yang sudah lanjut usia?.
- 2) Penggolongan WULAN di bagi menjadi tiga kelompok, apa sajakah itu?
- 3) Setiap tanggal berapakah Indonesia memperingati Hari Lanjut Usia Nasional?
- 4) Untuk apakah kita memperingati Hari Lansia Nasional?

TEMA POKOK : “WULAN TANGGUH DAN SEHAT”

Tema pembelajaran : “Kondisi WULAN di Indonesia ”

I. LANDASAN TEOLOGIS

Bacaan Alkitab : (2 Kor 12 : 7 – 10).

Rasul Paulus juga memiliki tubuh yang lemah dan memiliki penyakit dalam tubuhnya. Tetapi ia tetap semangat dalam melaksanakan tugas panggilannya sebagai rasul.

II. TUJUAN PEMBELAJARAN :

1. Peserta dapat mengetahui penurunan secara fisik, mental, dan motoric yang sering terjadi pada WULAN.
2. Peserta dapat menyebutkan penyakit yang sering menyerang WULAN.
3. Peserta dapat menyebutkan pola hidup sehat bagi WULAN

III. NILAI-NILAI

Nilai yang perlu ditekankan disini yaitu :

- a. Perhatian
- b. Kedisiplinan

IV. URAIAN PEMBELAJARAN : Waktu 90 menit

1. Doa pembukaan (diawali dengan menyanyi) : 5 menit
2. Percakapan singkat diawal pertemuan : 10 menit
 - a) Penyampaian Materi (menggunakan slide) Penjelasan kondisi fisik WULAN: 15 menit
 - b) Mendiskusikan kebiasaan buruk maupun kebiasaan baik yang berhubungan WULAN: 15 menit

- c) Menjelaskan hubungan antara teks dengan konteks WULAN: 15 menit
 - d) Menjelaskan nilai-nilai yang perlu ditekankan : 15 menit
 - e) Tanya Jawab : 15 menit
3. Menyanyi dan doa penutup: oleh salah seorang katekisan

V. METODE PENYAMPAIAN :

Metode penyampaian dalam bentuk membaca cerita dan diskusi kelompok.

VI. PERTANYAAN DISKUSI:

- 1) Sebutkan beberapa jenis penyakit yang sering menyerang WULAN.
- 2) Kebiasaan buruk apa sajakah yang dapat memicu penyakit pada WULAN?
- 3) Kebiasaan baik apa sajakah yang harus dilakukan supaya WULAN dapat menjalani hidup sehat?

TEMA POKOK : “WULAN TANGGUH DAN SEHAT”

Tema pembelajaran : “Pandangan Alkitab tentang WULAN ”

I. LANDASAN TEOLOGIS

Bacaan Alkitab : I Korintus 12 : 12

“Karena sama seperti tubuh itu satu dan anggota-anggotanya banyak, dan segala anggota itu, sekalipun banyak, merupakan satu tubuh, demikian pula Kristus. Karena tubuh juga tidak terdiri dari satu anggota, tetapi atas banyak anggota. Andaikata kaki berkata: “Karena aku bukan tangan, aku tidak termasuk tubuh,”

II. TUJUAN PEMBELAJARAN :

1. Peserta dapat mengetahui pandangan Alkitab mengenai WULAN.
2. Peserta dapat menyebutkan tokoh-tokoh lansia /WULAN dalam Alkitab.
3. Peserta dapat tokoh-tokoh Kristen di dunia yang tetap berkarya diusia tuanya.
4. Peserta dapat menyebutkan kegiatan-kegiatan Gereja yang melibatkan WULAN.
5. Peserta dapat menyebutkan tugas gereja kepada WULAN

III. NILAI-NILAI

Nilai yang perlu ditekankan disini yaitu :

- a. Pelayanan
- b. Penghargaan
- c. Penerimaan

IV. URAIAN PEMBELAJARAN : Waktu 90 menit

1. Doa pembukaan (diawali dengan menyanyi) : 5 menit
2. Percakapan singkat diawal pertemuan : 10 menit
3. Penyampaian Materi (menggunakan slide)
 - o Penjelasan mengenai WULAN dalam Alkitab: 15 menit
 - o Membahas tokoh-tokoh WULAN dalam Alkitab dan dunia: 15 menit
 - o Menjelaskan kegiatan-kegiatan di Gereja yang melibatkan WULAN : 15 menit
 - o Menjelaskan tugas Gereja kepada WULAN : 15 menit
 - o Diskusi : 15 menit
4. Menyanyi dan doa penutup: oleh salah seorang katekisan

V. METODE PENYAMPAIAN :

Metode penyampaian dalam bentuk ceramah, drama/roleplay.

VI. PERTANYAAN DISKUSI:

- 1) Mengapa kita harus menghormati orang tua?
- 2) Ceritakan pengalaman bersama keluarga, tetangga, kenalan yang sudah lanjut usia.
- 3) Apa yang disaksikan dalam Akitab tentang orang-orang lanjut usia?
- 4) Bagaimana kita (remaja) harus bersikap terhadap WULAN jika bersandar pada Alkitab?

BAHAN BACAAN:

Cerita 1:



Ding Zhu Ji, Anak yang Berbakti Kepada Ibunya⁶

Kurang lebih satu tahun yang lalu terdapat satu foto yang tersebar di internet dan sangat menyentuh hati siapapun yang melihatnya. Foto ini dengan cepat tersebar luas di internet dan menjadi bahan pembicaraan.

Foto tersebut memperlihatkan seorang pria paruh baya yang sedang menggendong seorang wanita tua. Layaknya seorang ibu yang menggendong anaknya yang masih kecil dengan kain gendongan. Tiga hari selepas foto tersebut tersebar, topik hangat yang jadi perbincangan adalah "siapakah dia?" banyak warga yang mencoba untuk mencari identitas sang anak yang menggendong ibunya tersebut.

⁶ Sumber: whatsonningbo.

<http://www.sayangi.com/gayahidup1/komunitas/read/13809/kisah-inspiratif-ding-zhu-ji-anak-yang-berbakti-kepada-ibunya>

Usut punya usut, ternyata Laki-laki tersebut bernama Ding Zhu Ji (62 tahun) dan perempuan tua yang digendongnya adalah ibunya yang berusia 82 tahun. Ding adalah seorang mantan petugas Biro Investigasi dari Departemen Kehakiman di Tainan.

Salah seorang kawannya mengatakan kepada Apple Daily bahwa ibu Ding menderita patah tulang pada kaki kirinya dan Ding telah melakukan serangkaian pengobatan kepada sang ibu. Dalam foto tersebut Ding terlihat sedang menggendong ibunya dirumah sakit Chi Mei Medical Center di Taiwan.

Ding memutuskan untuk menggendong sang ibu, agar dirinya dapat lebih cepat untuk tiba di rumah sakit dan sang ibu pun tidak akan merasa terlalu sakit ketika ia menggendongnya dibandingkan dengan menggunakan mobil atau kendaraan lainnya.

“Kami tidak terkejut dan juga tidak heran atas foto tersebut, dia memang dikenal sebagai seorang anak yang sangat berbakti,” ucap salah seorang teman Ding.

Salah seorang kawan Ding bahkan juga menceritakan bahwa Ding telah menolak untuk dipromosikan yang mengharuskannya pindah ke wilayah lain dengan satu alasan bahwa ia tidak akan bisa mengurus ibunya.

Ding tidak pernah menyangka aksi spontan yang dilakukannya ini menjadi pusat perhatian orang-orang yang melihatnya. Selain foto, ternyata CCTV di rumah sakit yang didatangi Ding juga merekam saat-saat Ding menggendong sang ibu layaknya seorang bayi.

Ding sempat berkisah bahwa dirinya merasa sangat berhutang budi terhadap ibunya. Di saat ibunya sedang mengandung dirinya, memasuki usia ke 6 bulan, dia dan ibunya sempat akan dibuang ke laut lantaran tidak memiliki kartu identitas ketika naik perahu

bersama prajurit Taiwan. Saat itu banyak orang yang memohon agar ibunya tidak dilemparkan ke laut, beruntung seorang pria menemukan kartu identitas mereka, sehingga pada akhirnya mereka berdua bisa selamat.

Mendengar kisah mengharukan tersebut dari mulut sang ibu, Ding pun merasa sangat berhutang budi pada ibunya yang telah melahirkan dan membesarkannya tersebut. Di antara saudaranya memang dirinyalah yang paling dekat dengan sang ibu. Bahkan hingga usianya memasuki 62 tahun, dirinya masih tetap merawat sang ibu dengan penuh kasih sayang.

Namun apa yang terjadi dengan sang ibu juga menjadi suatu penyesalan yang tak terhingga untuk dirinya. Diakuinya karena kelalaian dirinya sang ibu mengalami patah kaki kiri. Untuk itulah Ding memutuskan membawa sang ibu ke rumah sakit dengan cara menggendongnya.

Benar-benar suatu kisah pengorbanan anak yang sangat menyentuh. Tidak banyak anak yang mau berbuat demikian untuk sang ibu pada zaman sekarang ini. Kisah Ding Zhu Ji ini adalah sebuah inspirasi nyata mengenai seorang anak yang berbakti kepada ibunya. Lantas apa yang sudah kita lakukan untuk orangtua kita tercinta, terutama ibu kita?

Cerita 2:



Kena Kanker, Nenek Ini Menolak Dirawat⁷

Pernahkah kamu membayangkan apa yang akan kamu lakukan jika diberitahu kalau sisa waktumu hidup di dunia ini tinggal sebentar? Hidup ini memang hanya sekali. Sampai kadang kita tak menyadari kalau perjalanan hidup bisa berlangsung sangat cepat dan singkat.

Tapi kalau tiba-tiba kamu didiagnosis menderita penyakit parah dengan sisa umur yang tak panjang, hal pertama apa yang akan kamu lakukan? Mungkin kamu akan segera menjalani proses perawatan demi kesembuhan dan cepat pulih. Tapi berbeda dengan yang dilakukan oleh nenek berusia 90 tahun ini. Nenek bernama Norma ini bukannya menjalani perawatan karena kanker yang diidapnya, dia malah memilih menikmati "surga dunia" dengan berkeliling ke berbagai tempat di Amerika Serikat.

Tahun 2015 lalu, kehidupan Nenek Norma seperti dijungkirbalikkan. Dua minggu setelah suaminya yang telah menjadi pasangan hidupnya selama 67 tahun meninggal dunia,

⁷ <http://www.vemale.com/inspiring/lentera/91984-kena-kanker-nenek-ini-menolak-dirawat-demi-surga-dunia.html>

Nenek Norma didiagnosis kena kanker. Dokter pun memberinya sejumlah opsi untuk proses kesembuhannya mulai dari operasi, radiasi, hingga kemo. Tapi jawaban yang diberikan Nenek Norma sangat mengejutkan. "Usiaku 90 tahun, aku akan jalan-jalan," katanya.

Nenek Norma menolak perawatan tersebut. Dokter dan keluarganya pun menghormati keputusan itu. Ditambah lagi belum ada jaminan kalau operasi pertama bisa langsung memberikan hasil yang diharapkan. Jadi keputusan Nenek Norma untuk menjelajahi berbagai tempat dan bertualang tak lagi diperdebatkan.

"One day you will wake up and there won't be anymore time to do the things you've always wanted. Do it now."

- Paul Coelho

Kutipan di atas juga ada di halaman Facebook Nenek Norma "Driving Miss Norma". Di halaman Facebook-nya, ada banyak foto Nenek Norma yang memperlihatkan semangatnya bertualang meski sudah lanjut usia. Usia memang hanya angka, ya. Jiwa muda tak pernah hilang begitu saja.

Menariknya lagi gejala-gejala kanker Nenek Norma malah berkurang. Nenek Norma pun tak merasa ada bagian tubuhnya yang sakit. Ketika ditanya pendapatnya tentang bagaimana menghadapi kehilangan, Nenek Norma menjawab, "Terus berdoa setiap hari dan Tuhan akan mengurusnya untukmu sekalipun kamu merasa tak bisa mengurus dirimu sendiri."

Semangat hidup Nenek Norma juga luar biasa. "Teruslah lanjutkan hidup setiap hari, itu sudah cukup," katanya. Nenek Norma memang tak bisa mengetahui secara pasti ia bisa bertahan sampai berapa lama. Kita pun tak bisa mendahului masa depan yang ada.

Yang terpenting adalah melakukan yang terbaik hari ini dan mengerjakan apapun yang bisa kita lakukan saat ini, detik ini juga.

Belajar dari kisah Nenek Norma, kita jadi kembali tersadarkan untuk mengisi kehidupan ini dengan hal-hal yang menyenangkan dan membahagiakan. Umur bukan batasan untuk dapat menikmati hidup, membahagiakan diri, dan memberi semangat bagi diri sendiri. Selama hal itu dilakukan dengan cara-cara yang positif, maka dampaknya juga pasti positif. Sayang sekali rasanya jika hidup ini kita sia-siakan atau terus kita ratapi setiap saat. Berbahagialah dan nikmati Hidupmu.

SUMBER BACAAN

1. ALKITAB
2. Pdt. Lukas Eko Sukoco dan Pdt. Endang Sujati, *Reksa Pastoral Adiyuswa*. Panduan Pendampingan Pastoral Bagi WULAN. TPK Yogyakarta, 2012.
3. Mohammad Adib, *Penduduk WULAN dan Keluarga dalam Majalah Population*, 2013.
4. Berita WULAN, *WULAN Peduli*, November 21, 2013
5. Yansos Lanjut Usia, *Sekilas Tentang WULAN*
6. Sumber: UN, World Population Prospects, tahun 2012 Revision
7. Sumber: Kementerian Kesehatan RI, Profil Kesehatan Indonesia, 2012
8. Razali Ritonga, Direktorat STATISTIK KEPENDUDUKAN DAN KETENAGAKERJAAN BADAN PUSAT STATISTIK.
9. [http://www.kompasiana.com/de-be/sudah-pedulikah-kita-pada WULAN_54f72e44a333110b7d8b4639](http://www.kompasiana.com/de-be/sudah-pedulikah-kita-pada-WULAN_54f72e44a333110b7d8b4639)
10. <http://www.themalaysianinsider.com/sideview/article/warga-pernah-muda-vs-warga-emas-berita-harian/>
11. <http://www.vemale.com/inspiring/lentera/91984-kena-kanker-nenek-ini-menolak-dirawat-demi-surga-dunia.html>

