



Ruang Lingkup Kebutuhan dan Kondisi Lansia

Fauziah Nasution^{1*}, Aisyah Aisyah², Andini Maulia Rahma³, Muthia Ramadani Safitri⁴,

Srilaili Mahfudzah⁵

¹⁻⁴ Universitas Islam Negeri Sumatera Utara, Indonesia

Email : fauziahnasution@uinsu.ac.id^{1*}, aisyahrantai@gmail.com², andinimaularahma@gmail.com³,
rmdanimutia430@gmail.com⁴, mahfudzah27@gmail.com⁵

Abstract, *The elderly are an age group that experiences the aging process with various physical, mental and social changes that affect their quality of life. As the number of elderly people increases in various countries, it is important to have a clear understanding of the scope of the needs and conditions of the elderly from a social, health and economic perspective. The aim of this research is to determine the scope of the needs and conditions of the elderly. This research method uses a qualitative approach and involves literature study, data collection techniques using interview methods and literature research. This research discusses the health needs and conditions of the elderly, with a focus on medical aspects of care, including ongoing care and management of chronic conditions (such as diabetes, cholesterol and high blood pressure). Elderly people also experience several challenges, such as accessing health care facilities which is often difficult due to distance, physical limitations, or dependence on family for care. Therefore, researchers hope to provide a deeper understanding of the challenges and needs of the elderly, as well as families spending more time providing care.*

Keywords: *Needs, Conditions of the Elderly, Care*

Abstrak, Lansia merupakan kelompok umur yang mengalami proses menua dengan berbagai perubahan fisik, mental, dan sosial yang mempengaruhi kualitas hidupnya. Seiring dengan meningkatnya jumlah lansia di berbagai negara, penting untuk memiliki pemahaman yang jelas mengenai ruang lingkup kebutuhan dan keadaan lansia dari sudut pandang sosial, kesehatan dan ekonomi.. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ruang lingkup kebutuhan dan kondisi lansia. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan melibatkan studi kepustakaan, teknik pengumpulan data menggunakan metode wawancara dan literature research. Penelitian ini membahas kebutuhan, kondisi kesehatan lansia, dengan fokus pada aspek medis, perawatan, termasuk perawatan berkelanjutan dan penanganan kondisi kronis (seperti diabetes, kolestrol, dan darah tinggi). Lansia juga mengalami beberapa tantangan, seperti mengakses fasilitas layanan kesehatan seringkali sulit karena jarak, keterbatasan fisik, atau ketergantungan pada pihak keluarga untuk perawatan. Oleh karena itu, peneliti berharap dapat memberikan pemahaman lebih dalam mengenai tantangan dan kebutuhan lansia, serta keluarga lebih meluangkan waktu untuk memberikan perawatan.

Kata Kunci: Kebutuhan, Kondisi Lansia, Perawatan

1. PENDAHULUAN

Lanjut usia atau yang lebih sering disebut dengan lansia merupakan fase kehidupan akhir yang akan dijalankan manusia. Menurut Undang-Undang Nomor 13 Tahun 1998 dalam Bab 1 Pasal 1 ayat 2 lanjut usia adalah seseorang yang mencapai usia enam puluh tahun keatas. Pada tahapan tersebut individu akan mengalami penurunan fungsi fisik dan psikis. Hal ini ditanggulangi dengan adanya kemajuan pengetahuan dan teknologi terutama dalam bidang ilmu kesehatan, penanganan penyakit dan pelayanan kesehatan. Dampak dari hal tersebut adalah kenaikan angka harapan hidup. Berdasarkan sensus penduduk yang dilakukan angka harapan hidup di Indonesia akan mencapai usia 71 tahun (Camelia, dkk, 2017)

Kebutuhan hidup lansia sama dengan kebutuhan hidup orang lain. Kebutuhan hidup lansia antara lain makanan bergizi seimbang, pemeriksaan kesehatan rutin, tempat tinggal yang sehat, dan kebutuhan lingkungan hidup yang damai dan aman, seperti keinginan untuk menjalin pertemanan. Seseorang dengan siapa Anda dapat berkomunikasi, berbagi pengalaman, dan memberikan bimbingan untuk kehidupan yang baik. Begitu pula dengan kebutuhan aktivitas fisik yang harus dipenuhi oleh lansia. (Surti, 2017)

Menurunnya status kesehatan, khususnya kesehatan fisik, pada lansia. Memburuknya status kesehatan lansia akibat penuaan mempengaruhi kualitas hidup lansia. Seiring bertambahnya usia, fungsi tubuh menurun, berbagai penyakit bermunculan seperti penyakit akut dan kronis pada lansia. Meningkatnya kejadian kecacatan dan penyakit pada lansia dapat menyebabkan perubahan kualitas hidup, tubuh kehilangan keseimbangan, dan berisiko terjatuh. Status kesehatan lansia berangsur-angsur memburuk seiring bertambahnya usia, hal ini bertentangan dengan aspirasi mereka untuk menjadi sehat, mandiri, dan mampu melakukan aktivitas normal seperti mandi, berpakaian, dan bergerak sendiri. Kesenjangan antara kondisi lansia dengan harapan dan pandangan sosialnya dapat membuat lansia merasa stres dan berujung pada depresi. Seiring bertambahnya usia, daya tahan tubuh kita semakin menurun. (Nugrahadi, 2021)

Kebutuhan kesehatan orang lanjut usia sangat mendesak, namun masih banyak tantangan dalam memenuhi kebutuhan tersebut. Akses ke fasilitas kesehatan yang memadai sering kali menjadi hambatan utama, terutama di daerah terpencil. Orang lanjut usia dengan disabilitas mobilitas atau fisik sering kali mengalami kesulitan dalam mengakses layanan perawatan kesehatan secara teratur. Dikombinasikan dengan stigma sosial yang dikaitkan dengan penuaan, banyak orang lanjut usia mengalami diskriminasi saat mengakses perawatan medis yang tepat. Oleh karena itu, sangat penting bagi masyarakat dan pemerintah untuk membangun sistem kesehatan yang ramah usia lanjut di mana setiap orang memiliki akses terhadap layanan kesehatan. (Vibriyanti, 2019)

Dari uraian di atas, tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui ruang lingkup kebutuhan dan kondisi lansia. Fokus utama membahas kebutuhan, kondisi kesehatan lansia, dengan fokus pada aspek medis, perawatan, termasuk perawatan berkelanjutan dan penanganan kondisi kronis (seperti diabetes, kolesterol, dan darah tinggi). Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk membahas beberapa tantangan, seperti mengakses fasilitas layanan kesehatan seringkali sulit karena jarak, keterbatasan fisik, atau ketergantungan pada pihak keluarga untuk perawatan.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dan melibatkan studi kepustakaan, tahapan penelitian dimulai dari teknik pengumpulan data literature research yang melibatkan penjelasan terhadap buku dan artikel yang relevan dengan objek kajian yang memuat terkait ruang lingkup kebutuhan dan kondisi lansia. Kemudian peneliti melakukan wawancara mendalam dengan lansia. Wawancara semi-terstruktur dilakukan untuk menggali pandangan mereka mengenai ruang lingkup kebutuhan dan kondisi lansia. Beberapa pertanyaan wawancara difokuskan pada kebutuhan fisik, kesehatan, dan perawatan lansia.

3. KAJIAN TEORI

Kebutuhan Fisik Lansia

Maslow dalam Koswara (1991) menyatakan bahwa kebutuhan manusia meliputi: Kebutuhan fisik (*physiological needs*) adalah kebutuhan fisik atau biologis seperti pangan, sandang, papan, dan fasilitas-fasilitas kesehatan. Kebutuhan sosial (*social needs*) adalah kebutuhan untuk bermasyarakat atau berkomunikasi dengan manusia lain melalui paguyuban, organisasi profesi, kesenian, olah raga, kesamaan hobby dan sebagainya. Sejak awal kehidupan sampai berusia lanjut setiap orang memiliki kebutuhan psikologis dasar.

Sejak awal kehidupan hingga usia tua, semua orang mempunyai kebutuhan psikologis dasar. Beberapa dari kebutuhan ini mencakup orang lanjut usia yang mencari kenyamanan diri mereka sendiri dan kenyamanan dalam lingkungan yang ada. Sejauh mana kebutuhan ini terpenuhi tergantung pada lansia, keluarga, dan lingkungannya. Ketika kebutuhan ini tidak terpenuhi, timbul masalah dalam kehidupan lansia dan kemandirian mereka menjadi terbatas. Perubahan Peralatan Seiring bertambahnya usia, mereka mengembangkan kebutuhan berbeda yang jelas berbeda dengan kebutuhan mereka sebelum pensiun. Banyak perubahan yang terjadi baik secara fisik maupun sosial. Dari segi fisik dapat dikenali dari peralatan yang digunakan. Hal ini tercermin dari perubahan bentuk ruangan dan desain rumah. (Wijayanti, 2008)

Ada beberapa kegiatan untuk memenuhi kebutuhan fisik lansia, senam dan jalan sehat bagi lansia yang hemat waktu dan biaya, yang bertujuan untuk meningkatkan persahabatan dan komunikasi di kalangan lansia. Kemudian pemeriksaan kesehatan, pemeriksaan kesehatan dilakukan sebulan sekali yang meliputi pengukuran tekanan darah bagi lansia, kadar gula darah, kolesterol, dan asam urat, serta pengukuran berat badan bagi lansia. Dan memberikan makanan sehat kepada lansia. (Rima, 2021)

Kebutuhan Psikologi Lansia

Psikologi sering diartikan sebagai ilmu tentang jiwa. Hal ini didasarkan pada arti harfiah dari kata psikologi itu sendiri, yang berasal dari bahasa Yunani kuno dan terdiri dari dua suku kata: *psyche*, yang berarti jiwa, dan *logos*, yang berarti ilmu. Oleh karena itu, psikologi dapat diartikan sebagai ilmu tentang jiwa.(Drajati, 2022) Aspek psikologis juga memegang peranan yang sangat penting dalam kesejahteraan lansia.

Kebutuhan psikologis terkait meliputi:*pertama* kesehatan mental,orang lanjut usia sering kali mengalami kesehatan mental yang buruk, yang dapat mencakup kondisi seperti depresi, kecemasan, dan demensia (penurunan kemampuan kognitif). Faktor-faktor yang mempengaruhi kesehatan mental lansia antara lain perasaan kesepian, kehilangan pasangan, dan penurunan kemampuan bersosialisasi. Oleh karena itu, dukungan sosial dan aktivitas yang merangsang mental sangat penting untuk menjaga keseimbangan emosional.

Kedua dihargai seiring bertambahnya usia, banyak lansia yang merasa kehilangan perannya dalam masyarakat, yang dapat mempengaruhi harga diri mereka. Oleh karena itu, penting untuk memberikan kesempatan kepada lansia untuk merasa dihargai dan dibutuhkan melalui peran aktifnya baik dalam keluarga maupun masyarakat. Dan *ketiga* kemandirian emosi, lansia juga memerlukan layanan konseling dan psikoterapi untuk membantu mereka mengatasi stres dan trauma akibat perubahan dalam hidup mereka, seperti kehilangan pasangan atau ketergantungan pada orang lain.(Riska, dkk, 2023)

Kebutuhan Ekonomi Lansia

Saat ini, tidak dapat dikatakan bahwa orang lanjut usia menjalani kehidupan yang kaya. Dalam hal status ekonomi, sebanyak 11 juta lansia berada di 40 persen terbawah status ekonomi pada tahun 2019. Berdasarkan Data Terpadu Bantuan Sosial (DTKS), data lansia miskin pada Januari 2019 mencapai 12,9 juta jiwa atau 48,9 persen (Kementerian Sosial pada tahun 2020 melaporkan bahwa 80 persen lansia berada dalam kemiskinan). (Hal ini relatif.) lebih tinggi daripada kelompok usia lainnya.(Djamhari, 2021)

Status keuangan lansia juga memainkan peran penting dalam kualitas hidup mereka. Seiring bertambahnya usia, kita sering menghadapi penurunan pendapatan karena alasan seperti pensiun atau tidak dapat bekerja. Kebutuhan keuangan terkait meliputi: Pensiun dan Tabungan Kebutuhan finansial lansia berkaitan dengan kemampuan mereka mempertahankan kualitas hidup tanpa terlalu bergantung pada keluarga dan orang lain. Oleh karena itu, penting bagi lansia untuk mendapatkan dana pensiun dan tabungan yang cukup untuk memenuhi kebutuhan dasar seperti makanan, perawatan kesehatan, dan tempat tinggal.

Akses Terhadap Layanan Kesehatan, Banyak lansia yang memiliki asuransi kesehatan, namun tingginya biaya pengobatan dan perawatan sering kali memberikan beban finansial yang besar bagi mereka. Oleh karena itu, kebijakan yang mendorong akses terhadap layanan kesehatan yang terjangkau sangat dibutuhkan.

Bantuan Sosial, pemerintah sering kali memberikan berbagai bentuk bantuan sosial kepada lansia, termasuk bantuan tunai langsung dan perawatan di rumah. Hal ini penting untuk memungkinkan lansia yang kurang beruntung dapat memenuhi kebutuhan dasar mereka tanpa bergantung pada keluarga atau hubungan sosial lainnya. (Qomariah, 2020)

4. HASIL PENELITIAN

Dari wawancara yang dilakukan dengan narasumber salah satu lansia, yang bernama Ibu Arbaiyah berusia 66 tahun yang beralamat di Jl. Jermal Link X Sei Mati Medan Labuhan. Adapun kegiatan sehari-hari ibu Arbaiyah mengajar ngaji, duduk di teras rumah atau bahkan di ruang tamu, memasak, istirahat. Beliau juga mengidap penyakit darah tinggi, kolesterol. Beliau mengatakan *“Makanan saya cukup, anak saya selalu menyediakan. Tapi kadang saya merasa nafsu makan berkurang, jadi tidak selalu makan dengan baik.”* Alhamdulillah, anak saya dan keluarganya cukup perhatian. Walaupun mereka sibuk, mereka selalu memastikan saya makan dan minum obat tepat waktu. Hasil wawancara menunjukkan bahwa keluarga sudah memberi perhatian lebih dan juga sudah memperhatikan kebutuhan fisik, berupa pangan seperti makanan, obat-obatan.

Namun dari pernyataan selanjutnya, *“Kesehatan saya kurang baik. Saya punya tekanan darah tinggi dan sering merasa lemas. Lutut juga sering sakit, jadi jalan agak sulit.”* Berdasarkan pernyataan beliau menemukan bahwa kebutuhan fisik yang paling penting adalah layanan kesehatan. Kebanyakan lansia memiliki masalah kesehatan seperti tekanan darah tinggi, diabetes, dan gangguan gerak. Keterbatasan fisik tersebut seringkali menghalangi mereka untuk melakukan aktivitas secara mandiri.

Hasil wawancara menunjukkan bahwa Ibu Arbaiyah merupakan seorang lansia yang aktif secara fisik dan sosial dalam kehidupan sehari-harinya. Mengajar mengaji merupakan kegiatan yang sangat berarti bagi Arbaiyah. Tidak hanya memberikan kontribusi bagi masyarakat sekitar, namun juga memberikan rasa bangga dan berguna. Kegiatan ini juga sebagai bentuk menjaga keseimbangan mental dan sosial lansia serta membantu mengurangi stres dan kecemasan.

Namun permasalahan kesehatan yang dialami Arbaiyah seperti tekanan darah tinggi dan kolesterol tinggi berdampak pada banyak aspek kehidupannya sehari-hari. Meski begitu,

Arbainya berusaha beradaptasi dengan kondisi fisiknya, menjaga pola makan, dan sering istirahat. Dukungan keluarga juga menjadi elemen penting dalam keseharian Albayah. Oleh karena itu, kesehatan fisik dan dukungan sosial dari keluarga memegang peranan penting terhadap kualitas hidup lansia. Meskipun memiliki masalah kesehatan, keinginan Albayah untuk tetap aktif dan berkontribusi kepada masyarakat menunjukkan ketahanan dan menyoroti pentingnya peran sosial orang lanjut usia dalam menjaga kesehatan.

5. KESIMPULAN

Aktivitas sehari-hari seperti belajar mengaji, memasak, dan bersosialisasi dengan keluarga menunjukkan bahwa lansia masih bisa tetap aktif dan produktif. Dukungan keluarga sangat membantunya untuk tetap sehat, namun memperhatikan kondisi fisik dan pola hidup sehat tetap menjadi prioritas utama. Kebutuhan lansia tidak hanya mencakup perawatan medis, tetapi juga interaksi sosial, dukungan emosional, dan rasa syukur. Oleh karena itu, dalam merancang kebijakan dan program perawatan lansia diperlukan pendekatan holistik yang tidak hanya berfokus pada kesehatan fisik tetapi juga mencakup aspek sosial dan psikologis..

Saran

Meningkatkan kesadaran dan melatih keluarga tentang perawatan lansia dan dukungan psikologis. Mengembangkan lebih banyak program komunitas yang melibatkan lansia dalam kegiatan sosial dan rekreasi. Menyediakan fasilitas medis yang ramah lansia, menyediakan perawatan yang mudah diakses dan terintegrasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Andrianti, R. H., Prayitno, H., & Gianawati, N. D. (2023). Pola Relasi Lansia dalam Pemenuhan Kebutuhan Psikologis: Studi Deskriptif di UPT Pelayanan Sosial Tresna Werdha Jember. *Jurnal Penelitian Kesehatan" SUARA FORIKES"(Journal of Health Research" Forikes Voice")*, 14(2), 271-274.
- Budiono, N. D. P., & Rivai, A. (2021). Faktor-faktor yang mempengaruhi kualitas hidup lansia. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 371-379.
- Djamhari, E. A., Ramdhaningrum, H., Layyinah, A., Chrisnahutama, A., & Prasetya, D. (2021). Kondisi kesejahteraan lansia dan perlindungan sosial lansia di Indonesia.
- Ekaningtyas, N. L. D. (2022). Psikologi Dalam Dunia Pendidikan. *Padma Sari: Jurnal Ilmu Pendidikan*, 2(01), 29-38.

- Pepe, C. K., Krisnani, H., & Budiarti, M. (2017). Dukungan sosial keluarga dalam memenuhi kebutuhan sosial lansia di panti. *Share Social Work Journal*, 7(1), 33-38.
- Qamariah, M., Afifuddin, A., & Suyeno, S. (2020). Implementasi Program Bantuan Sosial Dalam Pemenuhan Kebutuhan Lansia Terlantar (Studi Pada Dinas Sosial Kota Batu). *Respon Publik*, 14(4), 1-7.
- Surti, S., Candrawati, E., & Warsono, W. (2017). Hubungan antara Karakteristik Lanjut Usia dengan Pemenuhan Kebutuhan Aktivitas Fisik Lansia di Kelurahan Tlogomas Kota Malang. *Nursing News: Jurnal Ilmiah Keperawatan*, 2(3).
- Vibriyanti, D. (2019). Surabaya menuju kota ramah lansia: peluang dan tantangan. *Jurnal Kependudukan Indonesia*, 13(2), 117-132.
- Wijayanti, W. (2008). Hubungan Kondisi Fisik Rtt Lansia Terhadap Kondisi Sosial Lansia Di RW 03 RT 05 Kelurahan Tegalsari Kecamatan Candisari. *Jurnal Ilmiah Perancangan Kota dan Permukiman*, 7(1), 38-49.
- Wilantika, R., Lestari, D. A., & Nafisah, N. (2021). LANSIA “SUCCESSFUL AGING;(UPAYA MEWUJUDKAN LANSIAYANG SEHAT SECARA FISIK, PSIKIS, SOSIAL DAN FINANSIAL). *Jurnal Pengabdian Masyarakat Kesehatan, Teknologi, Sosial dan Pendidikan (JPM Kosonk)*, 3(1), 9-16.