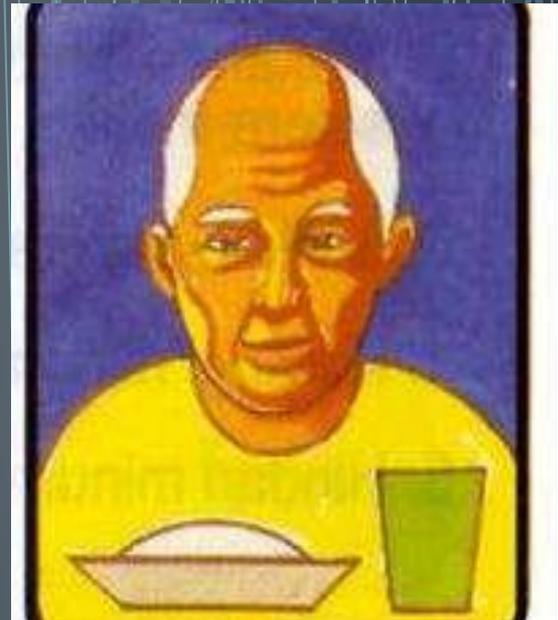


MASA USIA LANJUT

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

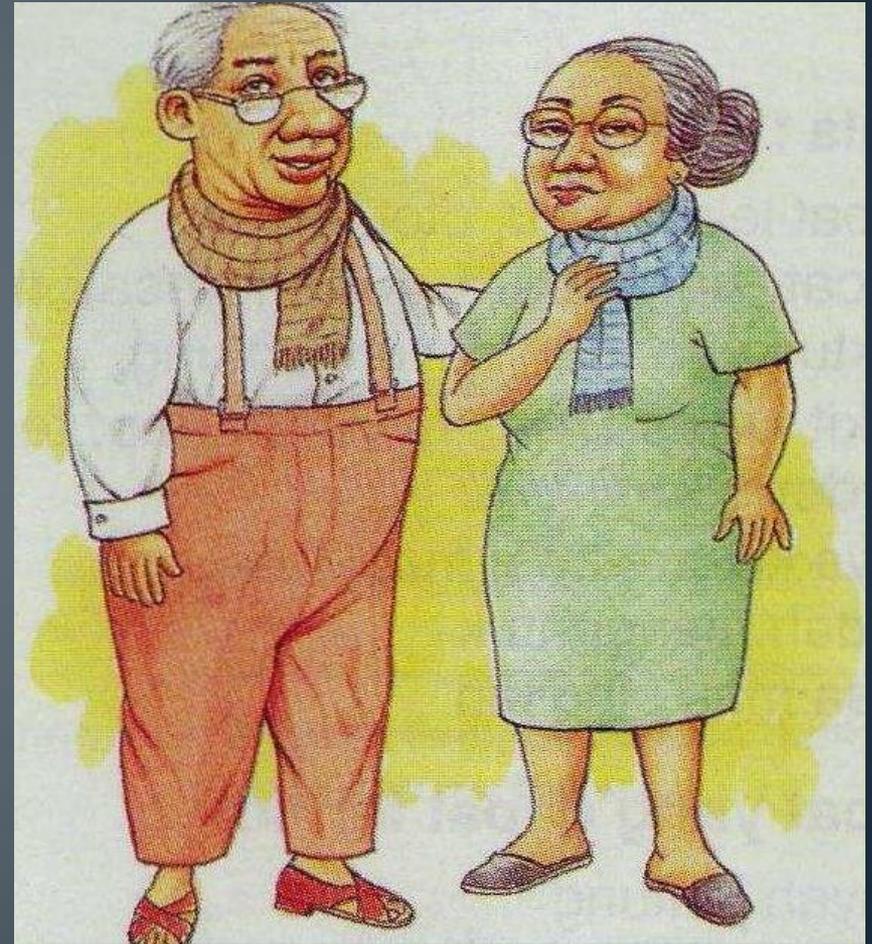


MENGAPA JUMLAH PENDUDUK USIA LANJUT MENINGKAT ?

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

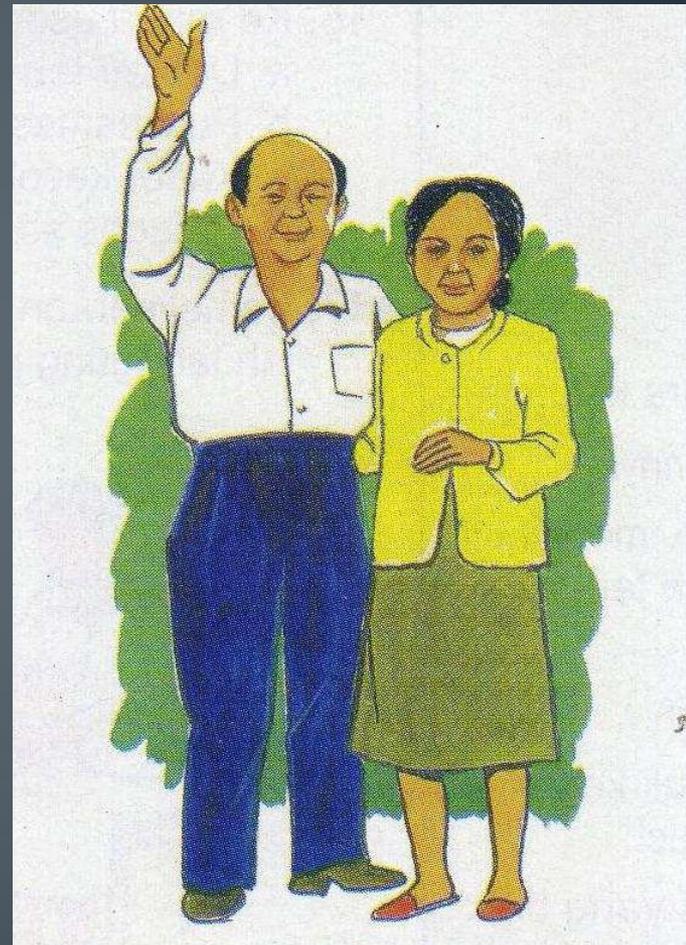
Tugas2 Perkemb. Usia Lanjut (Havighurst):

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



Lanjutan Tugas Perkembangan

1. Menjadi anggota kelompok sebaya.
2. Mengikuti pertemuan2 sosial dan kewajiban2 sbg warga negara.
3. Membentuk pengaturan kehidupan yang memuaskan.
4. Menyesuaikan diri dengan peran sosial secara fleksibel.



Perhatian thd Usia Lanjut

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

KONDISI FISIK

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

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

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

Dep. Kes RI 1998 → Gejala kemunduran fisik ditandai :

- Kulit mengendur, wajah berkeriput.
- Rambut beruban/putih
- Gigi mulai tanggal
- Penglihatan & pendengaran berkurang
- Mudah lelah
- Gerakan lamban, kurang lincah
- Kerampingan tubuh menghilang, timbunan lemak dibag. Perut & pinggul.

FUNGSI KOGNITIF

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

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

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

Perk. Sosioemosional

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

Keluarga & Hub. Sosial

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

Ciri2 Kepuasan Hidup Lanjut Usia :

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

Usia Lanjut Berhasil :

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

Faktor2 sbg prediktor bagi umur panjang:

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

Implikasi dlm Pendidikan :

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

Masalah pada usia menengah/pra lanjut usia

- Keuangan dengan penghasilan yang menurun secara drastis.
- Hubungan sosial yang terganggu dengan suami/isteri/anak maupun keluarga besar/masyarakat terutama menghadapi anak remaja/dewasa muda dengan berbagai permasalahan sosialnya.
- Usia yang membatasi karir untuk jabatan yang lebih tinggi.
- Kekhawatiran menghadapi masa depan yang gejalanya biasa disebut sindrom pasca berkuasa (*post power syndrome*) berpotensi menyebabkan penyakit mendadak dan/kematian (terutama pada laki-laki). Persiapan untuk pengembangan karir kedua perlu dilakukan pada masa persiapan pensiun.

Masalah pada lanjut usia

- Hubungan keluarga menjadi kurang harmonis, terutama bagi lanjut usia laki-laki yang cenderung menyendiri dibandingkan lanjut usia perempuan yang diasuh oleh keluarga besar.
- Terjadi perubahan hubungan sosial karena lanjut usia cenderung mengisolasi diri dan kurang melakukan sosialisasi dengan sebaya, sejawat lebih muda, anak dan cucu.
- Menurunnya daya tahan tubuh sehingga penyembuhan penyakit menjadi lebih lama.

Lanjutan....

- Akses transportasi yang tidak/belum ramah lanjut usia dan terlalu jauh dari rumah.
- Beratnya beban pekerjaan rumah tangga yang harus dilakukan sendiri dan tidak jarang untuk anggota keluarga yang lain seperti menjaga rumah, pekerjaan rumah, mengasuh cucu, dll.

Semoga Menjadi Lansia Yang Mandiri

